Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №2» с.п.Атажукино

Принята на заседании МО Руководитель МО _____ Молова Т.А. Протокол № 1 от 30.08. 21 г.	Согласована Старший воспитатель _____Молова Т.А. от 31.08. 2021г.	Утверждаю Директор МОУ СОШ №2 п.Атажукино _____ О.Ю.Тезадова Приказ № 67/2 от 31.08. 2021г.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2" С. П. АТАЖУКИНО

Подписан: МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2" С. П. АТАЖУКИНО
DN: ИНН=000701004483, СНИЛС=06608788602, ОГРН=1020700508091, STREET="361521, КАБАРДИНО-БАЛКАРСКАЯ РЕСПУБЛИКА, БАКСАНСКИЙ Р-Н, С АТАЖУКИНО, УЛ НАДРЕЧНАЯ, Д 1", E=oxana.tezadova@yandex.ru, C=RU, S=Кабардино-Балкарская Республика, L=Атажукино, O="МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ""СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2"" С. П. АТАЖУКИНО",
G=Оксана Юрьевна, SN=Тезадова, T=Директор, CN="МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ""СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2"" С. П. АТАЖУКИНО"
Основание: я подтверждаю этот документ
Местоположение: место подписания
Дата: 2021-11-11 14:47:00
Foxit Reader Версия: 9.7.2

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ДОШКОЛЬНЫХ ГРУППАХ

Инструктор по физической культуре:
Архестова О.Н.

2021-2022 учебный год

Оглавление

1. Целевой раздел.

1.1. Пояснительная записка 2

1.2. Цели и задачи Программы 3

1.3. Принципы и подходы к формированию Программы 4

1.4. Значимые характеристики, в том числе характеристики, особенностей физического развития детей дошкольного возраста 6

1.5.Планируемые результаты освоения программы..... 11

1.6.Система оценки результатов освоения программы..... 15

2. Содержательный раздел.

2.1. Содержание психолого-педагогической работы.....26

2.2. Содержание работы по образовательной области «Физическое развитие»

2.2.1.Вторая группа раннего развития….....28

2.2.2. Младшая группа 41

2.2.3. Средняя группа 50

2.2.4. Старшая группа 63

2.2.5. Подготовительная группа 77

2.3.Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик..... 99

2.4.Способы и направления поддержки детской инициативы 100

2.5.Описание форм, способов, методов и средств реализации программы. 103

2.6.Особенности взаимодействия с семьей.....103

2.7.Содержание коррекционной работы……..105

3.Организационный раздел.

3.1.Культурно-досуговая деятельность.....108

3.2.Оформление развивающей предметно-пространственной среды..... 109

3.3.Перечень методических пособий, обеспечивающих реализацию Программы 112

4. Приложение

4.1. Приложение 1. Список детей группы..... 113

4.2. Краткая презентация Программы для ознакомления родителей (законных представителей) детей 114

4.3.Режим дня, расписание НОД; 120

4.4. Календарный план воспитательной работы на 2021-2022 учебный год…121

1. Целевой раздел

1.1 Пояснительная записка.

Настоящая рабочая программа разработана в соответствии с основной образовательной программой, реализуемой дошкольными группами (далее -ООП ДО) МОУ СОШ №2с.п.Атажукино, в соответствии с введением в действие Федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного образования

(Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 1155 от 17 октября 2013 года). Программа определяет содержание и

организацию образовательного процесса подготовительной дошкольной группы муниципального общеобразовательного учреждения

МОУ СОШ №2 с.п.Атажукино.

Программа строится на принципе личностно-ориентированного взаимодействия взрослого с детьми и обеспечивает физическое, социально-коммуникативное, познавательное, речевое и художественно-эстетическое развитие детей в дошкольном возрасте с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Содержание образовательного процесса в подготовительной группе выстроено в соответствии с образовательной программой дошкольного образования «От рождения до школы» под науч. ред. Н.Е.Веракса 2018г.

Данная Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

-Закон «Об образовании в Российской федерации» (от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ)
-Закон об образовании КБР от 24.14.2014г.;

- Санитарными правилами СП 2.4.1.3648-20 «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 года
- Законом КБР «Об образовании» от 24.04.2014г.;
- Уставом МОУ СОШ№ 2 с.п. Атажукино;
- Основной образовательной программой дошкольных групп муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №2» с.п.Атажукино на 2021 -2025 учебный год;
- Рабочей программой воспитания к образовательной программе дошкольного образования муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №2» с.п. Атажукино.

1.2. Цели и задачи Программы

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (ФГОС ДО) и предназначена для использования в дошкольных образовательных организациях для формирования основных образовательных программ (ООП).

Ведущие цели Программы — создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, формирование предпосылок к учебной деятельности, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника.

Особое внимание в Программе уделяется развитию личности ребенка, сохранению и укреплению здоровья детей, а также воспитанию у дошкольников таких качеств, как патриотизм, активная жизненная позиция, творческий подход в решении различных жизненных ситуаций, уважение к традиционным ценностям.

Эти цели реализуются в процессе разнообразных видов детской деятельности: игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, музыкальной, чтения и др.

Для достижения целей Программы первостепенное значение имеют:

- ✓ забота о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном всестороннем развитии каждого ребенка;
- ✓ создание в группах атмосферы гуманного и доброжелательного отношения ко всем воспитанникам, что позволяет растить их общительными, добрыми, любознательными, инициативными, стремящимися к самостоятельности и творчеству;
- ✓ максимальное использование разнообразных видов детской деятельности, их интеграция в целях повышения эффективности воспитательно-образовательного процесса;
- ✓ творческая организация воспитательно-образовательного процесса;
- ✓ вариативность использования образовательного материала, позволяющая развивать творчество в соответствии с интересами и наклонностями каждого ребенка;
- ✓ уважительное отношение к результатам детского творчества;
- ✓ единство подходов к воспитанию детей в условиях дошкольного образовательного учреждения и семьи;
- ✓ соблюдение преемственности в работе детского сада и начальной школы, исключающей умственные и физические перегрузки в содержании образования детей дошкольного возраста, обеспечивающей отсутствие давления предметного обучения.

Решение обозначенных в Программе целей и задач воспитания возможно только при систематической и целенаправленной поддержке педагогом различных форм детской активности и инициативы, начиная с первых дней пребывания ребенка в ДОО. От педагогического мастерства каждого воспитателя, его культуры, любви к детям зависят уровень общего развития, которого достигнет ребенок, степень прочности приобретенных им нравственных качеств. Заботясь о здоровье и всестороннем воспитании детей, педагоги дошкольных образовательных учреждений совместно с семьей должны стремиться сделать счастливым детство каждого ребенка.

1.3. Принципы и подходы к формированию Программы

В Программе на первый план выдвигается развивающая функция образования, обеспечивающая становление личности ребенка и ориентирующая педагога на его индивидуальные особенности, что соответствует современной научной «Концепции дошкольного воспитания» (авторы В. В. Давыдов, В. А. Петровский и др.) о признании самоценности дошкольного периода детства.

Программа построена на позициях гуманно-личностного отношения к ребенку и направлена на его всестороннее развитие, формирование духовных и общечеловеческих ценностей, а также способностей и интегративных качеств.

В Программе отсутствуют жесткая регламентация знаний детей и предметный центризм в обучении.

При разработке Программы авторы опирались на лучшие традиции отечественного дошкольного образования, его фундаментальность: комплексное решение задач по охране жизни и укреплению здоровья детей, всестороннее воспитание, амплификацию (обогащение) развития на основе организации разнообразных видов детской творческой деятельности.

Особая роль в Программе уделяется игровой деятельности как ведущей в дошкольном детстве (А. Н. Леонтьев, А. В. Запорожец, Д. Б. Эльконин и др.).

Авторы Программы основывались на важнейшем дидактическом принципе — развивающем обучении и на научном положении Л. С. Выготского о том, что правильно организованное обучение «ведет» за собой развитие. Воспитание и психическое развитие не могут выступать как два обособленных, независимых друг от друга процесса, но при этом «воспитание служит необходимой и всеобщей формой развития ребенка» (В. В. Давыдов). Таким образом, развитие в рамках Программы выступает как важнейший результат успешности воспитания и образования детей.

В Программе комплексно представлены все основные содержательные линии воспитания и образования ребенка от рождения до школы.

Программа строится на принципе культуросообразности. Реализация этого принципа обеспечивает учет национальных ценностей и традиций в образовании, восполняет недостатки духовно-нравственного и эмоционального воспитания. Образование рассматривается как процесс приобщения ребенка к основным компонентам человеческой культуры (знание, мораль, искусство, труд).

Главный критерий отбора программного материала- его воспитательная ценность, высокий художественный уровень используемых произведений культуры (классической и народной- как отечественной, так и зарубежной), возможность развития всесторонних способностей ребенка на каждом этапе дошкольного детства (Е.А. Флерина, Н.П. Сакулина, Н.А. Ветлугина и др.)

Программа «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ»:

- ✓ соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- ✓ сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и, как показывает опыт, может быть успешно реализована в массовой практике дошкольного образования);
- ✓ соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяя решать поставленные цели и задачи при использовании разумного «минимума» материала);
- ✓ обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников;
- ✓ строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;
- ✓ основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;
- ✓ предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников не

только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;

- ✓ предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра;
- ✓ допускает варьирование образовательного процесса в зависимости от региональных особенностей;
- ✓ строится с учетом соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой.

1.4. Значимые характеристики, в том числе характеристики особенностей физического развития детей дошкольного возраста.

Вторая группа раннего развития

Два-Три года — это возраст, когда ребенок вступает в период дошкольного детства. Основные показатели физического развития ребенка на этот момент таковы: рост 96±4,3 см, вес 12,5+1 кг, окружность грудной клетки 51,7+1,9 см, окружность головы 48 см, количество молочных зубов 20. Объем черепной коробки трехлетнего ребенка составляет уже 80% от объема черепа взрослого. Особенности опорно-двигательного аппарата. Физиологические изгибы позвоночника ребенка четвертого года жизни неустойчивы, кости и суставы легко подвергаются деформации под влиянием неблагоприятных воздействий. Суставы пальцев могут деформироваться (например, если малыш часто лепит из слишком жесткого пластилина). Неправильные позы (сведение плеч, опускание одного плеча, постоянно опушенная голова) могут стать привычными, нарушается осанка. А это, в свою очередь, отрицательно сказывается на функции кровообращения и дыхания. В период 2-3 лет диаметр мышц увеличивается в 2—2,5 раза, происходит дифференциация мышечных волокон. Детям, особенно в начале четвертого года жизни, легче даются движения всей рукой (прокатить мяч, машину), поскольку крупная мускулатура в своем развитии опережает мелкую. Но постепенно в процессе изобразительной деятельности, в строительных и дидактических играх совершенствуются движения кисти и пальцев. Поднимание рук вверх, в стороны, наклоны, покачивания и повороты туловища одновременно способствуют овладению своим телом. Дыхательные пути у детей отличаются от таковых у взрослых. Просветы воздухоносных путей (гортань, трахея, бронхи, носовые ходы) у ребенка значительно уже. Слизистая оболочка, их выстилающая, нежна и ранима. Это создает предрасположенность к воспалительным заболеваниям органов дыхания. Ребенок трех-четырех лет еще не может сознательно регулировать дыхание и согласовывать его с движением. Важно приучать детей дышать носом естественно и без задержки. Очень полезны для малышей упражнения, требующие усиленного выдоха: игры с пушинками, легкими бумажными изделиями. Сердечно-сосудистая система по сравнению с органами дыхания лучше приспособлена к потребностям растущего организма. Однако сердце ребенка работает хорошо лишь при условии посильных нагрузок. Скорость кровотока у детей больше, чем у взрослых. Кровяное давление в среднем составляет 95/58 мм ртутного столба. В дошкольном возрасте происходит совершенствование строения и деятельности центральной нервной системы. К трем годам у ребенка бывает обычно достаточно развита способность к анализу и синтезу воздействий окружающей среды. В этих процессах значительная роль принадлежит не только непосредственному восприятию, но и речи, с помощью которой ребенок обобщает и уточняет воспринимаемое. Развивающаяся способность к концентрации возбуждения облегчает сосредоточение детей на учебном материале. Однако оно легко нарушается при изменении обстановки под влиянием возникающего ориентировочного рефлекса. Если на занятии в момент объяснения с улицы донесся какой-то шум или в комнату вошел посторонний, дети мгновенно отвлекаются. Воспитатели на этот случай должны знать приемы, с помощью которых можно с минимальной затратой времени переключить внимание детей на учебное задание. Процессы

возбуждения и торможения в коре головного мозга легко иррадиируют. Внешне это выражается в лишних движениях, суетливости, дети много говорят или, наоборот, замолкают. Часто наблюдается повышенная возбудимость, и это приводит к быстрой утомляемости детей. У ребенка 3—3,5 лет взаимодействие сигнальных систем еще несовершенно. Уровень межанализаторных связей таков, что в момент выполнения упражнений дети порой не могут воспринимать словесные коррективы воспитателя. Более эффективным будет оказать ребенку непосредственную помощь: повернуть его корпус, руки, задавая правильную амплитуду движений, и т.д. На этом этапе важно гармонично сочетать непосредственные и словесные воздействия на детей.

Младшая группа

Известно, что каждый возрастной период имеет определенную специфику развития. Есть такие особенности и у детей четвертого года жизни. Показателями физического развития детей являются рост, вес, окружность грудной клетки, состояние костной и мышечной систем, внутренних органов, а также уровень развития моторики, то есть их физической подготовленности.

В 3 года средний рост мальчиков равен 92,7 см, девочек – 91,6 см, соответственно в 4 года – 99,3 см и 98,7 см – ростовые показатели почти одинаковы. Рост детей четвертого года жизни находится во взаимосвязи с развитием основных видов движений – прыжков, бега, метания, равновесия.

Общей закономерностью развития опорно-двигательного аппарата в ранние периоды детства является его гибкость и эластичность. По мере роста ребенка происходит срастание отдельных костей черепа и его окончательное формирование. К 3–4 годам завершается срастание затылочной кости. К четырем годам приобретает свою форму и височная кость, завершается формирование межкостных швов. Объем черепа продолжает увеличиваться, достигая к трем годам 80 % объема черепа взрослого человека.

Физические упражнения нужно подбирать так, чтобы нагрузка распределялась равномерно на все части тела. При проведении упражнений общеразвивающего характера использовать различные исходные положения – сидя, лежа, на спине, животе и т. д. При выполнении упражнений стоя, это в основном стойка ноги на ширине стопы или плеч. Стойка «ноги вместе» неустойчива и нецелесообразна, поэтому используется редко.

Утомляет ребенка и отрицательно сказывается на состоянии и развитии опорно-двигательного аппарата длительное пребывание в статической позе. Если педагог перед выполнением упражнения долго выравнивает детей, многословно объясняет задание, порой до 1–1,5 минут, это снижает двигательную активность, отрицательно сказывается на осанке детей, их внимании, выполнении упражнений. Продолжительность объяснений не должна превышать 20–25 секунд (многое зависит от сложности задания, в этом случае надо перевести детей в положение сидя).

При обучении основным видам движений – равновесию и прыжкам, как правило, используют поточный способ организации детей. В упражнениях с мячами (катание, перебрасывание, бросание и ловля мяча) обычно используют фронтальный способ организации, что повышает двигательную активность детей и увеличивает моторную плотность занятия в целом. Необходимо соблюдать определенную дозировку физических упражнений. Так, количество упражнений общеразвивающего характера составляет 4–5 и повторяется 4–5 раз. Темп проведения упражнений и необходимые паузы зависят от физической подготовленности детей каждой конкретной группы.

Рост и развитие костей в большей мере связаны с работой мышц. Мышечный тонус (упругость) у младших дошкольников еще недостаточный. В развитии мышц выделяют несколько узловых возрастов. Один из них – 3–4 года. В этот период диаметр мышц увеличивается в 2–2,5 раза, происходит дифференциация мышечных волокон. Строение мышц, характерное для детей четвертого года жизни, сохраняется без существенных изменений до шестилетнего возраста. Мускулатура по отношению к общей массе тела и

мышечная сила у ребенка 3–4 лет еще недостаточно развиты. В этом возрасте крупная мускулатура в своем развитии преобладает над мелкой. Поэтому детям легче даются движения всей рукой (прокатить машинку, мяч и т. д.). Но постепенно в строительных дидактических играх, в изобразительной деятельности совершенствуются движения кисти, пальцев. Дети осваивают складывание башенок, пирамидок и т. д.

В упражнениях общеразвивающего характера при поднимании рук вверх, в стороны, при наклонах, поворотах и приседаниях малыши осваивают навыки владения телом. Однако для правильного воздействия на ту или иную группу мышц необходимы определенные исходные положения. В этом возрасте дети способны понять поставленную перед ними задачу – встать, ноги на ширину стопы или на ширину плеч и т. д.

Воспитатель выполняет упражнение вместе с детьми, показывая и поясняя его. Наклоны и приседания педагог выполняет 2–3 раза и задает темп выполнения заданий. Далее дети действуют самостоятельно, прислушиваясь к указаниями воспитателя.

Особенности строения дыхательных путей у детей дошкольного возраста (узкие просветы трахеи, бронхов и т. д., нежная слизистая оболочка) создают предрасположенность к нежелательным явлениям.

Ребенок 3–4 лет не может сознательно регулировать дыхание и согласовывать его с движением. Важно приучать детей дышать носом естественно и без задержки. При выполнении упражнений следует обращать внимание на момент выдоха, а не вдоха. Если во время бега или прыжков дети начинают дышать через рот – это сигнал к тому, чтобы снизить дозировку выполняемых заданий. Упражнения в беге длятся 15–20 секунд (с повторением). Для малышей полезны упражнения, требующие усиленного выдоха: игры с пушинками, легкими бумажными изделиями.

В момент выполнения упражнений ребенок не всегда может понять указания воспитателя и тогда ему следует оказать непосредственную помощь, например, повернуть его корпус, придать руке нужное положение и т. д. Вновь приобретенные умения и навыки могут быть реализованы не только на физкультурных занятиях, но и в жизненно важной самостоятельной двигательной деятельности детей.

Средняя группа

В возрасте 4-5 лет у детей происходит дальнейшее изменение и совершенствование структур и функций систем организма. Темп физического развития остается таким же, как и в предыдущий год жизни ребенка.

Прибавка в росте за год составляет 5-7 см, массы тела-1,5-2кг. При оценки физического развития детей учитываются не только абсолютные показатели, но и пропорциональное их соотношение: вес – рост, объем головы - объем грудной клетки и др.

Опорно - двигательный аппарат. Скелет дошкольника отличается гибкостью, так как процесс окостенения еще не закончен. В связи с особенностями развития и строения скелета детям 4-5 лет не рекомендуется предлагать на физкультурных занятиях и в свободной деятельности силовые упражнения. Необходимо также постоянно следить за правильностью принимаемых детьми поз.

Материалы для игр с предметами желательно размещать так, чтобы дети не только занимали удобные позы, но и почаще их меняли.

Продолжительное сохранение статичной позы может вызвать перенапряжение мускулатуры и в конечном итоге привести к нарушению осанки. Поэтому на занятиях, связанных с сохранением определенной позы, используются разнообразные формы физкультурных пауз.

В процессе роста и развития разные группы мышц развиваются неравномерно. Так, масса нижних конечностей по отношению к масса тела увеличивается интенсивнее, чем масса верхних конечностей. Характеристикой функционального созревания мышц служит мышечная выносливость. Считается, что ее увеличение у детей среднего дошкольного

возраста наибольшее. Необходимо дозировать двигательную нагрузку детей при выполнении разных видов упражнения.

Во время утренней гимнастики и физкультурных занятий важна правильная дозировка физических упражнений, укрепляющих мышцы спины, шеи, рук, ног - не более 5-6 повторений.

Органы дыхания. К 5 годам – грудной тип дыхания. В то же время строение легочной ткани еще не завершено. Носовые и легочные ходы у детей сравнительно узки, что затрудняет поступление воздуха в легкие. Поэтому не увеличивающаяся к 4-5 годам подвижность грудной клетки, не более частые, чем у взрослого, дыхательные движения в дискомфортных условиях не могут обеспечить полной потребности ребенка в кислороде. У детей, находящихся в течение дня в помещении, появляется раздражительность, плаксивость, снижается аппетит, становится тревожным сон. Все это - результат кислородного голодания, поэтому важно, чтобы сон, игры и занятия проводились в теплое время года на воздухе.

Учитывая относительно большую потребность детского организма в кислороде и повышенную возбудимость дыхательного центра, следует подбирать такие гимнастические упражнения, при выполнении которых дети могли бы дышать легко, без задержки.

Высшая нервная деятельность. Центральная нервная система является основным регулятором механизмов физиологических и психических процессов.

Нервные процессы - возбуждение и торможение - у ребенка, как и у взрослого, характеризуются тремя основными свойствами: силой, уравновешенностью и подвижностью. К4-5 годам у ребенка возрастает сила нервных процессов. Особенно характерно для детей данного возраста совершенствование межанализаторных связей и механизмов взаимодействия сигнальных систем. Не завершенность строения центральной нервной системы объясняет большую чувствительность у дошкольников к шуму. Необходимо приучать детей правильно пользоваться игрушками, осторожно переносить стулья, разговаривать не громко.

На пятом году жизни, особенно к концу года, развивается механизм сопоставления слов с соответствующими им раздражителями первой сигнальной системы. Повышается самостоятельность действий, умозаключений. Однако нервные процессы у ребенка еще далеки от совершенства. Преобладает процесс возбуждения. Так, при нарушении привычных условий жизни, утомлении это проявляется в бурных эмоциональных реакциях, наблюдении правил поведения.

Вместе с тем именно к пяти годам усиливается эффективность педагогического воздействия, направленного на концентрацию нервных процессов. Поэтому на занятиях и в быту следует предлагать упражнения, совершенствующие реакции ребенка на какой- либо сигнал: вовремя остановиться, изменить направление или темп движения и т.д.

Старшая группа

Растущие возможности детей в старшей группе обусловливают увеличение физиологической нагрузки на организм во время утренней гимнастики, занятий и других форм работы. Так, заметно возрастает продолжительность непрерывного бега в медленном темпе (до 1,5–2 мин.), количество прыжков постепенно увеличивается до 50–55 подряд, они повторяются с небольшим перерывом 2–3 раза.

Увеличиваются объем и интенсивность общеразвивающих упражнений. Наряду с упражнениями с гимнастическими палками, скакалками все шире применяются упражнения на гимнастических снарядах (стенках, скамейках, а также у бревна, дерева и т. д.), парные и групповые упражнения с обручами, шестами, веревками. При этом важно следить за точным соблюдением исходного положения, четким выполнением промежуточных и конечных поз, соответствием выполнения движений заданному темпу.

Объяснения и указания должны быть краткими, нацеленными на качественное выполнение упражнений: точность положений и направлений движения отдельных частей тела с хорошей амплитудой, должным мышечным напряжением.

Успех в освоении основных движений во многом обусловлен уровнем развития двигательных навыков. Чем он выше, тем легче ребенку овладеть техникой сложных движений. Так, прыжки в высоту и длину с разбега требуют предварительных многократных упражнений, обеспечивающих развитие и укрепление нижних конечностей, мышц живота и спины, а также развитие функции равновесия и координации движений; основное содержание подготовительных упражнений для освоения лазанья должны составлять упражнения, способствующие укреплению мышц туловища, рук и ног и координации движений и т.д.

Следует помнить, что формирование двигательных навыков идет значительно быстрее, если упражнение повторяется многократно с незначительными перерывами. Например, прыжки в высоту и длину с разбега необходимо повторить 8–9 раз подряд на первом занятии с постепенным уменьшением количества повторений до 3–4 раз, всего для этого движения достаточно 3–4 занятий. Следует приучать детей осмысленно относиться к точности и правильности выполнения движений, соответствия их образцу. Особенно это важно при усвоении детьми новых сложно координированных двигательных действий: прыжков в длину и высоту с разбега, метания и др.

Закрепление навыков основных движений успешно осуществляется в подвижных играх и эстафетах. При этом необходимо помнить, что включать движение в игры или эстафеты можно только в том случае, если оно хорошо освоено детьми. Последовательность движений и условия игр важно менять, что способствует развитию и воспитанию у детей ловкости и сообразительности. Закрепление накопленного опыта осуществляется при выполнении этих движений на прогулке. Для развертывания самостоятельной двигательной деятельности необходимо иметь достаточное количество пособий и игр и специальное место, где дети могли бы упражняться в выполнении разнообразных движений. Воспитателю важно поощрять и стимулировать у детей желание соревноваться в движениях; он должен заботиться о целесообразной смене движений, способствовать объединению детей в небольшие группы для игр или выполнения двигательных задач.

Подготовительная группа

Возрастной период от 5 до 7(8) лет называют периодом «первого вытяжения», когда за один год ребенок может Вырасти на 7—10 см.Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребенка к еще не завершено. Каждая из 206 костей продолжает меняться по размеру, форме, строению, причем у разных костей фазы развития неодинаковы.

Позвоночный столб ребенка 5—7(8) лет чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций, связок.

У детей 5—7(8) лет наблюдается и незавершенность строения стопы. В связи с этим необходимо предупреждать появление и закрепление у детей плоскостопия, причиной которого могут стать обувь большего, чем нужно, размера, излишняя масса тела, перенесенные заболевания. Воспитателю следует прислушиваться к жалобам детёй на усталость и боль в ногах при ходьбе и когда они стоят.

Основой проявления двигательной деятельности является развитие устойчивого равновесия. Оно зависит от степени взаимодействия проприоцептивных, вестибулярных и других рефлексов, а также от массы тела и площади опоры. С возрастом показатели сохранения устойчивого равновесия у ребенка улучшаются.

Благодаря опыту и целенаправленным занятиям физической культурой (занятия, игровые упражнения, подвижные игры) упражнения по технике движений дети шестилетнего возраста выполняют более правильно и осознанно. Они уже способны

дифференцировать свои мышечные усилия, а это означает, что появляется доступность в умении выполнять упражнения с различной амплитудой, переходить от медленных к более быстрым движениям по заданию воспитателя, т. е. менять темп.

При проведении общеразвивающих упражнений воспитатель учитывает, что детям данного возраста хорошо знакомы направления движений: вверх, вниз, вправо, влево и т. д. Ребята способны осуществлять частичный контроль выполняемых действий, на основе предварительного объяснения упражнения самостоятельно выполнять многие виды упражнений.

Развитие центральной нервной системы характеризуется ускоренным формированием морфофизиологических признаков. Так, поверхность мозга шестилетнего ребенка составляет уже более 90% размера коры головного мозга взрослого человека. Бурно развиваются лобные доли мозга; дети старшего дошкольного возраста осознают последовательность событий, понимают сложные обобщения.

В этом возрасте совершенствуются основные процессы: возбуждение, и особенно торможение, и несколько легче в данный период формируются все виды условного торможения. Задания детям, основанные на торможении, следует разумно дозировать, так как выработка тормозных реакций сопровождается изменением частоты сердечных сокращений, дыхания, что свидетельствует о значительной нагрузке на нервную систему.

Развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем. В первые годы жизни пульс ребенка неустойчив и не всегда ритмичен. Средняя его частота к шести-семи годам составляет 92— 95 ударов в минуту. К семи-восьми годам развитие нервного аппарата, регулирующего сердечную деятельность, в основном заканчивается и работа сердца становится более ритмичной.

Размеры и строение дыхательных путей дошкольника отличаются от таковых у взрослого. Они значительно уже, поэтому нарушение температурного режима и влажности воздуха в помещении приводят к заболеваниям органов дыхания.

Важна и правильная организация двигательной активности дошкольников. При ее недостаточности число заболеваний органов дыхания увеличивается примерно на 20%.

Жизненная емкость легких у шестилетних детей в среднем равна 1100—1200 см3.При выполнении гимнастических упражнений она увеличивается в 2—7 раз, а при беге — ее больше.

Потребность в двигательной активности у многих ребят настолько велика, что врачи и физиологи период от 5 до 7(8) лет называют «возрастом двигательной расточительности». Задачи педагога заключаются в контроле за двигательной деятельностью своих воспитанников с учетом проявляемой ими индивидуальности.

1.5. Планируемые результаты освоения программы

Результатами освоения программы являются целевые ориентиры дошкольного образования, которые представляют собой социально нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования.

Вторая группа раннего развития

- 2,5 года — подпрыгивает, одновременно отрывая от земли обе ноги, с поддержкой; перешагивает через несколько препятствий; нагибается за предметом.
- 3 года — поднимается вверх по лестнице в 10 ступеней высотой 12-15 см, поочередно ставя ноги на каждую ступеньку; подпрыгивает на обеих ногах без поддержки; стоит на одной ноге в течение 10с; уверенно бегает; может ездить на трехколесном велосипеде. Умеет ходить и бегать, не наталкиваясь на других детей. Может прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед и т. д. Умеет брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч. Умеет ползать, подлезать под натянутую веревку, перелезать через бревно, лежащее на полу.
- Имеет первичные представления о себе: знает свое имя, свой пол, имена членов своей семьи.
- Имеет первичные представления о себе как о человеке, знает названия основных частей тела,

их функции.

- Проявляет умения самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием и укреплением здоровья (с удовольствием делает зарядку, ленивую гимнастику)

Младшая группа

- Владеет соответствующими возрасту основными движениями.
- Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.
- Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях.
- Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).
- Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры.
- Самостоятельно или после напоминания взрослого соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания.
- Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление.
- Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя.
- Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы.

- Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.
- Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см.
- Может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.
- Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.
- Проявляет умения самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием и укреплением здоровья (здоровьесберегающая модель поведения)
- С удовольствием делает зарядку, ленивую гимнастику.
- Имеет представление о вредных и полезных продуктах.

Средняя группа

- Владеет соответствующими возрасту основными движениями.
- Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.
- Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях.
- Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).
- Принимает правильное исходное положение при метании; может метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивает мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд.
- Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м.
- Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу.
- Может скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 м).
- Ходит па лыжах скользящим шагом на расстояние до 500 м, выполняет поворот переступанием, поднимается на горку.
- Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны.
- Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.
- Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.
- Проявляет умения самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием и укреплением здоровья (здоровьесберегающая модель поведения)
- С удовольствием делает зарядку, ленивую гимнастику.
- Имеет представление о вредных и полезных продуктах.

Старшая группа

- Владеет соответствующими возрасту основными движениями.
- Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.
- Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях.
- Проявляет желание участвовать в играх с элементами соревнования, в играх-эстафетах.
- Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.
- Может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку
- Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о

землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м).

- Владеет школой мяча.
- Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.
- Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.
- Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни. Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений.
- Имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье.
- Знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня.
- Имеет элементарные представления о здоровом образе жизни, о зависимости здоровья от правильного питания.
- Начинает проявлять умение заботиться о своем здоровье.
- Имеет представление о вредных и полезных продуктах.

Подготовительная группа

- Сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности.
- В свободное время в группе и на прогулке ребенок организует подвижные игры с другими детьми.
- Движения ребенка в подвижных играх, беге и ходьбе уверенные, и ловкие.
- При выполнении коллективных заданий опережает средний темп.
- Утомляется незначительно на занятиях, требующих концентрации внимания и усидчивости.
- Умело действует двумя руками при выполнении с несколькими предметами (бытовые действия, одевание, конструирование, лепка).
- Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).
- Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега — 180 см; в высоту с разбега—не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.
- Может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг).
- Бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния А-5 м.
- Метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель.
- Умеет перестраиваться в 3-4 колонны.
- Умеет перестраиваться в 2-3 круга на ходу.
- Умеет перестраиваться в две шеренги после расчета на «первый-второй», соблюдать интервалы во время передвижения.
- Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.
- Следит за правильной осанкой.
- Ходит на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку и спускается с нее, тормозит при спуске.
- Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).

- Самостоятельно без напоминаний выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.
- Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений.
- Всегда следит за правильной осанкой
- Имеет сформированные представления о здоровом образе жизни (об особенностях строения и функциями организма человека).
- Имеет представления и может высказаться о важности соблюдения режима дня, стремится соблюдать его.
- Имеет представления о рациональном и правильном питании, стремиться правильно питаться.
- Может перечислить продукты, которые вредны или полезны для ребенка, какими витаминами богаты.
- Имеет представления о значении двигательной активности на свежем воздухе в жизни человека, о пользе и видах закаливающих процедур, о роли солнечного света, воздуха, воды и их влиянии на здоровье.

1.6. Система оценки результатов освоения программы.

Физическое обследование дошкольников, которая состоит из двух частей, характеризующих:

1. ***физическое развитие*** (измерение длины и массы тела, окружности грудной клетки);
2. ***развитие психофизических качеств:***

- *измерение силы:* подъем туловища в сед, поднимание ног в положении лежа на спине;
- *скоростно-силовые качества:* прыжок в длину с места, бросок набивного мяча двумя руками из-за головы, метание легкого мяча на дальность;
- *быстрота:* бег на дистанции 10 метров схода и 30 м; «челночный бег» 3Х10 м;
- *выносливость:* бег на дистанции 90, 120, 150, 300 м (в зависимости от возраста детей);
- *ловкость:* бег зигзагом, прыжки через скакалку;
- *гибкости*: наклон туловища вперед на скамейке.

Обследование детей проводится как в помещении (физкультурный, музыкальный залы), так и на физкультурной площадке. На физкультурной площадке проводятся следующие тесты: метание мяча на дальность, бег на дистанции: 10, 30, 90, 120, 150, 300 м, «челночный бег» 3 х10 м.

Обследование необходимо проводить в течение нескольких дней, весной и осенью, в теплое время года. Одежда должна быть удобной, легкой и чистой (не из синтетики). На открытом воздухе заниматься детям лучше в костюме, обувь должна быть на резиновой подошве, в помещении форма иная - спортивные шорты, майка, спортивная обувь.

Измерение физической подготовленности проводится воспитателем вместе с инструктором по физическому воспитанию. Все данные обследования заносятся в диагностическую карту по каждой возрастной группе отдельно

Для проведения антропологических измерений необходимо предоставить комнату, в которой поддерживалась бы температура зоны комфорта (22-24°С). Все измерения проводятся на правой стороне тела ребенка. Для проведения измерений необходимо: ростомер - 1 шт., весы медицинские - 1 шт., сантиметровую ленту - 2 шт.

Измерение длины тела. Длина тела измеряется < верхушечной точки на голове до пола. Обследуемый ребенок должен стоять правым боком к взрослому, на ровной горизонтальной поверхности пола, прямо, соединив пятки. Голова фиксируется по горизонтали. Необходимо следить за тем, чтобы антропометр не отклонялся от вертикальной линии. Точность измерения до 0,1см. Измерения проводятся в сантиметрах.

Измерение массы тела. Измерение массы тела проводится десятичными весами (медицинскими рычажного типа, без верхней одежды и обуви). При взвешивании ребенок стоит на середине площадки, спокойно. До измерения весы должны показывать нуль. Точность измерения - 50 г.

Ориентировочные показатели
физической подготовленности детей 3-7 лет
(утверждено Постановлением Правительства Р.Ф. 29 декабря 2001г. №916)

№	Наименование показателя	Пол	3 года	4 года	5 лет	6 лет	7(8) лет
1	Бросок набивного мяча	Мал	110-150	140-180	160-230	175-300	220-350
		Дев	100-140	130-175	150-225	170-280	190-330
2	Прыжок в длину с места	Мал	60-85	75-95	85-130	100-140	130-155
		Дев	55-80	70-90	85-125	90-140	125-150
3	Наклон туловища вперед из положения стоя (см)	Мал	1-3	2-5	3-6	4-7	5-8
		Дев	2-6	5-8	6-9	7-10	8-12
4	Бег на дистанцию 10 метров схода	Мал	7,8-7,5	5,5-5,0	3,8-3,7	2,5-2,1	2,3-2,0
		Дев	8,0-7,6	5,7-5,2	4,0-3,8	2,6-2,2	2,5-2,1
5	Бег на дистанцию 30 метров	Мал		8,5-10,0	8,2-7,0	7,0-6,3	6,2-5,7
		Дев		8,8-10,5	8,5-7,4	7,5-6,6	6,5-5,9
6	Челночный бег 3х10 метров	Мал		9,5-11,0	9,2-8,0	8,0-7,4	7,2-6,8
		Дев		9,8-11,5	9,5-8,4	8,5-7,7	7,5-7,0
7	Бег зигзагом	Мал		9,5-11,0	9,2-8,0	8,0-7,4	7,2-6,8
		Дев		9,8-11,5	9,5-8,4	8,5-7,7	7,5-7,0
8	Подъем туловища в сед за 30 сек. (количество)	Мал		6-8	9-11	10-12	12-14
		Дев		4-6	7-9	8-10	9-12
9	Прыжки через скакалку	Мал			1-3	3-15	7-21
		Дев			2-5	3-20	15-45
10	Бег на дистанцию 90,120,150 метров	Мал			31,6-34,6	31,9-35,0	31,5-35,2
		Дев			32,0-35,0	32,0-36,0	32,5-37,0
11	Поднимание ног в положении лежа на спине	Мал			9-10	10-11	11-13
		Дев			6-8	7-9	10-12

Использование диагностических тестов.

Во время тестирования важно учитывать:

- индивидуальные возможности ребёнка;
- особенности проведения тестов, которые должны выявлять даже самые незначительные отклонения в двигательном развитии ребёнка.

Перед выполнением контрольных двигательных заданий следует провести небольшую разминку (спокойная ходьба, переходящая в бег, непрерывный бег 1,5 минуты, дыхательные упражнения).

Тесты лучше проводить в игровой форме, чтобы детям нравились занятия, чтобы они могли ощутить «мышечную радость» от физических нагрузок.

Следует отметить большой интерес у старших дошкольников к выполнению вышеперечисленных тестовых испытаний. Наблюдения показали, что большая часть (60%) постоянно стремятся сопоставить свои результаты с показателями сверстников. Некоторые дети (30%) даже задумываются над тем, как улучшить свои показатели, стараются неоднократно повторять одно и тоже задание, обращаются к воспитателю за помощью и стремятся добиться хороших результатов. И лишь незначительная часть детей (10%) остаются пассивными и инертными.

Диагностика физической подготовленности должна проводится не менее двух раз в течение учебного года (сентябрь — май).

Дети, выполнившие все тесты, с результатами в рамках возрастных норм могут быть отнесены к среднему уровню физической подготовленности; выше ориентировочных показателей (более трёх показателей) - к высокому уровню физической подготовленности. Если из семи тестов, ребёнок имеет от трёх и более показателей ниже нормы, то у него низкий уровень физической подготовленности.

Мониторинг психофизических качеств

Тесты по определению скоростно – силовых качеств.

Бросок набивного мяча. (1 кг.) двумя руками из – за головы из исходного положения стоя.

Испытание проводится на ровной площадке длинной не менее 10 м. ребенок встает у контрольной линии разметки и бросает мяч из – за головы двумя руками вперед из исходного положения стоя, одна нога впереди, другая сзади или ноги врозь. При броске ступни должны сохранять контакт с землей. Допускается движение вслед за произведенным броском. Делаются 3 попытки. Засчитывается лучший результат.

Тест предназначен для детей от 3 до 7 (8)лет.

Прыжок в длину с места

Обследование прыжков в длину с места можно проводить на участке детского сада в теплое время, а в помещении в холодное время года. Прыжок выполняется в заполненную песком яму для прыжков или на взрыхленный грунт (площадью 1х2 метра). При неблагоприятных погодных условиях прыжки можно проводить в физкультурном зале, для этого может быть использована физкультурная дорожка.

Ребенку предлагают, отталкиваясь двумя ногами, с интенсивным взмахом рук, от размеченной линии отталкивания на максимальное для него расстояние и приземляться на обе ноги. При приземлении нельзя опираться позади руками. Измеряется расстояние между линией отталкивания и отпечатком ног (по пяткам) при приземлении (в см.). Делаются 3 попытки. Засчитывается лучшая из попыток.

Тест предназначен для детей от 4 до 7(8) лет.

Метание мягкого мяча на дальность

Обследование дальности метания проводится на асфальтовой дорожке или физкультурной площадке, коридор для метания должен быть шириной не менее 3 метров и длиной 15 – 20 метров. Дорожка предварительно размечается мелом поперечными линиями через каждый метр и пронумеровывается цифрами расстояние. Линия отталкивания шириной 40 см

заштриховывается мелом. По команде, ребенок подходит к линии отталкивания, из И.п. стоя производит бросок мячом (200 гр.), одной рукой из – за головы , одна нога поставлена впереди другой на расстоянии шага. При броске нельзя изменять положение ступней. Засчитывается лучший результат из трех попыток.

Тест предназначен для детей от 3 до 7(8) лет.

Тесты по определению быстроты.

Бег на дистанцию 10 метров схода

На асфальтированной дорожке намечаются линии старта и финиша. За линией финиша (в 6 — 7 м от нее) ставится ориентир (яркий предмет — кегля, кубик), для того чтобы ребенок, пересекая линию финиша, не делал резкой остановки. Предлагаются две попытки, отдых между ними 5 мин.

Ребенок по команде «на старт» подходит к черте и занимает удобную позу. Воспитатель стоит сбоку от линии старта с секундомером. После взмаха флажком ребенок делает разбег. В момент пересечения линии старта воспитатель включает секундомер и выключает его тогда, когда ребенок добегает до линии финиша.

Фиксируется лучший результат из двух попыток.

Тест предназначен для детей от 4 до 7 лет.

Бег на дистанцию 30 метров

Задание проводится на беговой дорожке (длина не менее 40 м, шири на 3 м). На дорожке отмечаются линия старта и линия финиша. Тестирование проводят двое взрослых; один находится с флажком на линии старта, второй (с секундомером) — на линии финиша. За линией финиша на расстоянии 5 — 7 м ставится яркий ориентир. По команде воспитателя «внимание» ребенок подходит к линии старта и принимает стартовую позу. Затем следует команда «марш» — взмах флажком (он должен даваться сбоку от ребенка). В это время воспитатель, стоящий на линии финиша, включает секундомер. Во время короткого отдыха (3 — 5 мин) проводится спокойная ходьба с дыхательными упражнениями.

Предлагаются две попытки, фиксируется лучший результат. Внимание! Во время бега не следует торопить ребенка, корректировать его бег.

Тест предназначен для детей от 4 до 7(8)лет.

Челночный бег 3Х 10 метров

Ребенок встает у контрольной линии, по сигналу «марш» (в этот момент воспитатель включает секундомер) трехкратно преодолевает 10-метровую дистанцию, на которой по прямой линии расположены кубики (5 шт.). Ребенок обегает каждый кубик, не задевая его.

Фиксируется общее время бега.

Тест предназначен для детей от 4 до 7(8) лет.

Тесты по определению ловкости.

Бег зигзагом

Тест проводится на спортивной площадке или в зале длиной не менее 15 м. Намечается линия старта, которая является одновременно и линиейфиниша. От линии «старта» на расстоянии 5 м кладутся 2 больших мяча, от них на расстоянии 3 м еще 2 больших мяча параллельно первым и еще 2 мяча на таком же расстоянии. Таким образом, дистанция делится на 3 зоны. Расстояние между мячами 2 м. Необходимо указать направление движения стрелками.

По команде «На старт!» ребенок становится позади линии старта. По команда «Марш!»ребенок бежит зигзагом в направлении, указанном стрелкой между мячами и финиширует. Воспитатель выключает секундомер только после того, как ребенок пройдет всю дистанцию. Время измеряется с точностью до 1/10с. Тест проводится одним ребенком 2 раза и фиксируется лучший результат. Если ребенок задел мяч или столкнул его с места, сбился с курса или упал, тест проводится заново.

Ребенку необходим показ.

Тест предназначен для детей от 5 до 7(8) лет.

Прыжки через скакалку

Принимается исходное положение: ноги вместе, руки внизу, в руках скакалка. Затем ребенок прыгает вперед через скакалку. Воспитатель считает количество прыжков.
Делаются две попытки, засчитывается лучший результат.
Внимание! Важно правильно подобрать скакалку для каждого ребенка. Если скакалка выбрана правильно, то когда ребенок встает обеими ногами на середину скакалки и натягивает ее, концы скакалки достают до подмышек.
Тест предназначен для детей от 5 до 7(8)лет.

Тесты по определению гибкости.

Наклон туловища вперед.

Тест проводится двумя воспитателями. Ребенок становится на гимнастическую скамейку (поверхность скамейки соответствует нулевой отметке). Задание: наклониться вниз, стараясь не сгибать колени (при необходимости их может придерживать один из воспитателей). Второй воспитатель по линейке, установленной перпендикулярно скамейке, регистрирует тот уровень, до которого дотянулся ребенок кончиками пальцев. Если ребенок не дотягивается до нулевой отметки (поверхности скамьи), то результат засчитывается со знаком минус. Во время выполнения данного теста можно использовать игровой момент «до стань игрушку».
Тест предназначен для детей от 3 до 7 (8)лет.

Тесты по определению выносливости.

Бег на дистанцию 90,120, 150 метров.(в зависимости от возраста детей)

Тест проводится с небольшой подгруппой (5 — 7 человек), сформированной с учетом уровня двигательной активности детей. Участвуют два воспитателя и медсестра, которая следит за самочувствием детей.

Воспитателю заранее необходимо измерить дистанцию беговой до рожки (в метрах) и разметить ее — отметить линию старта и половину дистанции. Дорожка может проходить вокруг дошкольного учреждения. Дети подходят к линии старта. Воспитатель группы дает команду «на старт» и включает секундомер. Воспитатель по физической культуре бежит впереди колонны в среднем темпе 1—2 круга, дети бегут за ним, затем дети бегут самостоятельно, стараясь не менять темпа. Бег продолжается до появления первых признаков усталости. Тест считается правильно выполненным, если ребенок пробежал всю дистанцию без остановок.
Тест предназначен для детей: 5 лет - дистанция 90 м;
6 лет - дистанция 120 м;
7 (8)лет - дистанция 150 м.

Тесты по определению силовой выносливости.

Подъем туловища в сед(за 30 секунд)

Ребенок лежит на гимнастическом мате на спине, скрестив руки на груди. По команде «начали» ребенок поднимается, не сгибая колен (вос питатель слегка придерживает колени ребенка, сидя на мате рядом с ним), садится и вновь ложится. Воспитатель считает количество подъемов. Тест считается правильно выполненным, если ребенок при подъеме не коснулся локтями мата, а спина и колени оставались прямыми.
Из двух попыток засчитывается лучший результат.
Тест предназначен для детей от 5 до 7(8) лет.

Поднимание ног в положении лежа на спине.

Ребенок лежит на спине в положении «руки за голову». По команде он поднимает прямые и сомкнутые ноги до вертикального положения и затем снова опускает их до пола. Плечи фиксируются другим ребенком. Засчитывается число правильно выполненных поднимании за 30 с.
Тест предназначен для детей от 4 до 7(8) лет.
(Данные тесты предложены Н.Н.Кожуховой, Л.А.Рыжовой, М.М. Самодуровой)

Тест по определению прироста показателей психофизических качеств

Для оценки темпов прироста показателей психофизических качеств мы предлагаем пользоваться формулой, предложенной В.И. Усачевым:

$$W = \frac{100(V1 - V2)}{\frac{1}{2}(V1+V2)}$$

где W - прирост показателей темпов в %

V1 - исходный уровень

V2 - конечный уровень.

Например: Саша Д. прыгнул в длину с места вначале года на 42 см., а в конце – на 46см. подставляя эти значения формулу, получаем: $W = \frac{100(46-42)}{1/2(42+46)} = 9\%$

Хорошо это или плохо? Ответ на этот вопрос можно найти в шкале оценки темпов прироста физических качеств.

Шкала оценок темпов прироста физических качеств детей дошкольного возраста

Темпы прироста (%)	***Оценка***	***За счет чего достигнут прирост***
До 8	Неудовлетворительно	За счет естественного роста
8-10	Удовлетворительно	За счет естественного роста и естественной двигательной активности
10-15	Хорошо	За счет естественного прироста и целенаправленной системы физического воспитания
Свыше 15	Отлично	За счет эффективного использования естественных сил природы и физических упражнений

Таким образом, представленные тесты и диагностические методики позволяют:

1. оценить различные стороны психомоторного развития детей;
2. видеть динамику физического и моторного развития, становления координационных механизмов и процессов их управления;
3. широко использовать данные задания в практической деятельности дошкольных учреждений.

2.Содержательный раздел

2.1. Содержание психолого-педагогической работы с детьми

Основные цели и задачи

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждения утомления.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании и др.) формирование полезных привычек.

Воспитание культурно- гигиенических навыков.

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

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

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

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Вторая группа раннего развития

(от 2 до 3 лет)

Формировать у детей представления о значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека: глаза — смотреть, уши — слышать, нос — нюхать, язык — пробовать (определять) на вкус, руки — хватать, держать, трогать; ноги — стоять, прыгать, бегать, ходить; голова — думать, запоминать.

Младшая группа

(от 3 до 4 лет)

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

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

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

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

Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.

Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения. Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

Средняя группа

(от 4 до 5 лет)

Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека.

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 полезных продуктов.

Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. 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 начался насморк»).

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 организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Старшая группа
(от 5 до 6 лет)

Становление ценностей здорового образа 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 носить очки»).

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

Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.

Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.

Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие.

Знакомить детей с возможностями здорового человека.

Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни.

Подготовительная группа
(от 6 до 7-8 лет)

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 закаливающих процедур.

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

Физическая культура

Примерный перечень основных движений подвижных игр и упражнения представлен в Приложении.

Вторая группа раннего развития
(от 2 до 3 лет)

Обеспечение гармоничного физического развития.

Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.

Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными

движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога.

Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.

Подвижные игры. Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание). Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т. п.).

Младшая группа
(от 3 до 4 лет)

Обеспечение гармоничного физического развития.

Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

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 руками одновременно.

Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

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

Начальные представления о некоторых видах спорта.

Формировать интерес к спорту. Знакомить с некоторыми видами спорта.

Приобщать к доступным подвижным играм и упражнениям.

Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.

Подвижные игры. Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.

Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.

Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами.

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 видов движений.

Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Средняя группа
(от 4 до 5 лет)

Обеспечение гармоничного физического развития.

Формировать правильную осанку.

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 рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (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 короткую скакалку.

Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).

Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу.

Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.

Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.

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

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

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

Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.

Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

Приучать к выполнению действий по сигналу.

Старшая группа
(от 5 до 6 лет)

Обеспечение гармоничного физического развития.

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.

Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

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 при приземлении.

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

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 в пространстве.

Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

Начальные представления о некоторых видах спорта. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.

Продолжать знакомить с различными видами спорта. Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.

Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения на спортивной

площадке.

Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы.

Учиться кататься на двух колесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве.

Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.

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

Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

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

Подготовительная группа
(от 6 до 7(8) лет)

Обеспечение гармоничного физического развития.

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

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

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

Добиваться активного движения кисти руки при броске.

Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

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

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

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

Начальные представления о некоторых видах спорта.Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

Продолжать знакомить с различными видами спорта.

Закреплять навыки выполнение спортивных упражнений.

Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.

Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

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;

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры со сверстниками, придумывать собственный игры, варианты игр, комбинировать движения; справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.

Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.

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

2.2. Содержание работы по образовательной области «Физическое развитие»

2.2.1.«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

2 группа раннего развития

Содержание направления «Физическая культура» с детьми 2-3 лет разработано в соответствии с ФГОС и направлено на достижение целей формирования у воспитанников интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

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

Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога.

- Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.
- **Подвижные игры.** Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание). Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т. п.).
-

В год по физической культуре во2 группе раннего развития дается 3 НОД в неделю, 2 НОД – в спортивном зале, 1 НОД на свежем воздухе. В год-108 часов.

ПЛАНИРОВАНИЕ ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ВО ВТОРОЙ ГРУППЕ РАННЕГО РАЗВИТИЯ

№	Тема	Цель
Сентябрь		
1.	Игровые упражнения	Повторить игровые упражнения в беге. Формировать различные виды игровых упражнений.
2.	Прыжки на двух ногах на месте	Упражнять в ходьбе и беге, в прыжках на двух ногах на месте.
3.	Проползание заданного расстояния до предмета	Упражнять детей в ходьбе и беге не наталкиваясь друг на друга, в ползании и прыжках на двух ногах.
4.	Игровые упражнения	Повторить игровые упражнения в прыжках. Формировать различные виды игровых упражнений.
5.	Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед	Упражнять детей в ходьбе и беге не наталкиваясь друг на друга, в прыжках на двух ногах и катании мяча.
6.	Проползание в вертикально стоящий обруч	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя , учить Проползание в вертикально стоящий обруч
7.	Игровые упражнения	Повторить игровые упражнения в равновесии. Формировать различные виды игровых упражнений.
8.	Прокатывание мячей	Упражнять в ходьбе «стайкой» за воспитателем, в прокатывании мяча и прыжках на двух ногах.
9.	Подпрыгивание до ладони воспитателя	Развивать ориентировку, умение действовать по сигналу воспитателя.
10.	Игровые упражнения	Игровые упражнения и подвижные игры на весь пройденный материал.
11.	Прыжки на двух ногах на месте и слегка продвигаясь вперед	Упражнять детей в ходьбе и беге не наталкиваясь друг на друга, в прыжках на двух ногах и катании мяча двумя руками.
Октябрь		
12.	Игровые упражнения	Упражнять в ходьбе "стайкой" за воспитателем, в подпрыгивании до предмета, повторить ползание.
13.	Подползание под дугу	Повторить игровые упражнения в прыжках. Формировать различные виды игровых упражнений.
14.	Подпрыгивание до погремушки	Упражнять в ходьбе "стайкой" за воспитателем, в подползании под дугу и прокатывании мяча.

15.	Игровые упражнения	Упражнять в ходьбе с согласованными, свободными движениями рук и ног, повторить упражнения в прыжках.
16.	Прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета	Повторить игровые упражнения в беге. Формировать различные виды игровых упражнений
17.	Подползание под веревку	Упражнять в прыжках и прокатывании мяча, повторить проползание в вертикально стоящий обруч.
18.	Игровые упражнения	Упражнять в ходьбе "стайкой" за воспитателем, в подползании под веревку и прокатывании мяча.
19.	Прыжки на двух ногах, сопровождающиеся небольшим продвижением вперед.	Повторить игровые упражнения в равновесии. Формировать различные виды игровых упражнений.
20.	Проползание в вертикально стоящий обруч	Упражнять в ходьбе с согласованными, свободными движениями рук и ног, повторить упражнения в прыжках на двух ногах, сопровождающиеся небольшим продвижением вперед
21.	Игровые упражнения	Упражнять в прыжках и прокатывании мяча, повторить проползание в вертикально стоящий обруч
22.	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	Повторить игровые упражнения в прыжках. Формировать различные виды игровых упражнений.
23.	Прокатывание мяча одной рукой	Упражнять в ходьбе в прямом направлении, в прыжках на двух ногах.
24.	Игровые упражнения	Упражнять в ходьбе в прямом направлении, в прокатывании мяча и ползании.
Ноябрь		
25.	Подпрыгивание до двух игрушек	Повторить игровые упражнения в равновесии. Формировать различные виды игровых упражнений.
26.	Игровые упражнения	Повторить ходьбу по кругу и бег в различных направлениях, упражнять в подпрыгивании.
27.	Подползание под гимнастическую палку	Повторить игровые упражнения в прыжках. Формировать различные виды игровых упражнений.
28.	Перепрыгивание через веревку	Повторить ходьбу по кругу и бег в различных направлениях, упражнять в подползании под гимнастическую палку
29.	Игровые упражнения	Повторить ходьбу в прямом направлении и бег в различных направлениях, упражнять в подползании под гимнастическую палку
30.	Прокатывание мячей друг другу	Повторить игровые упражнения в беге. Формировать различные виды игровых

		упражнений
31.	Подпрыгивание до ладони воспитателя	Повторить ходьбу в прямом направлении и бег в различных направлениях, упражнять в прокатывании мяча.
32.	Игровые упражнения	Повторить ходьбу по кругу , упражнять в прыжках и ползании.
33.	Проползание в вертикально стоящий обруч	Повторить игровые упражнения в прыжках. Формировать различные виды игровых упражнений.
34.	Перепрыгивание через линию, веревку.	Повторить ходьбу в прямом направлении, упражнять в ползании и прокатывании мяча.
35.	Игровые упражнения	Повторить ходьбу в прямом направлении, упражнять в ползании и прыжках.
36.	Прокатывание мяча между предметами	Повторить игровые упражнения и подвижные игры на весь пройденный материал.
Декабрь		
37.	Прыжки на двух ногах	Упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы, в проползании заданного расстояния до предмета.
38.	Игровые упражнения	Повторить ходьбу в прямом направлении, в прыжках на двух ногах и катании мяча.
39.	Прокатывание мяча между предметами	Повторить игровые упражнения в прыжках. Формировать различные виды игровых упражнений.
40.	Прокатывание мяча между предметами	Повторить ходьбу перешагивая через предметы, упражнять в прокатывании мяча и прыжках.
41.	Игровые упражнения	Повторить ходьбу перешагивая через предметы, упражнять в прокатывании мяча и прыжках
42.	«Через ручеек»	Повторить игровые упражнения в беге. Формировать различные виды игровых упражнений
43.	«Прокати мяч»	Упражнять в ползании и подпрыгивании, прокатывании мяча двумя руками.
44.	Игровые упражнения	Повторить ходьбу перешагивая через предметы, упражнять в прокатывании мяча и прыжках
45.	«Брось мяч»	Повторить игровые упражнения в равновесии. Формировать различные виды игровых упражнений
46.	Прыжки в высоту	Повторить ходьбу по кругу, упражнять в бросках мяча.
47.	Игровые упражнения	Упражнять в ходьбе с опорой на зрительные ориентиры, упражнять в прыжках в высоту.
48.	Игровые упражнения	Повторить игровые упражнения и подвижные игры на весь пройденный материал.

Январь		
49.	Подползание под дугу	
50.	Бросание мяча снизу двумя руками	Упражнять в ходьбе с опорой на зрительные ориентиры, упражнять в прыжках в высоту.
51.	Игровые упражнения	Упражнять в ходьбе с опорой на зрительные ориентиры, в бросании мяча снизу двумя руками.
52.	«Лови мяч»	Повторить игровые упражнения в беге. Формировать различные виды игровых упражнений
53.	Подползание под дугу	Упражнять в прыжках на двух ногах, ловле мяча брошенного воспитателем.
54.	Игровые упражнения	Упражнять в прыжках на двух ногах и подползании под дугу.
55.	Прыжки на двух ногах	Повторить игровые упражнения в прыжках. Формировать различные виды игровых упражнений.
56.	Прыжки на двух ногах	Повторить ходьбу и бег по кругу, упражнять в прыжках на двух ногах.
57.	Игровые упражнения	Повторить ходьбу и бег по кругу, упражнять в прыжках на двух ногах.
58.	Игровые упражнения	Повторить игровые упражнения и подвижные игры на весь пройденный материал.
Февраль		
59.	Проползание в заданном направлении	Упражнять в ходьбе приставными шагами вперед, в стороны, повторить перебрасывание мяча через веревку.
60.	Игровые упражнения	Повторить ходьбу и бег, упражнять в прыжках и ползании.
61.	Перепрыгивание через веревку	Повторить игровые упражнения в равновесии. Формировать различные виды игровых упражнений
62.	Скатывание мяча с горки	Повторить ходьбу и бег, упражнять в прыжках и ползании.
63.	Игровые упражнения	Повторить ходьбу и бег со сменой направления движения, повторить упражнения с мячом и ползании.
64.	Прыжки на двух ногах с мячом в руках	Повторить игровые упражнения в прыжках. Формировать различные виды игровых упражнений.
65.	Подпрыгивание до двух игрушек	Повторить ходьбу и бег со сменой направления движения, прыжки на двух ногах и проползание заданного расстояния.
66.	Игровые упражнения	Повторить ходьбу и бег со сменой направления движения, прыжки на двух ногах и проползание заданного расстояния.

67.	Подползание под гимнастическую палку	Повторить игровые упражнения в беге. Формировать различные виды игровых упражнений
68.	"Проползи в воротца"	Повторить упражнения с мячом, ползании и прыжках на двух ногах.
69.	Игровые упражнения	Повторить игровые упражнения и подвижные игры на весь пройденный материал.
	Март	
70.	Прыжки на двух ногах	Упражнять в ходьбе и беге, разучить игровое упражнение
71.	Игровые упражнения	Упражнять в ходьбе с опорой на зрительные ориентиры и беге в различных направлениях, повторить прыжки и бросание мяча.
72.	«Прокати мяч и догони его»	Повторить игровые упражнения в прыжках. Формировать различные виды игровых упражнений.
73.	Подползание под веревку	Повторить ходьбу со сменой направления движения, упражнять в прокатывании мяча и прыжках.
74.	Игровые упражнения	Повторить ходьбу с перешагиванием через предметы, упражнять в ползании.
75.	«Брось поймай»	Повторить игровые упражнения в равновесии. Формировать различные виды игровых упражнений
76.	Прыжки на двух ногах	Повторить игровые упражнения с мячом
77.	Игровые упражнения	Повторить ходьбу между предметами, прыжки на двух ногах и катание мяча.
78.	Перелезание через бревно	Повторить игровые упражнения в беге. Формировать различные виды игровых упражнений
79.	Перелезание через бревно	Упражнять в ходьбе и беге со сменой характера движения, упражнять в перелезании через бревно.
80.	Игровые упражнения	Упражнять в ходьбе и беге со сменой характера движения, упражнять в перелезании через бревно.
81.	Прыжки на двух ногах как можно дальше	Повторить игровые упражнения и подвижные игры на весь пройденный материал.
82.	Игровые упражнения	Повторить прыжки на двух ногах и прокатывание мячей двумя руками.
	Апрель	
83.	Игровые упражнения	
84.	Перепрыгивание через веревку	Повторить игровые упражнения в равновесии. Формировать различные виды игровых упражнений

85.	Бросание мяча двумя руками	Повторить ходьбу со сменой характера движения, упражнять в перепрыгивании и прокатывании мяча.
86.	Игровые упражнения	Повторить упражнения с мячом и в прыжках.
87.	Подпрыгивание до предмета	Повторить игровые упражнения в беге. Формировать различные виды игровых упражнений
88.	Подползание под дугу	Повторить ходьбу и бег между предметами, упражнять в подпрыгивании и ползании.
89.	Игровые упражнения	Повторить ходьбу со сменой характера движения, упражнять в прыжках и подползании под дугу.
90.	Прокатывание мяча между предметами	Повторить игровые упражнения в прыжках. Формировать различные виды игровых упражнений.
91.	Ползание по гимн. скамейке.	Упражнять в ходьбе и беге между двумя линиями, повторить прыжки и прокатывание мяча между предметами.
92.	Игровые упражнения	Упражнять в ходьбе и беге, сохранении устойчивого равновесие при ползании по гимнастической скамейке.
93.	«Попади в воротца»	Повторить игровые упражнения и подвижные игры на весь пройденный материал.
94.	Перепрыгивание через две параллельные линии	Повторить ходьбу со сменой характера движения, упражнять в прыжках и подползании, развивать глазомер.
95.	Лазание под шнур	Повторить ходьбу со сменой характера движения, упражнять в прыжках, в перелезании и прокатывании мяча.
Май		
96.	Проползание в вертикально стоящий обруч	Повторить игровые упражнения в прыжках. Формировать различные виды игровых упражнений.
97.	Прыжки с продвижением вперед	Повторить ходьбу со сменой характера движения, упражнять в проползании в вертикально стоящий обруч.
98.	Игровые упражнения	Упражнять в ходьбе с перешагиванием, в прыжках и ползании
99.	Прыжки на двух ногах	Повторить игровые упражнения в равновесии. Формировать различные виды игровых упражнений
100.	Прыжки на двух ногах	Повторить ходьбу и бег между предметами, упражнять в подпрыгивании и ползании.
101.	Игровые упражнения	Повторить ходьбу и бег между предметами, упражнять в подпрыгивании и ползании.
102.	" Прокати-поймай"	Повторить игровые упражнения в беге. Формировать различные виды игровых

		упражнений
103.	Лазание под шнур	Повторить ходьбу и бег между предметами, упражнять в подпрыгивании и прокатывании мяча.
104.	Игровые упражнения	Упражнять в ходьбе с перешагиванием, в прыжках и лазании под шнур.
105.	Повторение	Повторить игровые упражнения и подвижные игры на весь пройденный материал.
106.	Повторение	
107.	Повторение	
108.	Повторение	

Календарно-тематическое планирование
по физической культуре
Вторая группа раннего развития

№	Тема	Кол-во часов	Дата проведения	
			по плану	по факту
1	Ходьба между двумя линиями	1	07.09.21	
2	Игровые упражнения	1	08.09.21	
3	Прыжки на двух ногах на месте	1	10.09.21	
4	Проползание заданного расстояния до предмета	1	14.09.21	
5	Игровые упражнения	1	15.09.21	
6	Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед	1	17.09.21	
7	Проползание в вертикально стоящий обруч	1	21.09.20	
8	Игровые упражнения	1	22.09.21	
9	Прокатывание мячей	1	24.09.21	
10	Подпрыгивание до ладони воспитателя	1	28.09.21	
11	Игровые упражнения	1	29.09.21	
12	Прыжки на двух ногах на месте и слегка продвигаясь вперед	1	01.10.21	
13	Прыжки на двух ногах на месте и слегка продвигаясь вперед	1	05.10.21	
14	Игровые упражнения	1	06.10.21	
15	Подползание под дугу	1	08.10.21	
16	Подпрыгивание до погремушки	1	12.10.21	
17	Игровые упражнения	1	13.10.21	
18	Прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета	1	15.10.21	
19	Подползание под веревку	1	19.10.21	
20	Игровые упражнения	1	20.10.21	
21	Прыжки на двух ногах, сопровождающиеся небольшим продвижением вперед.	1	22.10.21	
22	Проползание в вертикально стоящий обруч	1	26.10.21	
23	Игровые упражнения	1	27.10.21	
24	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	1	29.10.21	
25	Прокатывание мяча одной рукой	1	02.11.21	
26	Игровые упражнения	1	03.11.21	
27	Подпрыгивание до двух игрушек	1	05.11.21	
28	Игровые упражнения	1	09.11.21	
29	Подползание под гимнастическую палку	1	10.11.21	
30	Перепрыгивание через веревку	1	12.11.21	
31	Игровые упражнения	1	16.11.21	
32	Прокатывание мячей друг другу	1	17.11.21	
33	Подпрыгивание до ладони воспитателя	1	19.11.21	
34	Игровые упражнения	1	23.11.21	
35	Проползание в вертикально стоящий обруч	1	24.11.21	
36	Перепрыгивание через линию, веревку.	1	26.11.21	
37	Игровые упражнения	1	30.11.21	
38	Прокатывание мяча между предметами	1	01.12.21	
39	Прыжки на двух ногах	1	03.12.21	

40	Игровые упражнения	1	07.12.21	
41	Прокатывание мяча между предметами	1	08.12.21	
42	Прокатывание мяча между предметами	1	10.12.21	
43	Игровые упражнения	1	14.12.21	
44	«Через ручеек»	1	15.12.21	
45	«Прокати мяч»	1	17.12.21	
46	Игровые упражнения	1	21.12.21	
47	«Брось мяч»	1	22.12.21	
48	Прыжки в высоту	1	24.12.21	
49	Игровые упражнения	1	28.12.21	
50	Игровые упражнения	1	29.12.21	
51	Подползание под дугу	1	11.01.22	
52	Бросание мяча снизу двумя руками	1	12.01.22	
53	Игровые упражнения	1	14.01.22	
54	«Лови мяч»	1	18.01.22	
55	Подползание под дугу	1	19.01.22	
56	Игровые упражнения	1	21.01.22	
57	Прыжки на двух ногах	1	25.01.22	
58	Прыжки на двух ногах	1	26.01.22	
59	Игровые упражнения	1	28.01.22	
60	Перебрасывание мяча через веревку	1	01.01.22	
61	Проползание в заданном направлении	1	02.02.22	
62	Игровые упражнения	1	04.02.22	
63	Перепрыгивание через веревку	1	08.02.22	
64	Скатывание мяча с горки	1	09.02.22	
65	Игровые упражнения	1	11.02.22	
66	Прыжки на двух ногах с мячом в руках	1	15.02.22	
67	Подпрыгивание до двух игрушек	1	16.02.22	
68	Игровые упражнения	1	18.02.22	
69	Подползание под гимнастическую палку	1	22.02.22	
70	"Проползи в воротца"	1	25.02.22	
71	Игровые упражнения	1	01.03.22	
72	"Проползи в воротца"	1	02.03.22	
73	Прыжки на двух ногах	1	04.03.22	
74	Игровые упражнения	1	09.03.22	
75	«Прокати мяч и догони его»	1	11.03.22	
76	Игровые упражнения	1	15.03.22	
77	«Брось поймай»	1	16.03.22	
78	Прыжки на двух ногах	1	18.03.22	
79	Игровые упражнения	1	22.03.22	
80	Перелезание через бревно	1	23.03.22	
81	Перелезание через бревно	1	25.03.22	
82	Игровые упражнения	1	29.03.22	
83	Прыжки на двух ногах как можно дальше	1	30.03.22	
84	Прыжки на двух ногах как можно дальше	1	01.04.22	
85	Игровые упражнения	1	05.04.22	
86	Перепрыгивание через веревку	1	06.04.22	

87	Бросание мяча двумя руками	1	08.04.22	
88	Игровые упражнения	1	12.04.22	
89	Подпрыгивание до предмета	1	13.04.22	
90	Подползание под дугу	1	15.04.22	
91	Игровые упражнения	1	19.04.22	
92	Прокатывание мяча между предметами	1	20.04.22	
93	Ползание по гимн. скамейке.	1	22.04.22	
94	Игровые упражнения	1	26.04.22	
95	«Попади в воротца»	1	27.04.22	
96	Перепрыгивание через две параллельные линии	1	29.04.22	
97	Игровые упражнения	1	03.04.22	
98	Проползание в вертикально стоящий обруч	1	04.05.22	
99	Игровые упражнения	1	06.05.22	
100	Прыжки с продвижением вперед	1	11.05.22	
101	Игровые упражнения	1	13.05.22	
102	Прыжки на двух ногах	1	17.05.22	
103	Прыжки на двух ногах	1	18.05.22	
104	Игровые упражнения	1	20.05.22	
105	" Прокати-поймай"	1	24.05.22	
106	Лазание под шнур	1	25.05.22	
107	Игровые упражнения	1	27.05.22	
108	Повторение	1	31.05.22	

2.2.2. «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Младшая группа

Содержание направления "Физическая культура" для детей 3-4 лет направлено на достижение целей формирования у воспитанников интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

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

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

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

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

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

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

-Развивать умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см.

-Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании; ловить мяч двумя руками одновременно.

-Закреплять умение ползать.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

-Поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях.

-Воспитывать интерес к физическим упражнениям, учить пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время.

-Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.

В год по физической культуре во второй младшей группе отведено 108 часов по 3 НОД в неделю. 2 НОД- в спортивном зале, 1Нод- на свежем воздухе.

ПЛАНИРОВАНИЕ ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В МЛАДШЕЙ ГРУППЕ

№	Тема	Цель
	Сентябрь	
1	Игровые упражнения	Закреплять пройденные в основных видах движений. Формировать различные виды игровых упражнений.
2	Прыжки на двух ногах на месте	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем.
3	Прыжки на двух ногах на месте	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте.
4	Игровые упражнения	Игровые упражнения «Пойдем по мостику». Подвижные игры с мячом, с прыжками
5	Прокатывание мячей	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя, учить отталкивать мяч при прокатывании
6	Прокатывание мячей	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя, учить отталкивать мяч при прокатывании
7	Игровые упражнения	Игровые упражнения с мячами. Подвижные игру «пузырь», «Мой веселый звонкий мяч», «Найди свой домик».
8	Ползание с опорой на ладони и колени	Развивать ориентировку, умение действовать по сигналу
9	Ползание с опорой на ладони и колени	Развивать ориентировку, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании по шнур
10	Игровые упражнения на весь пройденный материал	Игровые упражнения и подвижные игры на весь пройденный материал.
11	Равновесие «Пойдем по мостику»	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры
	Октябрь	
12	Прыжки через шнур	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры, развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.
13	Игровые упражнения «Мышки»	Повторить игровые упражнения в прыжках. Формировать различные виды игровых упражнений.
14	Прыжки из обруча в обруч	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги.
15	"Прокати мяч"	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг друга
16	Игровые упражнения	Повторить игровые упражнения в равновесии. Формировать различные виды игровых упражнений.
17	Прокатывание мячей в прямом направлении	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу в ползании
18	Прокатывание мячей в прямом направлении	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; развивать ловкость в игровом задании с мячом
19	Игровые упражнения	Повторить игровые упражнения в беге. Формировать различные виды игровых упражнений
20	Ползание	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую

		сторону по сигналу воспитателя.
21	Ползание	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя. Развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии
22	Игровые упражнения с мячом	Повторить игровые упражнения и подвижные игры на весь пройденный материал.
23	Равновесие «В лес по тропинке»	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, с приземлением на полусогнутые ноги в прыжках
24	Равновесие «В лес по тропинке»	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, с приземлением на полусогнутые ноги в прыжках
Ноябрь		
25	Игровые упражнения	Повторить игровые упражнения в беге. Формировать различные виды игровых упражнений
26	Прыжки «Через болото»	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
27	Игровые упражнения	Повторить игровые упражнения в равновесии. Формировать различные виды игровых упражнений.
28	Игровые задания с мячом «Прокати не задень»	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами.
29	Игровые задания с мячом «Прокати не задень»	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.
30	Игровые упражнения	Повторить игровые упражнения с мячом. Формировать различные виды игровых упражнений.
31	Ползание	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя.
32	Ползание	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений в равновесии
33	Игровые упражнения	Повторить игровые упражнения в прыжках. Формировать различные виды игровых упражнений.
34	Равновесие "Пройди не задень"	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве, в сохранении устойчивого равновесия и прыжках
35	Прыжки "Лягушки попрыгушки"	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве, в сохранении устойчивого равновесия и прыжках
36	Игровые упражнения	Повторить игровые упражнения и подвижные игры на весь пройденный материал.
Декабрь		
37	Прыжки со скамейки	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки.
38	Прыжки со скамейки	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча
39	Игровые упражнения	Повторить игровые упражнения в беге. Формировать различные виды игровых упражнений
40	Прокатывание мяча	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу

	между предметами	воспитателя; в прокатывании мяча между предметами.
41	Прокатывание мяча между предметами	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при ползании под дугу.
42	Игровые упражнения	Повторить игровые упражнения в прыжках. Формировать различные виды игровых упражнений.
43	Ползание «Жучки на бревнышке»	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре
44	Ползание «Жучки на бревнышке»	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске
45	Игровые упражнения с мячом	Повторить игровые упражнения с мячом. Формировать различные виды игровых упражнений.
46	Равновесие «Пройди не упади»	Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры;
47	Прыжки "Из ямки в ямку"	Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.
48	Игровые упражнения	Повторить игровые упражнения и подвижные игры на весь пройденный материал.
	Январь	
49.	Игровые упражнения	Повторить игровые упражнения в прыжках. Формировать различные виды игровых упражнений.
50.	«Прокати – поймай»	Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу.
51.	«Прокати – поймай»	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.
52.	Игровые упражнения	Повторить игровые упражнения в беге. Формировать различные виды игровых упражнений
53.	Ползание под дугу, не касаясь руками пола.	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола
54.	Равновесие "По тропинке"	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.
55.	Игровые упражнения	Повторить игровые упражнения в прыжках. Формировать различные виды игровых упражнений.
56.	Равновесие «Перешагни не наступи»	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом
57.	Игровые упражнения	Повторить игровые упражнения и подвижные игры на весь пройденный материал.
58.	Прыжки «Веселые воробышки»	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги.
	Февраль	
59.	Прыжки «Веселые воробышки»	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивая ловкость и глазомер в заданиях с мячом.
60.	Бросание мяча через шнур двумя руками	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур,

		развивая ловкость и глазомер
61.	Игровые упражнения	Повторить игровые упражнения в беге. Формировать различные виды игровых упражнений
62.	Бросание мяча через шнур двумя руками	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер
63.	Игровые упражнения	Повторить игровые упражнения в прыжках. Формировать различные виды игровых упражнений.
65.	Лазание под дугу в группировке	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии
66.	Лазание под дугу в группировке	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии
67.	Игровые упражнения	Повторить игровые упражнения в равновесии. Формировать различные виды игровых упражнений.
68.	"Ровным шажком"	Упражнять детей в ходьбе и в беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры
69.	Прыжки «Змейки»	Упражнять детей в ходьбе и в беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры, повторить прыжки между предметами.
70.	Игровые упражнения	Повторить игровые упражнения и подвижные игры на весь пройденный материал.
	Март	
71.	Прыжки «через канавку»	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; разучить прыжки в длину с места.
72.	Прыжки «через канавку»	Упражнять в ходьбе и беге в рассыпную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.
73.	«Брось поймай»	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловли его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.
74.	«Брось поймай»	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловли его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.
75.	Игровые упражнения	Повторить игровые упражнения в прыжках. Формировать различные виды игровых упражнений.
76.	Ползание «Медвежата»	Развивать координацию движении в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании.
77.	Ползание «Медвежата»	Развивать координацию движении в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.
78.	Игровые упражнения	Повторить игровые упражнения в беге. Формировать различные виды игровых упражнений
79.	Равновесие	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.
80.	Равновесие	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.

81.	Игровые упражнения	Повторить игровые упражнения в равновесии. Формировать различные виды игровых упражнений.	
82.	Прыжки из кружка в кружок	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением задании; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом	
		Апрель	
83.	Бросание мяча вверх и ловля двумя руками	Повторить игровые упражнения в беге. Формировать различные виды игровых упражнений	
84.	Ползание по гимнастической скамейке	Повторить ходьбу и бег с выполнением задании; развивать ловкость глазомер в упражнении с мячом.	
85.	Игровые упражнения	Повторить ходьбу и бег с выполнением задании; развивать ловкость глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	
86.	Ползание «проползи – не задень»	Повторить игровые упражнения в прыжках. Формировать различные виды игровых упражнений.	
87.	Равновесие «По мостику»	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползанья между предметами.	
88.	Игровые упражнения	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползанья между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре	
89.	Равновесие	Игровые упражнения: прыжки – прыжки через шнуры. Подвижные игры: «Мы топаем ногами», «Кролики и сторож».	
90.	Равновесие	Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве, повторить задание в равновесии и прыжках	
91.	Игровые упражнения	Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве, повторить задание в равновесии и прыжках.	
92.	Прыжки «Парашютисты»	Повторить игровые упражнения и подвижные игры на весь пройденный материал.	
93.	Броски мяча вверх и ловля его двумя руками	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги,в прокатывании мяча друг другу.	
94.	Броски мяча вверх и ловля его двумя руками	Ходьба с выполнением задании по сигналу воспитателя : упражнять в бросании мяча вверх и ловля его.	
95.	Броски мяча вверх и ловля его двумя руками	Ходьба с выполнением задании по сигналу воспитателя : упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползания по гимнастической скамейке.	
		Май	И
96.	Лазание на наклонную лесенку	Повторить игровые упражнения в беге. Формировать различные виды игровых упражнений	
97.	Лазание на наклонную лесенку	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя ; в лазании по наклонной лесенке.	
98.	Игровые упражнения	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя ; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии.	
99.	Прыжки "Кузнечики"	Повторить игровые упражнения в прыжках. Формировать различные виды игровых упражнений.	
100.	Прыжки "Кто прыгнет дальше"	Повторить ходьбу с выполнением задания, задание в прыжках; упражнять в сохранении устойчивого равновесия на ограниченной площади опоры.	
101.	Игровые упражнения	Упражнять в ходьбе с обозначением поворотов на "углах" зала; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках в длину; развивать ловкость в заданиях с мячом	
102.	"Прокати-поймай"	Повторить игровые упражнения в равновесии. Формировать	

		различные виды игровых упражнений.
103.	Лазание под шнур	Упражнять детей в ходьбе со сменой направления движения; в катании мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание с опорой на ладони и ступни.
104.	Игровые упражнения	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; повторить лазание под шнур; развивать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры.
105.	Повторение	Повторить игровые упражнения и подвижные игры на весь пройденный материал.
106.	Повторение	
107.	Повторение	
108.	Повторение	

Календарно-тематическое планирование
по физической культуре
Младшая группа

№	Тема	Кол-во часов	Дата проведения	
			по плану	по факту
1		1	07.09.21	
2	Игровые упражнения	1	08.09.21	
3	Прыжки на двух ногах на месте	1	10.09.21	
4	Прыжки на двух ногах на месте	1	14.09.21	
5	Игровые упражнения	1	15.09.21	
6	Прокатывание мячей	1	17.09.21	
7	Прокатывание мячей	1	21.09.20	
8	Игровые упражнения	1	22.09.21	
9	Ползание с опорой на ладони и колени	1	24.09.21	
10	Ползание с опорой на ладони и колени	1	28.09.21	
11	Игровые упражнения на весь пройденный материал	1	29.09.21	
12	Равновесие «Пойдем по мостику»	1	01.10.21	
13	Прыжки через шнур	1	05.10.21	
14	Игровые упражнения «Мышки»	1	06.10.21	
15	Прыжки из обруча в обруч	1	08.10.21	
16	"Прокати мяч"	1	12.10.21	
17	Игровые упражнения	1	13.10.21	
18	Прокатывание мячей в прямом направлении	1	15.10.21	
19	Прокатывание мячей в прямом направлении	1	19.10.21	
20	Игровые упражнения	1	20.10.21	
21	Ползание	1	22.10.21	
22	Ползание	1	26.10.21	
23	Игровые упражнения с мячом	1	27.10.21	
24	Равновесие «В лес по тропинке»	1	29.10.21	
25	Равновесие «В лес по тропинке»	1	02.11.21	
26	Игровые упражнения	1	03.11.21	
27	Прыжки «Через болото»	1	05.11.21	
28	Игровые упражнения	1	09.11.21	
29	Игровые задания с мячом «Прокати не задень»	1	10.11.21	
30	Игровые задания с мячом «Прокати не задень»	1	12.11.21	
31	Игровые упражнения	1	16.11.21	
32	Ползание	1	17.11.21	
33	Ползание	1	19.11.21	
34	Игровые упражнения	1	23.11.21	
35	Равновесие "Пройди не задень"	1	24.11.21	
36	Прыжки "Лягушки попрыгушки"	1	26.11.21	
37	Игровые упражнения	1	30.11.21	
38	Прыжки со скамейки	1	01.12.21	
39	Прыжки со скамейки	1	03.12.21	
40	Игровые упражнения	1	07.12.21	
41	Прокатывание мяча между предметами	1	08.12.21	

42	Прокатывание мяча между предметами	1	10.12.21	
43	Игровые упражнения	1	14.12.21	
44	Ползание «Жучки на бревнышке»	1	15.12.21	
45	Ползание «Жучки на бревнышке»	1	17.12.21	
46	Игровые упражнения с мячом	1	21.12.21	
47	Равновесие «Пройди не упади»	1	22.12.21	
48	Прыжки "Из ямки в ямку"	1	24.12.21	
49	Игровые упражнения	1	28.12.21	
50	Игровые упражнения	1	29.12.21	
51	«Прокати – поймай»	1	11.01.22	
52	«Прокати – поймай»	1	12.01.22	
53	Игровые упражнения	1	14.01.22	
54	Ползание под дугу, не касаясь руками пола.	1	18.01.22	
55	Равновесие "По тропинке"	1	19.01.22	
56	Игровые упражнения	1	21.01.22	
57	Равновесие «Перешагни не наступи»	1	25.01.22	
58	Равновесие «Перешагни не наступи»	1	26.01.22	
59	Игровые упражнения Прыжки	1	28.01.22	
60	Прыжки «Веселые воробышки»	1	01.01.22	
61	Прыжки «Веселые воробышки»	1	02.02.22	
62	Игровые упражнения	1	04.02.22	
63	Бросание мяча через шнур двумя руками	1	08.02.22	
64	Бросание мяча через шнур двумя руками	1	09.02.22	
65	Игровые упражнения	1	11.02.22	
66	Лазание под дугу в группировке	1	15.02.22	
67	Лазание под дугу в группировке	1	16.02.22	
68	Игровые упражнения	1	18.02.22	
69	"Ровным шажком"	1	22.02.22	
70	Прыжки «Змейки»	1	25.02.22	
71	Игровые упражнения	1	01.03.22	
72	Прыжки «через канавку»	1	02.03.22	
73	Прыжки «через канавку»	1	04.03.22	
74	Игровые упражнения	1	09.03.22	
75	«Брось поймай»	1	11.03.22	
76	Игровые упражнения	1	15.03.22	
77	Ползание «Медвежата»	1	16.03.22	
78	Ползание «Медвежата»	1	18.03.22	
79	Игровые упражнения	1	22.03.22	
80	Равновесие	1	23.03.22	
81	Равновесие	1	25.03.22	
82	Игровые упражнения	1	29.03.22	
83	Прыжки из кружка в кружок	1	30.03.22	
84	Прыжки из кружка в кружок	1	01.04.22	
85	Игровые упражнения	1	05.04.22	
86	Бросание мяча вверх и ловля двумя руками	1	06.04.22	
87	Ползание по гимнастической скамейке	1	08.04.22	
88	Игровые упражнения	1	12.04.22	
89	Ползание «проползи – не задень»	1	13.04.22	
90	Равновесие «По мостику»	1	15.04.22	

91	Игровые упражнения	1	19.04.22	
92	Равновесие	1	20.04.22	
93	Равновесие	1	22.04.22	
94	Игровые упражнения	1	26.04.22	
95	Броски мяча вверх и ловля его двумя руками	1	27.04.22	
96	Броски мяча вверх и ловля его двумя руками	1	29.04.22	
97	Игровые упражнения	1	03.04.22	
98	Лазание на наклонную лесенку	1	04.05.22	
99	Игровые упражнения	1	06.05.22	
100	Лазание на наклонную лесенку	1	11.05.22	
101	Игровые упражнения	1	13.05.22	
102	Прыжки "Кузнечики"	1	17.05.22	
103	Прыжки "Кто прыгнет дальше"	1	18.05.22	
104	Игровые упражнения	1	20.05.22	
105	"Прокати-поймай"	1	24.05.22	
106	Лазание под шнур	1	25.05.22	
107	Игровые упражнения	1	27.05.22	
108	Повторение	1	31.05.22	

2.2.3.Физическая культура
Средняя группа

Содержание направления «Физическая культура» для детей 4-5 лет нацелено на достижение целей формирования у детей интереса к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании[1].

Во всех формах организации двигательной деятельности необходимо не только формировать у детей двигательные умения и навыки, но и воспитывать целеустремленность, самостоятельность, инициативность, развивать умение поддерживать дружеские отношения со сверстниками.

На пятом году жизни движения ребенка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает все более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятие, развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движений, выделять их элементы. У них появляется интерес к результатам движения, потребность выполнять его в соответствии с образцом. Все это позволяет приступить к обучению технике выполнения основных движений, отработке их качества. Полученные на занятиях знания о значении физических упражнений для организма человека помогают воспитать потребность быть здоровым и вести здоровый образ жизни. Педагогам необходимо продолжать начатую в младшей группе работу по укреплению здоровья детей. Для этого необходимо ежедневно проводить: прогулки на воздухе в соответствии с режимом дня, комплекс закаливающих процедур; утреннюю гимнастику продолжительностью 6-8 минут.

Основной формой систематического обучения детей физическим упражнениям является интегрированная деятельность, которая состоит из трех частей: вводной, основной и заключительной. В каждой из них достигается определённый уровень развития интегративных качеств ребёнка. Продолжительность - 20-25 минут.

В средней группе проводятся три физкультурных мероприятия в неделю, одно из них - на прогулке. Продолжительность каждой части увеличивается по сравнению с предыдущим годом за счет усложнения упражнений, отработки техники движений и увеличения времени выполнения.

К концу пятого года дети могут:

- ходить и бегать, соблюдая правильную технику движений;
- лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек, перелезая с одного пролета на другой; ползать разными способами: опираясь на кисти рук, колени и пальцы ног, на стопы и ладони; на животе, подтягиваясь руками;
- принимать правильное исходное положение в прыжках с места, мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 70 см;
- ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м; принимать правильное исходное положение при метании, метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивать мяч о землю (пол) не менее пяти раз подряд;
- выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие;
- строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу;
- скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 м);

• ходить на лыжах скользящим шагом на расстояние до 500 м, выполнять поворот переступанием, подниматься на горку;

• кататься на двухколесном велосипеде, выполнять повороты направо, налево;

• ориентироваться в пространстве, находить левую и правую сторону;

• придумывать варианты подвижных игр, самостоятельно и творчески выполнять движения;

• выполнять имитационные упражнения, демонстрируя красоту, выразительность, грациозность, пластичность движений.

Освоение и совершенствование умений и навыков в основных видах движений, подвижных играх и спортивных упражнениях должно предусматриваться во всех формах работы, организуемых воспитателем: на физкультурных занятиях, на утренней прогулке, во время индивидуальной работы на вечерней прогулке.

Всего по физической культуре в средней группе дается 108 часов. По 3 НОД в неделю, 2 НОД – в спортивном зале, 1 НОД - на свежем воздухе.

Планирование организованной образовательной деятельности по физической культуре

Этапы деятельности	1 -я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Обеспечение интеграции направлений
	Физкультурная деятельность (занятие) 1-3	**Физкультурная деятельность (занятие) 4-6**	**Физкультурная деятельность (занятие) 7-9**	**Физкультурная деятельность (занятие) 10-12**	
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
Сентябрь					*Физическое развитие (здоровье):*формировать гигиенические навыки руки после физических упражнений и игр. *Социально – коммуникативное развитие (безопасность):* формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры. *Труд:* учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия, убирать свою одежду. *Физическая культура:* формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения
Целевые ориентиры развития ребенка:владеет основными видами движений и выполняет команды «вперёд, назад, вверх, вниз», умеет строиться в колонну по одному и ориентироваться в пространстве; владеет умением прокатывать мяч в прямом направлении; самостоятельно выполняет гигиенические процедуры, соблюдает правила поведения при их выполнении; знает и соблюдает правила безопасности при проведении занятий в спортивном зале и на улице					
Вводная	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, врассыпную с высока и подниманием коленей, перестроение в три звена				
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	С флажками	С мячом	С обручем	
Основные виды движении	1. Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (длина - 3 м, ширина- 15 см). 2. Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево (вокруг обруча). 3. Ходьба и бег между Двумя линиями (ширина- 10 см). 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до флажка	1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета». 2. Прокатывание мячей друг другу, стоя на коленях. 3. Повтор подпрыгивания. 4. Ползание на четвереньках с подлезаниемпод дугу	1. Прокатывание мячей друг другу двумя руками, исходное положение - стоя на коленях. 2. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 3. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. 4. Подлезание под дугу, поточно 2 колоннами. 5. Прыжки на двух ногах между кеглями	1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе. 3. Ходьба по скамейке (высота - 15 см), перешагивая через кубики, руки на поя-се. 4. Игровое упражнение с прыжками на месте на двух ногах	
Подвижные игры	«Найди себе пару»	«Пробеги тихо»	«Огуречик, огуречик»	«Подарки»	
Малоподвижные игры	«Гуси идут купаться». Ходьба в колонне по одному	«Карлики и великаны»	«Повторяй за мной». Ходьба с положением рук: за спиной, в стороны, за головой	«Пойдём в гости»	

Октябрь					
Целевые ориентиры развития интегративных качеств: знает о пользе утренней зарядки и зарядки после сна; ориентируется в пространстве при изменении направления движения, при ходьбе и беге между предметами; умеет выполнять дыхательные упражнения при ходьбе на повышенной опоре; выразительно и пластично выполняет движения игры «Мыши за котом» и танцевальные движения игры «Чудо-остров»					*Физическая культура (здоровье):*рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики*:* Обсуждать пользу утренней гимнастики в детском саду и дома, поощрять высказывания детей, *:* развивать глазомер и ритмичность шага при перешагивании через бруски. *Музыка (художествен-но – эстетическое развитие):* разучивать упражнения под музыку в разном темпе, проводить музыкальные игры. *Труд (социльно-. коммуникативное):* учить готовить инвентарь перед началом проведения занятий и игр
Вводная	Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба врассыпную, на сигнал - построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках				
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	Со скакалками	С кубиками	С султанчиками	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине - присесть. 2. Прыжки на двух ногах до предмета. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 4. Прыжки на двух ногах до шнура, перепрыгнуть и пойти дальше	1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 2. Прокатывание мяча друг другу, исходное положение - стоя на коленях. 3. Прокатывание мяча по мостику двумя руками перед собой	1. Подбрасывание мяча вверх двумя руками. 2. Подлезание под дуги. 3. Ходьба по доске (ширина - 15 см) с перешагиванием через кубики. 4. Прыжки на двух ногах между набивными мячами, положенными в две линии	1. Подлезание под шнур (40 см) с мячом в руках, не касаясь руками пола. 2. Прокатывание мяча по дорожке. 3. Ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики. 4. Игровое задание «Кто быстрее» (прыжки на двух ногах с продвижением вперед, фронтально)	
Подвижные игры	«Кот и мыши»	«Цветные автомобили»	«Совушка», «Огуречик»	«Мы - весёлые ребята», «Карусель	
Малоподвижные игры	«Мыши за котом». Ходьба в колонне за «котом» как «мыши», чередование с обычной ходьбой	«Чудо-остров». Танцевальные движения	«Найди и промолчи»	«Прогулка в лес». Ходьба в колонне по одному	

Ноябрь					*Интеграция. Физическое, социально – коммуникативное развитие:* Рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. Обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. Формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. Учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд-назад, вверх-вниз
Целевые ориентиры развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры					
Вводная	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал				
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	Со скакалками	С кубиками	С султанчиками	
Основные виды движений	1. Прыжки на двух ногах через шнуры. 2. Перебрасывание мячей двумя руками снизу (расстояние 1,5 м). 3. Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед, перепрыгивая через шнуры. 4. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками из-за головы (расстояние 2 м)	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Ползание по гимнастической скамейке на живо-те, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине. 4. Прыжки на двух ногах до кубика (расстояние 3 м)	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Прыжки через бруски (взмах рук). 3. Ходьба по шнуру (по кругу). 4. Прыжки через бруски. 5. Прокатывание мяча между предметами, поставленными в одну линию	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками. 3. Игра «Переправься через болото». Подвижная игра «Ножки». Игровое задание «Сбей кеглю»	
Подвижные игры	«Самолёты», «Быстрей к своему флажку»	«Цветные автомобили»	«Лиса в курятнике»	«У ребят порядок...»	
Малоподвижные игры	«Угадай по голосу»	«На параде». Ходьба в колонне по одному за ведущим с флажком в руках	«Найдём цыплёнка», «Найди, где спрятано»	«Альпинисты». Ходьба вверх и вниз («в гору и с горы»)	

Декабрь					*Интеграция. Физическое развитие (Здоровье), социально – коммуникативное развитие (труд, безопасность):* Рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению упражнений на дыхание по методике А.Стрельниковой, Обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений технику их выполнения*:* Учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре. Формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками
Целевые ориентиры развития интегративных качеств:владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям					
Вводная	Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными врассыпную), по гимнастической скамейке. Ходьба с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег врассыпную с нахождением своего места в колонне				
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	С мячом	С кубиками	С султанчиками	
Основные виды движений	1. Прыжки со скамейки (20 см). 2. Прокатывание мячей между набивными мячами. 3. Прыжки со скамейки (25 см). 4. Прокатывание мячей между предметами. 5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20 см)	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу. 2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 3. Ходьба с перешагиванием через 5-6 набивных мячей	1. Ползание по наклон-ной доске на четвереньках, хват с боков (вверх, вниз). 2. Ходьба по скамейке, руки на поясе. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на се-редине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	I. Ходьба по гимнастической скамейке (на середине сделать поворот кругом). 2. Перепрыгивание через кубики на двух ногах. 3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы высотой 25 см от пола. 4. Перебрасывание мяча друг другу стоя в шеренгах (2 раза снизу). 5. Спрыгивание с гимнастической скамейки	
Подвижные игры	«Трамвай»«Карусели»	«Поезд»	«Птичка в гнезде», «Птенчики»	«Котята и щенята»	
Малоподвижные игры	«Катаемся на лыжах». Ходьба в колонне по одному с выполнением дыхательных упражнений	«Тише, мыши...». Ходьба обычным шагом и на носках с задержкой дыхания	«Прогулка в лес». Ходьба в колонне по одному	«Не боюсь»	

Январь					
Целевые ориентиры развития интегративных качеств: владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать; владеет навыком самомассажа, умеет рассказать о пользе ходьбы по ребристой поверхности босиком; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх					*Физическое развитие::*рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности. *Социально – коммуникативное развитие:* обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь *Труд:* учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр. *Социализация:* формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей. Формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта. *Музыка:* учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки
Вводная	Ходьба в колонне по одному, между предметами на носках. Бег между предметами, врассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; со сменой ведущего, с выполнением заданий				
Общеразвивающие упражнения	С мячом	С косичкой	С обручем	Без предметов	
Основные виды движений	1. Отбивание мяча одной рукой о пол (4-5 раз), ловля двумя руками. 2. Прыжки на двух ногах (ноги врозь, ноги вместе) вдоль каната поточно. 3. Ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд. 4. Перебрасывание мячей друг другу (руки внизу)	1. Отбивание мяча о пол (10-12 раз) фронтально по подгруппам. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях (2-3 раза). 3. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него слева и справа (2-3 раза)	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на сере-дине - приседание, встать и пройти дальше, спрыгнуть. 4. Прыжки в высоту с места «Достань до пред-мета»	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом пройти дальше, спрыгнуть. 2. Перешагивание через кубики. 3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 25 см от пола) 4. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах (руки внизу)	
Подвижные игры	«Найди себе пару»	«Самолёты»	«Цветные автомобили»	«Котята и щенята»	
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Ходьба по ребристой доске(босиком)	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	«Путешествие по реке». Ходьба по «змейкой» по верёвке, по косичке	«Где спрятано?», «Кто назвал?»	

Февраль					
Целевые ориентиры развития интегративных качеств: умеет соблюдать правила безопасности во время ходьбы и бега с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры; умеет проявлять инициативу в подготовке и уборке места проведения занятий и пр; умеет считаться с интересами товарищей и соблюдать правила подвижной или спортивной игры					*Здоровье:* учить прикрывать рот платком при кашле и обращаться к взрослым при заболевании. *Труд:* учить самостоятельно готовить и убирать место проведения занятий и игр. *Социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, интеграция):* формировать навык оценки поведения своего и сверстников во время проведения игр учить определять положение предметов в пространстве по отношению к себе: впереди-сзади, вверху-внизу
Вводная	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий, на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег между мячами. Бег врассыпную с остановкой, перестроение в звенья				
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	С мячом	С гантелями	Без предметов	
Основные виды движении	1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 2. Прокатывание мяча между предметами. 3. Прыжки через короткие шнуры (6-8 шт.). 4. Ходьба по скамейке на носках (бег со спрыгиванием)	1. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы. 2. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой руками (5-6 раз). 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях, коленях. 4. Прыжки на двух ногах между кубиками, поставленными в шахматном порядке	1. Ползание по наклонной доске на четвереньках. 2. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, высоко поднимая колени. 3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 25 см). 4. Прыжки на правой и левой ноге до кубика (2 м)	1. Ходьба и бег по наклонной доске. 2. Игровое задание «Перепрыгни через ручеек». 3. Игровое задание «Пробеги по мостику». 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	
Подвижные игры	«У медведя во бору»	«Воробышки и автомобиль»	«Перелёт птиц»	«Кролики в огороде»	
Малоподвижные игры	«Считай до трёх». Ходьба в сочетании с прыжком на счёт «три»	«По тропинке в лес». Ходьба в колонне по одному	«Ножки мёрзнут». Ходьба на месте, с продвижением вправо, влево, вперёд, назад	«Найди и промолчи»	

Март					
Целевые ориентиры развития интегративных качеств: соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места; умеет прокатывать мяч по заданию педагога: «далеко, близко, вперёд, назад», планировать последовательность действий и распределять роли в игре «Охотники и зайцы»					*Здоровье:* формировать навык оказания первой помощи Физическое развитие, социально – коммуникативное развитие(интеграция) *Безопасность:* учить правилам безопасности при метании предметов разными способами в цель. *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; учить запоминать комплекс упражнений ритмической гимнастики. *Чтение:* подобрать стихи на тему «Журавли летят» и «Весёлые лягушата», учить детей воспроизводить движения в творческой форме, развивать воображение
Вводная	Ходьба и бег: по кругу, взявшись за руки; врассыпную, с изменением направления; с остановкой по сигналу с заданием; с перестроением в три звена, перестроением в пары; врассыпную между предметами, не задевая их				
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	С мячом	С косичкой	Без предметов	
Основные виды движений	1. Прыжки в длину с места (фронтально). 2. Бросание мешочков в горизонтальную цель (3—4 раза) поточно. 3. Метание мячей в вертикальную цель. 4. Отбивание мяча о пол одной рукой несколько раз	1. Метание мешочков на дальность. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. 3. Прыжки на двух ногах до флажка между предметами, поставленными в один ряд	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 3. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, на середине - присесть, встать, пройти	1. Ходьба по наклонной доске (ширина 15 см, высота 35 см). 2. Прыжки в длину с места. 3. Перебрасывание мячей друг другу. 4. Прокатывание мяча вокруг кегли двумя руками	
Подвижные игры	«Совушка»	«Воробышки и автомобиль»	«Птички и кошки»	«Котята и щенята»	
Малоподвижные игры	«Журавли летят». Ходьба в колонне по одному на носках с выполнением дыхательных упражнений	Стоп»	«Угадай по голосу»	«Весёлые лягушата». Танцевальные упражнения в сочетании с упражнениями ритмической гимнастики	

<table>
<tr><th colspan="5">Май</th><td rowspan="6">Физическое развитие (Здоровье): учить технике звукового дыхания во время выполнения ходьбы. Безопасность (социально-коммуникативное развитие): учить соблюдать правила безопасности во время лазания по гимнастической стенке разными способами. Социализация: формировать навык ролевого поведения, учить выступать в роли капитана команды. Коммуникация: формировать умение договариваться об условиях игры, объяснить правила игры</td></tr>
<tr><td colspan="5">Целевые ориентиры развития интегративных качеств: владеет навыками лазания по гимнастической стенке, соблюдает правила безопасности при спуске; умеет метать предметы разными способами правой и левой рукой; владеет навыком самостоятельного счёта (до 5-ти) прыжков через скамейку; через скакалку; планирует действия команды в игре «Удочка», соблюдает правила игры и умеет договариваться с товарищами по команде</td></tr>
<tr><td>Вводная</td><td colspan="4">Ходьба и бег: со сменой ведущего; между предметами; с высоко поднятыми коленями; в полуприседе; бег «Лошадка»</td></tr>
<tr><td>Общеразвивающие упражнения</td><td>С кубиками</td><td>С обручем</td><td>С гимнастической палкой</td><td>Без предметов</td></tr>
<tr><td>Основные виды движений</td><td>1. Прыжки через скакалку на двух ногах на месте.
2. Перебрасывание мяча двумя руками снизу в шеренгах (2-3м).
3. Метание правой и левой рукой на дальность</td><td>1. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой. 2. Ползание на животе по гимнастической скамейке, хват с боков.
3. Прыжки через скакалку. 4.Подвижная игра «Удочка»</td><td>1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой, на середине присесть и пройти дальше.
2. Прыжки на двух ногах между предметами.
3. Лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек</td><td>1. Прыжки на двух ногах через шнуры.
2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.
3. Игровое задание «Один - двое».
4. Перебрасывание мячей друг другу - двумя руками снизу, ловля после отскока</td></tr>
<tr><td>Подвижные игры</td><td>«Котята и щенята»</td><td>«Зайцы и волк»</td><td>«Подарки»</td><td>«У медведя во бору»</td></tr>
<tr><td>Малоподвижные игры</td><td>«Узнай по голосу»</td><td>«Колпачок и палочка»</td><td>«Ворота»</td><td>«Найти Мишу»</td><td></td></tr>
</table>

Календарно-тематическое планирование
по физической культуре
Средняя группа

№	Тема	Кол-во часов	Дата проведения	
			По плану	По факту
1	Равновесие	1	06.09.21	
2	Игровые упражнения	1	08.09.21	
3	Перебрасывание мяча	1	10.09.21	
4	Ползание на четвереньках	1	13.09.21	
5	Игровые упражнения	1	15.09.21	
6	Ползание по гимн. скамейке	1	17.09.21	
7	Бросание мяча вверх	1	20.09.20	
8	Игровые упражнения	1	22.09.21	
9	Ползание по гимнастической скамейке	1	24.09.21	
10	Ходьба боком приставным шагом	1	27.09.21	
11	Игровые упражнения	1	29.09.21	
12	Ходьба по гимн. скамейке	1	01.10.21	
13	Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове	1	04.10.21	
14	Игровые упражнения	1	06.10.21	
15	Прокатывание мяча друг другу	1	08.10.21	
16	Прокатывание мяча между предметами	1	11.10.21	
17	Игровые упражнения	1	13.10.21	
18	Лазанье под шнур	1	15.10.21	
19	Лазанье под дугу	1	18.10.21	
20	Игровые упражнения	1	20.10.21	
21	Ходьба по доске с перешагиванием ч\з кубики	1	22.10.21	
22	Лазанье под шнур	1	25.10.21	
23	Игровые упражнения	1	27.10.21	
24	Равновесие	1	29.10.21	
25	Равновесие	1	01.11.21	
26	Игровые упражнения	1	03.11.21	
27	Прыжки на двух ногах	1	05.11.21	
28	Игровые упражнения	1	08.11.21	
29	Броски мяча о землю и ловля его двумя руками	1	10.11.21	
30	Ползание в шеренгах	1	12.11.21	
31	Игровые упражнения	1	15.11.21	
32	Ползание по гимн. скамейке на животе	1	17.11.21	
33	Равновесие	1	19.11.21	
34	Игровые упражнения	1	22.11.21	
35	Равновесие -ходьба по шнуру	1	24.11.21	
36	Прыжки через кубики	1	26.11.21	
37	Игровые упражнения	1	29.11.21	
38	Прыжки со скамейки	1	01.12.21	
39	Прокатывание мяча между предметами	1	03.12.21	
40	Игровые упражнения	1	06.12.21	
41	Перебрасывание мяча друг другу	1	08.12.21	

42	Ползание на четвереньках	1	10.12.21	
43	Игровые упражнения	1	13.12.21	
44	Ползание по гимнастической скамейке	1	15.12.21	
45	Равновесие-ходьба по гимн-й скамейке	1	17.12.21	
46	Игровые упражнения	1	2012.21	
47	Равновесие	1	22.12.21	
48	Прыжки на двух ногах	1	24.12.21	
49	Игровые упражнения	1	27.12.21	
50	Игровые упражнения	1	29.12.21	
51	Отбивание мяча о пол	1	10.01.22	
52	Ползание на четвереньках	1	12.01.22	
53	Игровые упражнения	1	14.01.22	
54	Равновесие по гимнастической скамейке	1	17.01.22	
55	Лазанье под шнур	1	19.01.22	
56	Игровые упражнения	1	21.01.22	
57	Равновесие ходьба по гимн. скамейке	1	24.01.22	
58	Прыжки через шнур	1	26.01.22	
59	Игровые упражнения	1	28.01.22	
60	Прыжки из обруча в обруча	1	31.01.22	
61	Прокатывание мячей	1	02.02.22	
62	Игровые упражнения	1	04.02.22	
63	Перебрасывание мячей друг другу	1	07.02.22	
64	Метание мешочков в вертикальную цель	1	09.02.22	
65	Игровые упражнения	1	11.02.22	
66	Ползание по гимнастической скамейке	1	14.02.22	
67	Прыжки на правой и левой ноге	1	16.02.22	
68	Игровые упражнения	1	18.02.22	
69	Ходьба на носках	1	21.02.22	
70	Ходьба на носках	1	25.02.22	
71	Игровые упражнения	1	28.02.22	
72	Прыжки в длину с места	1	02.03.22	
73	Перебрасывание мячей через шнур	1	04.03.22	
74	Игровые упражнения	1	07.03.22	
75	Ползание по гимнастической скамейке	1	09.03.22	
76	Игровые упражнения	1	11.03.22	
77	Равновесие	1	14.03.22	
78	Прыжки на двух ногах	1	16.03.22	
79	Игровые упражнения	1	18.03.22	
80	Прыжки на двух ногах	1	21.03.22	
81	Метание мешочков	1	23.03.22	
82	Игровые упражнения	1	25.03.22	
83	Метание мешочков	1	28.03.22	
84	Прыжки в длину с места	1	30.03.22	
85	Игровые упражнения	1	01.04.22	
86	Метание на дальность	1	04.04.22	
87	Ползание "по-медвежьи"	1	06.04.22	
88	Игровые упражнения	1	08.04.22	
89	Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	1	11.04.22	
90	Прыжки на двух ногах м\у предметами	1	13.04.22	

91	Игровые упражнения	1	15.04.22	
92	Прыжки в длину с места	1	18.04.22	
93	Прокатывание мяча	1	20.04.22	
94	Игровые упражнения	1	22.04.22	
95	Прыжки в длину с места через шнур	1	25.04.22	
96	Метание мешочков	1	27.04.22	
97	Игровые упражнения	1	29.04.22	
98	Равновесие	1	04.05.22	
99	Игровые упражнения	1	06.05.22	
100	Прыжки на двух ногах	1	11.05.22	
101	Игровые упражнения	1	13.05.22	
102	Ходьба по гимн. скамейке боком	1	16.05.22	
103	Перепрыгивание через бруски	1	18.05.22	
104	Игровые упражнения	1	20.05.22	
105	Прокатывание мячей	1	23.05.22	
106	Лазанье под дугу	1	25.05.22	
107	Игровые упражнения	1	27.05.22	
108	Повторение	1	30.05.22	

2.2.4.«Физическая культура»
Старшая группа

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

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.

Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

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 при приземлении.

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

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 в пространстве.

Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

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

Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

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

Учить спортивным играм и упражнениям.

Планируемые промежуточные результаты (интегративные качества) освоения данной программы*:

- принимает правильное исходное положение при метании;
- может метать предметы разными способами правой и левой рукой.
-Отбивает мяч о землю (о пол) не менее 5 раз подряд,
-Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м,
-Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу,
-Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны,
-Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.

На реализацию программы по физической культуре в старшей группе дается по 3 НОД в неделю, 2 НОД- в спортивном зале, 1 НОД- на свежем воздухе. В год-108 часов.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
СЕНТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					**Интеграция образовательных областей**
Темы Этапы занятия	**1-я неделя 1,2**	**2-я неделя 4,5**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	*Здоровье:* проводить комплекс закаливающих процедур (воздушные ванны); формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физ.упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдать порядок в своем шкафу *Социализация:* Побуждать детей к самооценке и оценке действий *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры. *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей в процессе двиг.активности, обсуждать пользу соблюдения режима дня
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, на носках, пятках, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, врассыпную с высоким подниманием коленей, бег до 1 мин перестроение в три звена				
ОРУ	Без предметов	С флажками	диагностика	диагностика	
Основные виды движений	1. Ходьба по скамейке (высота – 15см) 2. Прыжки на двух ногах между предметами. 3. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы	1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета». 2. Прокатывание мяча друг другу. 3. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета». 4.Ползание на четвереньках по гимн.скамейке на ладонях и коленях, на предплечьях и коленях. 5. Прокатывание мяча друг другу.			
П. игры	«Ловишки»	«Пробеги тихо»	«Ловишки»	«Ловишки»	
III часть	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	

					Труд: убирать сп.инвентарь при проведении физ.упр *Познание:* формировать навык ориентировки в пространстве

ОКТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					**Интеграция образовательных областей**
Темы Этапы занятия	**1-я неделя 7,8**	**2-я неделя 10,11**	**3-я неделя 13,14**	**4-я неделя 16,17**	*Здоровье:*; проводить комплекс закаливающих процедур (ножные ванны); расширять представление о важных компонентах ЗОЖ (движение, солнце, воздух). *Социализация:*создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие). *Коммуникация* обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимн., зависимость здоровья от правильного питания *Труд:* учить следить за
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.				
ОРУ	С большим мячом	С обручем	С косичкой	Без предметов	
Основные виды движений	1. Прокатывание мяча друг другу двумя руками 2. Подлезание под шнур прямо и боком 3.Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками 4. Подлезание под дугу прямо и боком 5. Прыжки на двух ногах между кеглями	1. Подлезание под шнур в группировке 2. Ходьба по скамейке на носках. 3. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики. 4. Прыжки на двух ногах ч/з кегли 5. Подлезание под шнур в группировке.	1. Ходьба по скамейке, на середине присесть, пройти дальше. 2.Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см) 3. Ходьба по скамейке с перешагиванием ч-з кубики 4. Прыжки на двух ногах через скамью	1.Бег со средней скоростью. 2. Перешагивание и пролезание под дугу. 3.Бег со средней скоростью. 4.Перепрыгивание через кольца с перешагиванием дугу.	
П. игры	«Огуречик - огуречик»	«У медведя во бору»	«Кот и мыши»	«Резвый мешочек»	
III часть	Ходьба в колонне по	Ходьба в колонне по	Ходьба в колонне по	Ходьба в колонне по одному	

	одному	одному	одному		чистотой спортивного инвентаря *Познание:* развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием ч/з кубики, мячи. *Музыка:*вводить элементы ритмической гимнастик; проводить игры

НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					**Интеграция образовательных областей**
Темы Этапы занятия	**1-я неделя 19,20**	**2-я неделя 22,23**	**3-я неделя 25,26**	**4-я неделя 28,29**	*Здоровье:* рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. *Социализация:*побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр *Коммуникация:* обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. *Безопасность:*
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал				
ОРУ	Без предметов	С большим мячом	С кубиками	Парами с палкой	
Основные виды движений	1. Пролезание в обруч снизу. 2.Ходьба боком с мешочком на голове 3.Пролезание в обруч прямо. 4.Прокрутка обруча на талии	1.Прыжки через скакалку до кеглей 2.Спрыгивание со скамеек из положения присев.	1. Подлезание под шнур боком, прямо не касаясь руками пола 2. Ходьба с мешочком на голове по гимнастической скамейке, руки на поясе 3. Прыжки с места на мат, прыжки на правой	1.Ходьба по гимн.скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками 2.Спрыгивание со скамейки на мат. 3.Ползание до флажка прокатывая мяч впереди себя	

			и левой ноге между предметами 4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо	4.Лазание по гимн.стенке	формировать навыки безопасного поведения во время ползания на четвереньках и по гимнастической скамейке, перестроения в шеренгу, колонну, бега врассыпную. *Познание:* ориентироваться в окружающем пространстве, понимать смысл пространственных отношений(влево-вправо, вверх-вниз) *Труд:* Следить за опрятностью
П. игры	«Кому флажок»	«Летает не летает»	«Медведи и пчелы»	«Эстафета парами»	

ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					**Интеграция образовательных областей**
Темы Этапы занятия	**1-я неделя 31,32**	**2-я неделя 34,35**	**3-я неделя 7,8**	**4-я неделя 10,11**	*Здоровье:* рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению элементов упражнений на дыхание по методике А. Стрельниковой. *Социализация:* формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом в другую сторону, ходьба в полуприседе, широким шагом, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасывании ног назад. Дыхательные упражнения				
ОРУ	Без предметов	С мячом	Без предметов	С обручем	
Основные виды движений	1. Прыжки со скамейки (20см) на мат 2. Ходьба по наклонной доске, закрепленной на гимнастической	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе,	1. Лазание по гимнастической скамье. 2. Ползание по скамье на животе.	1. Лазание по гимнастической стенке. 2.Ходьба по скамье с перешагиванием через кубики 3.Пропалзывание под	

	стенке 3. Перешагивание через бруски, справа и слева от него 4. Прокатывание мячей между предметами.	подтягиваясь двумя руками. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей 4. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет		скамью 4. Лазание по гимнастической стенке 5.Ходьба боком через кубики.	*Коммуникация:* обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения. *Безопасность*: учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре. *Труд:* Следить за опрятностью своей физкультурной формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование
П. игры	«Кто скорее до флажка»	«Охотники и зайцы»	«Летает не летает»	«Хитрая лиса»	
III часть	«Сделай фигуру».	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	

ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					**Интеграция образовательных областей**
Темы Этапы занятия	**1-я неделя 13,14**	**2-я неделя 19,20**	**3-я неделя 22,23**	**4-я неделя 25,26**	*Здоровье:* рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности. *Коммуникация:* обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь. *Труд:*учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, врассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; по кругу держась за шнур, с выполнением заданий, челночный бег				
ОРУ	С кубиком	С большим мячом	С лентой	С обручем	
Основные виды движений	1.Ходьба друг за другом с куб.на голове по кругу 2. Перешагивание через кубики. 3. Бег и ходьба между кубиками.	1. Перебрасывание мяча друг другу. 2.Ходьба с перешагиванием через мячи 3. Перебрасывание мяча друг другу.	1. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет. 2.Ходьба по скамье 3. Лазание по гимнастической	1.Ходьба по наклонной доске. 2.Перепрыгивание через бруски. 3.Забрасывание мяча в корзину. 4.Бег по наклонной доске. 5.Прыжки через бруски боком.	

	4. Ходьба друг за другом с куб.на голове по кругу 5.Прыжки через кубики 6. Бег и ходьба между кубиками.	4. Ходьба с перешагиванием через мячи с мешочком на голове.	стенке с переходом через ряд 4.Ходьба боком по гимн.стенке 5.Прыжки на одной и двух ногах	6.Забрасывание мяча в корзину	и подвижных игр. *Социализация:*формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей. *Познание:*формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта. *Музыка:*учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки
П. игры	«Медведи и пчёлы»	«Не оставайся на полу»	«Хитрая лиса»	«Охотники и зайцы»	
III часть	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	

ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					**Интеграция образовательных областей**
Темы Этапы занятия	**1-я неделя 28,29**	**2-я неделя 31,32**	**3-я неделя 34,35**	**4-я неделя 1,2**	*Здоровье:*рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. *Социализация:* побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время игр *Коммуникация:* обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. *Безопасность:*
Вводная часть	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком(правое-левое плечо вперед) , перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий				
ОРУ	С палкой	Без предметов на скамье	Без предметов	С малым мячом	
Основные виды движений	1. Прыжки в длину с места 2.Отбивание мяча одной рукой 3.Подлезание под дугу, не касаясь пола 4.Прыжки в длину с места	1. Метание мешочков в цель 2.Подлезание под палку 3.Перешагивание через шнур 4. Метание мешочков в цель 5.Поозание по	1. Влезание на гимн.стенку 2.Ходьба по гимн.скамье 3.Прыжки с ноги на ногу 4.Влезание на гимн.стенку	1.Ходьба по канату боком приставн.шагом. 2.Прыжки из обруча в обруч 3.Перебрасывание мяча друг другу 4. Ходьба по канату	

	5.Ползание на четвереньках 6. Перебрасывание малого мяча в руки.	гимнаст.скамье 6.Ходьба на носках между кеглями	5.Ходьба по гимн.скамье 6.Прыжки с ноги на ногу между предметами 7.Подбрасывание и ловля мяча	боком приставн.шагом. с мешочком на голове 5.Перебрасывание мяча с отскоком от пола	формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. *Познание:* учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз *Труд:*учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр
П. игры	«Не оставайся на полу»	«Мышеловка»	«Гуси-лебеди»	«Петя Петушок»	
III часть	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	

МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности					**Интеграция образовательных областей**
Темы Этапы занятия	**1-я неделя 4,5**	**2-я неделя 7,8**	**3-я неделя 10,11**	**4-я неделя 13,14**	*Здоровье:* рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. *Социализация:* создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества(доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие) *Коммуникация:* обсуждать пользу
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы				
ОРУ	Без предметов	С обручем	Без предмета	Без предмета	
Основные виды движений	1. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове 2. Перебрасывание мячей двумя руками с отскоком от пола(расстояние 1,5м).	1. Ползание по скамье по медвежьи 2. Ходьба по скамье боком 3. Прыжки боком 4. Ползание по скамье по медвежьи 5. Ходьба по скамье боком	1. Ходьба по ограниченной поверхности боком, с хлопками перед собой 2. Прыжки через шнур две ноги в середине одна. 3 Ходьба по ограниченной	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом 2. Метание в горизонтальную цель 3. Прыжки со скамейки на мат 4. Метание в	

	3. Прыжки из обруча в обруч 4. Ползание по-пластунски в сочетании с перебежками	6.Прыжки из обруча в обруч	поверхности боком, с хлопками перед собой 4. Прыжки через шнур на одной ноге.	вертикальную цель	закаливания, поощрять речевую активность. *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. *Познание:* учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз *Труд:*учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр
П. игры	«Карусели»	«Ловишки»	«Хитрая лиса»	«Караси и щука	
III часть	**Ходьба в колонне по одному**	**Ходьба в колонне по одному**	**Ходьба в колонне по одному**	**Ходьба в колонне по одному**	

АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					**Интеграция образовательных областей**
Темы Этапы занятия	**1-я неделя 16,17**	**2-я неделя 19,20**	**3-я неделя 22,23**	**4-я неделя 25,26**	*Здоровье:* рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. *Социализация:* создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные
Вводная часть	Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево				
ОРУ	С лентой	С мячом	С кубиками	С обручем	
Основные виды движений	1. Прыжки через короткую ленту на месте 2.Прокатывание	1. Броски мяча в корзину 2.Прыжки с мячом между коленями 3.Броски мяча в корзину	1. Ходьба по скамейке спиной вперед 2. Прыжки через скакалку	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на	

	обруча друг другу 3.Пролезание в обруч 4. Прыжки через короткую ленту на месте 5. Прокатывание обруча друг другу 6. Пролезание в обруч	4.Перепрыгивание через мячи	3. Метание вдаль набивного мяча 4. Ползание по туннелю. 5. Прокатывание обручей друг другу	поясе. 2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками. 3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 4. Прыжки через длинную скакалку	качества(доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие) *Коммуникация:* обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. *Познание:* учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз *Труд:*учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр
П. игры	«Медведи и пчелы»	«Удочка»	«Горелки»	«Ловишка с ленточками	
III часть	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	

МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности					**Интеграция образовательных областей**
Вводная часть	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед				
ОРУ Основные виды движений	диагностика	диагностика	Без предметов 1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.	Со скакалками 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи.	*Здоровье:* рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к

			2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание набивного мяча. 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней	2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы. 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	обтиранию прохладной водой. *Социализация:* создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества(доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие) *Коммуникация:* обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. *Познание:* учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз *Труд:*учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр

Календарно-тематическое планирование
по физической культуре
Старшая группа

№	Тема	Кол-во часов	Дата проведения	
			По плану	По факту
1	Перебрасывание мяча	1	06.09.21	
2	Игровые упражнения	1	08.09.21	
3	Прыжки на двух ногах	1	10.09.21	
4	Прыжки в высоту с места	1	13.09.21	
5	Игровые упражнения	1	15.09.21	
6	Ползание по гимнастической скамейке	1	17.09.21	
7	Перебрасывание мяча друг другу	1	20.09.20	
8	Игровые упражнения	1	22.09.21	
9	Пролезание в обруч	1	24.09.21	
10	Равновесие	1	27.09.21	
11	Игровые упражнения	1	29.09.21	
12	Ходьба по гимнастической скамейке	1	01.10.21	
13	Передача мяча двумя руками от груди	1	04.10.21	
14	Игровые упражнения	1	06.10.21	
15	Прыжки со скамейки	1	08.10.21	
16	Перебрасывание мячей	1	11.10.21	
17	Игровые упражнения	1	13.10.21	
18	Равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи	1	15.10.21	
19	Метание мяча через горизонтальную цель	1	18.10.21	
20	Игровые упражнения	1	20.10.21	
21	Ползание-пролезание в обруч	1	22.10.21	
22	Прыжки на препятствие	1	25.10.21	
23	Игровые упражнения	1	27.10.21	
24	Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке	1	29.10.21	
25	Прыжки по прямой	1	01.11.21	
26	Игровые упражнения	1	03.11.21	
27	Прыжки с продвижением вперед	1	05.11.21	
28	Игровые упражнения	1	08.11.21	
29	Ведение мяча одной рукой	1	10.11.21	
30	Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках	1	12.11.21	
31	Игровые упражнения	1	15.11.21	
32	Подлезание под шнур прямо и боком	1	17.11.21	
33	Прыжки на правой и левой ноге	1	19.11.21	
34	Игровые упражнения	1	22.11.21	
35	Прыжки на двух ногах через бруски	1	24.11.21	
36	Ходьба по наклонной доске	1	26.11.21	
37	Игровые упражнения	1	29.11.21	
38	Броски мяча верх и ловля двумя руками	1	01.12.21	

39	Прыжки попеременно на правой и левой ноге	1	03.12.21	
40	Игровые упражнения	1	06.12.21	
41	Ползание по гимнастической скамейке	1	08.12.21	
42	Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке	1	10.12.21	
43	Игровые упражнения	1	13.12.21	
44	Прыжки на двух ногах между кеглями	1	15.12.21	
45	Равновесие	1	17.12.21	
46	Игровые упражнения	1	2012.21	
47	Равновесие- ходьба и бег по наклонной доске	1	22.12.21	
48	Прыжки на двух ногах между набивными мячами	1	24.12.21	
49	Игровые упражнения	1	27.12.21	
50	Игровые упражнения	1	29.12.21	
51	Перебрасывание мячей друг другу	1	10.01.22	
52	Пролезание в обруч правым и левым боком	1	12.01.22	
53	Игровые упражнения	1	14.01.22	
54	Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед	1	17.01.22	
55	Прыжки через шнуры	1	19.01.22	
56	Игровые упражнения	1	21.01.22	
57	Ходьба по гимнастической скамейке руки в стороны	1	24.01.22	
58	Прыжки через бруски правым и левым боком	1	26.01.22	
59	Игровые упражнения	1	28.01.22	
60	Прыжки в длину с места	1	31.01.22	
61	Прыжки в длину с места	1	02.02.22	
62	Игровые упражнения	1	04.02.22	
63	Перешагивание через шнур	1	07.02.22	
64	Метание мешочков в вертикальную цель	1	09.02.22	
65	Игровые упражнения	1	11.02.22	
66	Ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой	1	14.02.22	
67	Прыжки с ноги на ногу	1	16.02.22	
68	Игровые упражнения	1	18.02.22	
69	Равновесие - Ходьба по канату боком приставным шагом	1	21.02.22	
70	Равновесие	1	25.02.22	
71	Игровые упражнения	1	28.02.22	
72	Метание мешочков в вертикальную цель	1	02.03.22	
73	Прыжки в высоту с разбега	1	04.03.22	
74	Игровые упражнения	1	07.03.22	
75	Прыжки из обруча в обруч	1	09.03.22	
76	Игровые упражнения	1	11.03.22	
77	Ползание на четвереньках	1	14.03.22	
78	Ползание	1	16.03.22	
79	Игровые упражнения	1	18.03.22	
80	Броски мяча двумя руками	1	21.03.22	
81	Прыжки на двух ногах	1	23.03.22	
82	Игровые упражнения	1	25.03.22	
83	Прокатывание обруча друг другу	1	28.03.22	

84	Пролезание в обруч	1	30.03.22	
85	Игровые упражнения	1	01.04.22	
86	Ползание по прямой, затем переползание через скамейку	1	04.04.22	
87	Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой	1	06.04.22	
88	Игровые упражнения	1	08.04.22	
89	Прыжки через короткую скакалку	1	11.04.22	
90	Прыжки через короткую скакалку	1	13.04.22	
91	Игровые упражнения	1	15.04.22	
92	Равновесие	1	18.04.22	
93	Прыжки попеременно на правой и левой ноге	1	20.04.22	
94	Игровые упражнения	1	22.04.22	
95	Прыжки в длину с разбега	1	25.04.22	
96	Броски мяча	1	27.04.22	
97	Игровые упражнения	1	29.04.22	
98	Ползание по гимн. скамейке	1	04.05.22	
99	Игровые упражнения	1	06.05.22	
100	Метание мешочков через горизонтальную цель	1	11.05.22	
101	Игровые упражнения	1	13.05.22	
102	Метание мешочков на дальность	1	16.05.22	
103	Подлезание под дугу	1	18.05.22	
104	Игровые упражнения	1	20.05.22	
105	Прыжки в длину с места	1	23.05.22	
106	Равновесие	1	25.05.22	
107	Игровые упражнения	1	27.05.22	
108	Повторение	1	30.05.22	

2.2.5. «Физическая культура»

Подготовительная группа

Содержание образовательного направления «Физическая культура» в подготовительной группе, в рамках образовательной области «Физическое развитие», нацелено на формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение задач:

• развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);

• накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);

• формирование у воспитанников потребности в двигательной активности, физическом совершенствовании.

На седьмом году жизни движения ребенка становятся более координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля. Дети проявляют волевые усилия при выполнении заданий, для них важен результат. Всю работу по физическому воспитанию в этой группе необходимо организовать так, чтобы сформировать у детей потребность заниматься физическими упражнениями, развить самостоятельность.

Основной формой систематического обучения детей физическим упражнениям являются физкультурные занятия, которые состоят из трех частей: вводной, основной и заключительной. В каждой из них решаются образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи.

Данная программа разработана в соответствии с основной образовательной программой «От рождения до школы» под ред.Н.Е.Веракса (2018 г.)

На реализацию программы по Физической культуре в подготовительной группе дается 108 часов в год. По 3 НОД в неделю, 2 НОД- в спортивном зале и 1 НОД- на свежем воздухе.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЕ

<table>
<tr><td>Месяц</td><td>1-я неделя</td><td>2-я неделя</td><td>3-я неделя</td><td>4-я неделя</td></tr>
<tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr>
<tr><td rowspan="9">Сентябрь</td><td>Занятия 1-2</td><td>Занятия 3-4</td><td>Занятия 5-6</td><td>Занятия 7-8</td></tr>
<tr><td colspan="4">Задачи</td></tr>
<tr><td colspan="4">Упражнять:
- в ходьбе и беге колонной по одному с соблюдением дистанции, с четким фиксированием поворотов;
- в ходьбе и беге по кругу с остановкой по сигналу;
- в сохранении равновесия на повышенной опоре.
Развивать точность при переброске мяча, координацию движений в прыжке с доставанием до предмета, при перешагивании через предметы. Повторить упражнения:
- на перебрасывание мяча и подлезании под шнур;
- в перелезании через скамейку;
- прыжки на двух ногах;
- акробатический кувырок</td></tr>
<tr><td colspan="4">Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)</td></tr>
<tr><td colspan="4">Ходят и бегают в колонне по одному с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняют равновесие на повышенной опоре, ходят по гимнастической скамейке прямо с мешочком на голове; правильно выполняют все виды основных движений; прыгают на двух ногах из обруча в обруч, перебрасывают мяч друг другу: двумя руками снизу; двумя руками из-за головы (расстояние - 3 м) (физическая культура); переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и деятельности сверстников, взрослых, ее успешных результатов, сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам; самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности и двигательной деятельности сверстников, в том числе подвижных игр, уверенно анализируют их (социализация, коммуникация)</td></tr>
<tr><td colspan="4">Виды детской деятельности</td></tr>
<tr><td>1-я часть Вводная</td><td colspan="3">Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом (10 м- ходьба, 20 м - бег); бег врассыпную; ходьба и бег с различным положением рук, с четким поворотом на углах; бег до 60 с; перестроение в колонну по три</td></tr>
<tr><td>Общеразвивающие упражнения</td><td colspan="3">1. Поднятия рук вверх, вперед, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке.
2. Опускания и повороты головы в стороны.
3. Приседания, держа руки за головой, выставляя ногу вперед на носок скрестно.</td></tr>
</table>

		4. Сохранение равновесия стоя на скамейке			
Сентябрь	2-я часть **Основные движения**	1. Ходьба по гимнастической скамейке прямо, приставляя пятку к носку (с мешочком на голове). 2. Прыжки на двух ногах через шнур. 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом через мячи. 4. Перебрасывание мячей друг другу: двумя руками снизу; двумя руками из-за головы (расстояние - 3 м)	1. Прыжки с разбега с дос-таванием до предмета. 2. Подлезание под шнур правым и левым боком. 3. Перебрасывание мячей друг другу двумя способами (расстояние - 4 м). 4. Упражнение «Крокодил». 5. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч (положение в шахматном порядке)	1. Бросание малого мяча вверх (правой и левой рукой), ловля двумя руками. 2. Ползание на животе, подтягиваясь руками (в конце - кувырок). 3. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет. 4. Ходьба по гимнастической скамейке с хлопками на каждый раз под ногой, на середине скамейки - поворот, приседание и ходьба до конца снаряда	*Игровые упражнения:* 1. «Ловкие ребята» (тройки). 2. «Пингвины» (мешочек зажат в коленях, прыжки по кругу). 3. «Догони свою пару» (ускорение). 4. «Проводи мяч». 5. «Круговая лапта» (выбивалы, в кругу две команды). *Эстафеты:* 1. «Дорожка препятствий». 2. «Пингвины» (две команды). 3. «Быстро передай» (боком). 4. «Крокодилы» (в парах две команды). 5. «Фигуры»
	3-я часть **Подвижные игры**	«Кто быстрее доберется до флажка?»	«Не оставайся на полу», «Вершки и корешки»	«Жмурки», «Найди и промолчи»	
Октябрь	**Занятия 1-2**		**Занятия 3-4**	**Занятия 5-6**	**Занятия 7-8**
	Задачи				
	Учить: - выполнять прыжки вверх из глубокого приседания. Закреплять: - навык ходьбы и бега между предметами, с изменением направления по сигналу, с высоким подниманием колен, со сменой темпа движения, бег между линиями. Упражнять: - в сохранении равновесия; - прыжках; - бросании мяча; - приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; - переползании на четвереньках с дополнительным заданием. Развивать координацию движений				
	Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)				
	Ходят и бегают в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходят по гимнастической скамейке прямо, приставным шагом, боком, с приседаниями, на носках, с мешочком на голове; выпрыгивают вверх из глубокого приседа; водят мяч: по прямой, сбоку, между предметами, по полу, подталкивая мяч головой, отбивают мяч от пола одной рукой; удерживают равновесие на носках *(физическая культура);* выполняют физические упражнения под музыку, согласуют ритм движения с музыкальным сопровождением; демонстрируют освоенную культуру движений в различных видах детской деятельности; стремятся проявлять максимальные физические качества при выполнении движений, оценивают их выполнение,				

	общий результат; испытывают интерес к физической культуре, участвуют в играх с элементами спорта *(музыка, познание, здоровье, физическая культура, социализация)*				
	Виды детской деятельности				
	1-я часть **Вводная**	Ходьба и бег в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходьба и бег между линиями. Бег в среднем темпе до 1,5 минут			
	Общеразвивающие упражнения	1. Поднятия рук вверх из положения руки к плечам. 2. Повороты туловища в стороны, поднимая руки вверх - в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы): наклоны вперед, подняв руки вверх, держа руки в стороны. 3. Поочередное пружинистое сгибание ног (стоя, ноги врозь). 4. Сохранение равновесия, стоя на кубе на носках			
	2-я часть **Основные движения**	1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за голову, на середине - присесть, встать и пройти дальше; боком, приставным шагом с мешочком на голове. 2. Прыжки через шнур и вдоль на двух ногах, на правой (левой) ноге. 3. Бросание малого мяча вверх, ловля двумя руками, перебрасывание друг другу	1. Прыжки с высоты (40 см). 2. Отбивание мяча одной рукой на месте. 3. Ведение мяча, забрасывание его в корзину двумя руками. 4. Пролезание через три обруча, в обруч прямо и боком	1. Ведение мяча: по прямой, сбоку; между предметами; по полу, подталкивая мяч головой. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе прямо, подтягиваясь руками. 3. Ходьба по рейке гимнастической скамейки, руки за головой, с мешочком на голове. 4. Прыжки вверх из глубокого приседа	*Игровые упражнения:* 1. «Проведи мяч». 2. «Круговая лапта». 3. «Кто самый меткий?». 4. «Эхо» (малоподвижная). 5. «Совушка». *Эстафеты:* 1. «Кто быстрее?» (ведение мяча). 2. «Мяч водящему» (играют 2-3 команды). 3. «Ловкая пара». 4. «Не задень» (2-3 команды)
	3-я часть **Подвижные игры**	«Стоп», «Вершки и корешки»	«Дорожка препятствий», «Фигуры»	«Охотники и утки», «Фигурная ходьба», «Улитка, иголка и нитка»	
Нояб рь	**Занятия 1-2**		**Занятия 3-4**	**Занятия 5-6**	**Занятия 7-8**
	Задачи				

Учить: - ходьбе по канату; - прыжкам через короткую скакалку; - бросанию мешочков в горизонтальную цель; - переходу по диагонали на другой пролет по гимнастической стенке. Упражнять: - в энергичном отталкивании в прыжках; - подползании под шнур; - прокатывании обручей; - ползании по скамейке с мешочком на голове; - равновесии. Закреплять навыки ходьбы и бега по кругу, парами, с преодолением препятствий, «змейкой», между предметами	
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)	
Испытывают потребность в ежедневной двигательной деятельности; лазают по гимнастической стенке со сменой темпа в разных направлениях (в том числе по диагонали), перелезают с одного пролета на другой в любую сторону на разных уровнях; ходят по гимнастической скамейке прямо; боком приставным шагом; с перешагиванием через предметы; с поворотами; с приседаниями; на носках; с мешочком на голове; чередуют лазанье и ползание с бегом и прыжками; бросают предметы в цель из разных исходных положений, попадают в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м *(здоровье, физическая культура);* выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; следят за правильной осанкой; проявляют элементы творчества при выполнении физических упражнений и игр, активно используют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах; достигают успеха в установлении вербальных и невербальных контактов со взрослыми и детьми в различных видах деятельности и общении; участвуют в играх с элементами спорта *(физическая культура, музыка, социализация, коммуникация, познание)*	
Виды детской деятельности	
1-я часть **Вводная**	Ходьба и бег в колонне по одному, врассыпную, парами, с ускорением, «змейкой», между предметами, с преодолением препятствий, по канату. Перестроение в колонну по два в движении. Бег в среднем темпе до 1,5 минут. Ходьба с выполнением заданий
Общеразвивающие упражнения	1. Поднятие и опускание плеч. 2. Поднимание обеих ног в упоре сидя, оттягивая носки, удерживание ног в этом положении. 3. Приседания из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. 4. Сохранение равновесия, стоя на одной ноге

	2-я часть **Основные движения**	1. Ходьба по канату боком приставным шагом. 2. Прыжки через шнуры. 3. Эстафета «Мяч водя-щему». 4. Прыжки попеременно на левой и правой ногах через шнур	1. Прыжки через короткую ска-калку с вращением ее вперед. 2. Ползание под шнур боком. 3. Прокатывание обруча друг другу. 4. «Попади в корзину» (бас-кетбольный вариант, расстоя-ние - 3 м)	1. Ползание по гимнастиче-ской скамейке с мешочком на спине. 2. Метание в горизонтальные цели (расстояние -4м). 3. Влезание на гимнастиче-скую стенку и переход на дру-гой пролет по диагонали. 4. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через ку-бики, руки на поясе	*Игровые упражнения:* 1. «Перелет птиц». 2. «Лягушки и цапля». 3. «Что изменилось?». 4. «Удочка». 5. «Придумай фигуру». *Эстафеты:* 1. «Быстро передай» (в колонне). 2. «Кто быстрее доберется до флажка?» (прыжки на левой и правой ногах). 3. «Собери и разложи» (обручи). 4. «Летает - не летает». 5. «Муравейник»
	3-я часть **Подвижные игры**	«Перелет птиц», «Затей-ники»	«Мышеловка», «Эхо»	«Рыбак и рыбки», «Придумай фигуру» (ходьба в колонне по одному с дыхательными упражнениями)	
Декабрь	**Занятия 1-2**		**Занятия 3-4**	**Занятия 5-6**	**Занятия 7-8**
	Задачи				
	Закреплять навыки и умения: - ходьбы с выполнением задания по сигналу; - бега с преодолением препятствий, парами; - перестроения с одной колонны в две и три; - соблюдения правильной осанки во время выполнения упражнений на равновесие. Развивать координацию движения при ходьбе по ограниченной площади эпоры.				

Упражнять: - в прыжках при переменном подпрыгивании на правой и левой ногах; - переползании по гимнастической скамейке; - лазании по гимнастической стенке с переходом на другой пролет	
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)	
Ходят по гимнастической скамейке, приседая поочередно на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки, перебрасывают мяч друг другу из-за головы, стоя в шеренгах (расстояние - 3 м), отбивают мяч в движении, лазают по гимнастической стенке с перелезанием с пролета на пролет, прыгают на двух ногах через шнуры, обручи *(физическая культура);* имеют представления о необходимости движений и регулярных занятиях физкультурой, оценивают их влияние на собственную силу, быстроту, ловкость, выносливость, самостоятельно расши- ряют представления о сохранении здоровья, могут убедить собеседника в необходимости соблюдения элементарных правил здорового образа жизни, используя форму речи-доказательства *(познание, здоровье, коммуникация)*	
Виды детской деятельности	
1-я часть **Вводная**	Ходьба с выполнением движений руками; с поворотом влево и вправо, в другую сторону по сигналу. Перестроение в ходьбе «один - два». Бег врассыпную, с преодолением препятствий т(6-8 брусков), между набивными мячами
Общеразвивающие упражнения	1. Энергичное разгибание согнутых в локтях рук (пальцы сжаты в кулаки), вперед и в стороны. 2. Перенос прямых ног через скамейку, сидя на ней в упоре сзади. 3. Выпады вперед, в сторону. 4. Сохранение равновесия, стоя, закрыв глаза

	2-я часть **Основные движения**	1. Ходьба в колонне по од- ному. 2. Лазание по гимнастиче- ской стенке с переходом на другой пролет. 3. Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди. 4. Ходьба по гимнастиче- ской скамейке с приседани- ем поочередно на правую и левую ноги, с перенесе- нием махом другой ноги снизу сбоку скамейки. 5. Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги	1. Прыжки на правой и левой ногах через шнуры. 2. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за го- ловы, стоя в шеренгах (рас- стояние - 3 м). 3. Упражнение «Крокодил». 4. Отбивание мяча в ходьбе. 5. Подбрасывание малого мя- ча вверх и ловля его после от- скока от пола («Быстрый мя- чик»)	1. Ходьба по скамейке на- встречу друг другу, на середи- не разойтись, помогая друг другу. 2. Прыжки на двух ногах через шнуры, обручи. 3. Переползание по прямой - «Крокодил» (расстояние - 3 м). 4. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи. 5. Перебрасывание мяча двумя руками, ловля его после хлоп- ка или приседания	*Игровые упражнения:* 1. «Догони пару». 2. «Ловкая пара». 3. «Снайперы». 4. «Затейники». 5. «Горелки». *Эстафеты:* 1. «Передал - садись». 2. «Гонка тачек». 3. «Хитрая лиса». 4. «Перемени предмет». 5. «Коршун и наседки». 6. «Загони льдинку». 7. «Догони мяч». 8. «Паутинки» (обручи, ленты)
	3-я часть **Подвижные игры**	«Ловля обезьян», эстафета «Передал - садись»	«Перемени предмет», «Лета- ет - не летает»	«Два Мороза»* «Пройди бес- шумно»	
Январь	**Занятия 1-2**		**Занятия 3-4**	**Занятия 5-6**	**Занятия 7-8**
	Задачи				

	Учить: - ходьбе приставным шагом; - прыжкам на мягком покрытии; - метанию набивного мяча. Закреплять: - перестроение из одной колонны в две по ходу движения; - переползание по скамейке. Развивать: - ловкость и координацию в упражнениях с мячом; - навыки ходьбы в чередовании с бегом, с выполнением заданий по сигналу; - умение в прыжках энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги. Повторить: - упражнения на равновесие на гимнастической стенке; - прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед				
	Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)				
	Ходят приставными шагами вперед и назад, в колонне по одному, перестраиваются в колонну по двое в разных направлениях: по прямой с поворотами; «змейкой» и врассыпную, по гимнастической скамейке (перешагивая через набивные мячи), по канату боком приставными шагами с мешочком на голове; прыгают через короткую скакалку с продвижением вперед; метают в вертикальную цель; выполняют правильно все виды основных движений *(физическая культура);* проявляют элементы творчества при выполнении физических упражнений и игр, активно применяют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах; используют специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем; сохраняют правильную осанку в различных видах деятельности; развивают быстроту, выносливость, ловкость, гибкость; придумывают собственные игры; участвуют в играх с элементами спорта; самостоятельно действуют в повседневной жиз-ни *(здоровье, физическая культура, социализация, труд, коммуникация)*				
	Виды детской деятельности				
	1-я часть **Вводная**	Ходьба в колонне по одному приставными шагами с левой и правой ног попеременно, перестроение в колонну по два, в чередовании с бегом, «змейкой», в полуприседе, врассыпную. Бег «змейкой» с поворотом на сигнал, с высоким подниманием колен, подскоки, шаг «голова по кругу». Повороты налево, направо			
	Общеразвивающие упражнения	1. Отведение локтей назад (рывки 2-3 раза) и выпрямление рук в стороны из положения руки перед грудью. 2. Сед из положения лежа на спине (закрепив ноги), возвращение в исходное положение. 3. Касание носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной). 4. Сохранение равновесия, балансируя на большом набивном мяче (вес 3 кг)			
	2-я часть	1. Метание мешочков в	1. Прыжки на мат с места	1. Метание набивного мяча	*Игровые упражнения:*

Февраль	**Основные движения**	вер- тикальную цель с расстоя- ния 3 м. 2. Подлезание под палку (40 см). 3. Перешагивание через шнур (40 см). 4. Ползание по скамейке с мешочком на спине. 5. Отбивание мяча правой и левой руками в движении. 6. Прыжки на левой и пра- вой ногах через шнур. 7. Перебрасывание мяча друг другу от груди двумя руками	(толчком двух ног). 2. Прыжки с разбега (3 шага). 3. Ведение мяча попеременно правой и левой руками. 4. Переползание по скамейке с мешочком на спине, с чере- дованием, с подлезанием в обруч	двумя руками из-за головы. 2. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 3. Влезание на гимнастиче- скую стенку одноименным способом. 4. Прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед. 5. Ходьба по канату боком приставными шагами с ме- шочком на голове	1. Ведение мяча клюшкой - «Ловкий хоккеист». 2. «Догони пару». 3. «Снайперы» (кегли, мячр 4. «Точный пас». 5. «Мороз - красный нос». 6. «Жмурки». 7. «Платочек». *Эстафеты:* 1. «Ловкий хоккеист». 2. «Пронеси - не урони». 3. «Пробеги - не задень». 4. «Мяч водящему». 5. «Воевода с мячом»
	3-я часть **Подвижные игры**	«Кто скорее доберется до флажка?», «Что измени- лось?»	«Ловишки с ленточкой»	«Горшки», «Волк во рву»	«Гусеница»
	Занятия 1-2		**Занятия 3-4**	**Занятия 5-6**	**Занятия 7-8**
	Задачи				

Упражнять:
- в ходьбе и беге в колонне по одному с остановкой по сигналу;
- прыжках и бросании малого мяча;
- ходьбе и беге с изменением направления;
- ползании по гимнастической скамейке;
- ходьбе и беге между предметами;
- пролезании между рейками;
- перебрасывании мяча друг другу.

Учить:
- ловить мяч двумя руками;
- ходить и бегать по кругу с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры.

Закреплять упражнения в сохранении равновесия, правильную осанку при ходьбе на повышенной площади опоры, умение энергично отталкиваться от пола в прыжках через препятствия, пролезание в обруч, ходьбу со сменой темпа движения. Развивать ловкость и глазомер при метании в горизонтальную цель

Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)

Ходят с остановкой по сигналу, с изменением направления, между предметами, врассыпную; перестраиваются в колонны по двое и по трое, ходят по канату боком приставным шагом, в сочетании с другими видами движений; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; прыгают последовательно через набивные мячи; пролезают в обруч, пролезают под гимнастическую скамейку; бросают мяч вверх и ловят его руками *(физическая культура);* сохраняют равновесие и правильную осанку, участвуют в играх с элементами спорта, считаются с интересами и мнением других в игре; используют в самостоятельной деятельности разнообразные по содержанию подвижные игры; любят активный отдых; проявляют самостоятельность в выполнении правил и норм поведения *(социализация, здоровье, физическая культура, коммуникация)*

Виды детской деятельности

1-я часть **Вводная**	Ходьба с остановкой по сигналу «Фигура!», с изменением направления, между предметами, врассыпную. Бег в умеренном темпе до 1,5 мин. Перестроение в колонны по два и по три. Ходьба по канату боком приставным шагом			
Общеразвивающие упражнения	1. Круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч). 2. Поочередные поднятия ноги, согнутой в колене. 3. Свободные махи ногами вперед-назад, держась за опору. 4. Общеразвивающие упражнения, стоя на левой ноге			
2-я часть **Основные движения**	1. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи.	1. Прыжки через набивные мячи (6-8 шт.). 2. Метание в	1. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками, стоя в шеренгах (расстояние - 3 м).	*Игровые упражнения:* 1. «Пробеги - не задень».

		2. Прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед. 3. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. 4. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки за голову. 5. Бросание мяча с произведением хлопка. 6. Прыжки через скакалку с промежуточным подскоком. 7. Прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров	горизонтальную цель с расстояния 4 м. 3. Ползание по скамейке с мешочком на спине. 4. Прыжки с мячом, зажатым между колен (5-6 м). 5. Ползание на животе с подтягиванием двумя руками за край скамейки. 6. Пролезание в обруч, не касаясь верхнего края обруча	2. Пролезание в обруч (3 шт.) поочередно прямо и боком. 3. Ходьба на носках между набивными мячами, пролезание между рейками. 4. Лазание по гимнастической стенке. 5. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове	2. «По местам». 3. «Мяч водящему». 4. «Пожарные на учениях». 5. «Ловишки с мячом». *Эстафеты:* 1. Прыжковая эстафета со скамейкой. 2. «Дни недели». 3. «Мяч от пола». 4. «Через тоннель». 5. «Больная птица». 6. «Палочка-выручалочка» (с расчетом по порядку)
	3-я часть **Подвижные игры**	«Не попадись», «Эхо»	«Ловишка, лови ленту»	«Охотники и звери», «Кто ушел?»	
Март	**Занятия 1-2**		**Занятия 3-4**	**Занятия 5-6**	**Занятия 7-8**
	Задачи				
	Закреплять: - навыки ходьбы и бега в чередовании; - перестроение в колонну по одному и по два в движении; - лазание по гимнастической стенке. Упражнять: - в сохранении равновесия; - энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; - беге до 3 минут; - ведении мяча ногой. Развивать: - координацию движений в упражнениях с мячом; - ориентировку в пространстве; - глазомер и точность попадания при метании. Учить вращать обруч на руке и на полу				
	Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)				

Выполняют правильно все виды основных движений: ходят в сочетании с другими видами движений, прыгают в длину с места, пролезают в обруч разными способами, метают и лазают; активно двигают кистями рук при броске; соблюдают заданный темп в ходьбе и беге; умеют перестраиваться в 3-^4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на первый-второй, соблюдать интервалы во время передвижения; ориентируются в пространстве *(физическая культура, познание);* сохраняют равновесие, следят за осанкой; самостоятельны в организации всех видов игр; выполняют правила и нормы поведения; испытывают интерес к народным играм, умеют договариваться, планировать и обсуждать действия всех играющих, справедливо оценивают результаты игры; имеют представление о значении двигательной активности в жизни человека *(здоровье, физическая культура, социализация, коммуникация, познание)*				
Виды детской деятельности				
1-я часть **Вводная**	Ходьба и бег в чередовании (ходьба -10 м, бег - 20 м), врассыпную; строевые упражнения; перестроение в колонны по одно- му и по два в движении. Ходьба и бег через набивные мячи, с изменением направления движения; бег до 2,5 мин. Построение в три колонны на счет «раз-два-три»; бег до 3 мин; ходьба и бег «змейкой»			
Общеразвивающие упражнения	1. Вращение обруча одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку. 2. Поочередные поднятия ноги, согнутой в колене. 3. Касание носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони і зытянутой вперед руки (одноименной и разноименной). 4. Общеразвивающие упражнения, стоя на правой ноге			
2-я часть **Основные движения**	1. Ходьба по рейке гимна- стической скамейки: при- ставляя пятки к носку дру- гой ноги, руки за голову; с мешочком на голове, ру- ки на поясе. 2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая его справа и слева; пооче- редно на правой и левой	1. Прыжки в длину с места. 2. Метание в вертикальную цель левой и правой руками. 3. Лазание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. 4. Пролезание под шнур (вы- сота 40 см), не касаясь	1. Метание мячей в горизон- тальную цель на очки (2 ко- манды). 2. Пролезание в обруч в парах. 3. Прокатывание обручей друг другу. 4. Вращение обруча на кисти руки. 5. Вращение обруча на полу. 6. Лазание по	*Игровые упражнения:* 1. «Через болото по кочкам» (из обруча в обруч). 2. «Ведение мяча» (футбол). 3. «Мяч о стенку». 4. «Быстро по местам». 5. «Тяни в круг». *Эстафеты:* 1. «Пингвины». 2. «Пробеги - не сбей». 3. Волейбол с большим мячом. 4. «Мишень - корзинка». 5. «Ловкие ребята» (спрыгива-

		ноге. 3. Бросание мяча вверх, лов- ля с произведением хлопка; с поворотом кругом	руками пола. 5. Ходьба по скамейке боком приставным шагом с мешоч- ком на голове, руки на поясе	гимнастической стенке изученным способом	ние; продвижение по наклонной лестнице; по скамейке на четве- реньках)
	3-я часть **Подвижные игры**	«Кто быстрее доберется до флажка?», «Эхо»	«Горелки», «Придумай фигуру»	«Жмурки», «Стоп»	
Апрель	**Занятия 1-2**		**Занятия 3-4**	**Занятия 5-6**	**Занятия 7-8**
	Задачи				
	Учить: - ходьбе парами по ограниченной площади опоры; - ходьбе по кругу во встречном направлении - «улитка». Закреплять: - ходьбу с изменением направления; - навык ведения мяча в прямом направлении; - лазание по гимнастической скамейке; - метание в вертикальную цель; - ходьбу и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу; - лазание по гимнастической стенке одноименным способом. Повторить: - прыжки с продвижением вперед; - ходьба и бег с ускорением и замедлением; - ползание по гимнастической скамейке; - упражнения на сохранение равновесия; - прыжки через короткую скакалку; - ходьба по канату с сохранением равновесия. Совершенствовать прыжки в длину с разбега				
	Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)				
	Могут бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5—12 м, метать предметы в движущуюся цель; выполняют физические				

	упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; прыгают через короткую и длинную скакалку разными способами; совершенствуют технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения *(физическая культура, музыка);* следят за правильной осанкой; интересуются физической культурой, спортивными играми и отдельными достижениями в области спорта; участвуют в играх с элементами спорта, самостоятельны в организации оптимальной двигательной деятельности, в том числе подвижных игр, уверенно анализируют их результаты; демонстрируют освоенную культуру движений в различных видах детской деятельности; активно участвуют в физкультурных досугах и праздниках *(познание, здоровье, физическая культура, социализация, коммуникация, музыка)*				
	Виды детской деятельности				
	1-я часть **Вводная**	Ходьба с изменением направления; с ускорением и замедлением движений по сигналу; «улитка» - ходьба в два круга во встречном направлении; бег со средней скоростью до 80 м (1,5 мин); бег с перешагиванием через шнуры; ходьба врассыпную, по сигналу построение в колонну по одному, перестроение под счет «раз-два»			
	Общеразвивающие упражнения	1. Вращение обруча обеими кистями рук. 2. Прогибания, лежа на животе. 3. Захват ступнями ног палки посередине и повороты ее на полу. 4. Сохранение равновесия, стоя на скамейке			
	2-я часть **Основные движения**	1. Ходьба парами по двум параллельным скамейкам. 2. Прыжки на двух ногах по прямой с мешочком, зажатым между коленей. 3. Метание мешочков в горизонтальную цель. 4. Ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу, на середине разойтись. 5. Метание набивного мяча двумя руками из-за головы	1. Прыжки через скамейку с одной ноги на другую; на двух ногах. 2. Ведение мяча правой и левой руками и забрасывание его в корзину. 3. Ведение мяча между предметами. 4. Прыжки через скамейку с продвижением вперед. 5. Прыжки в длину с разбега	1. Ходьба с выполнениемзаданий руками. 2. Метание мешочка в вертикальную цель правой и левой руками от плеча (4 м). 3. Лазание по гимнастической скамейке с мешочком на спине - «Кто быстрее?». 4. Прыжки через скакалку произвольным способом. 5. Ходьба по рейке гимнастической скамейки. 6. Ходьба боком приставным шагом по канату. 7. Прыжки в длину с разбега	*Игровые упражнения:* 1. «Кто быстрее соберется?». 2. «Переброс - поймай». *3.* «Передал - садись». 4, «Дни недели». *Эстафеты:* 1. Бег со скакалкой. 2. «Рыбак и рыбаки». 3. «Мяч через сетку». 4. «Быстро разложи - быстро собери». 5. «Мышеловка». 6. «Ловишки с ленточкой»
	3-я часть **Подвижные игры**	«Ловля обезьян», «Пройди -	«Прыгни - присядь», «Стоп»	«Охотники и утки»	

		не задень»			
Май	**Занятия 1-2**		**Занятия 3-4**	**Занятия 5-6**	**Занятия 7-8**
	Задачи				
	Учить: - бегать на скорость; - бегать со средней скоростью до 100 м. Упражнять: - в прыжках в длину с разбега; - перебрасывании мяча в шеренгах; - равновесии в прыжках; - забрасывании мяча в корзину двумя руками Повторять: - упражнение «Крокодил»; - прыжки через скакалку; - ведение мяча				
	Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)				
	Согласуют ритм движений с музыкальным сопровождением; бегают со средней скоростью и на скорость; могут перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг); прыгают в длину с разбега; упражняются в статическом и динамическом равновесии, развивают координацию движений; участвуют в играх с элементами спорта *(физическая культура, музыка);* сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам; испыты- вают потребность в ежедневной двигательной активности; имеют представление о правилах и видах закаливания, пользе пребывания на све- жем воздухе; развивают физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость *(социализация, здоровье, физическая культура)*				
	Виды детской деятельности				
	1-я часть **Вводная**	Повторить разные виды ходьбы и бега; ходьбу и бег с перешагиванием через предметы; строевые упражнения			

Общеразвивающие упражнения	1. Разведение и сведение пальцев, поочередное соединение всех пальцев с большим. 2. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол). 3. Одновременное поднятие ног из положения лежа на спине, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. 4. Сохранение равновесия стоя, закрыв глаза			
2-я часть **Основные движения**	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мячом в руках; на каждый шаг - передача мяча перед собой и за спину. 2. Прыжки в длину с разбега. 3. Метание набивного мяча. 4. Ходьба по гимнастической скамейке с выполнением хлопка под коленом на каждый шаг	1. Бег на скорость (30 м). 2. Прыжки в длину с разбега. 3. Перебрасывание мяча в шеренгах двумя руками из-за головы (расстояние - 4 м); двумя руками от груди. 4. Ведение мяча ногой по прямой	1. Прыжки через скакалку. 2. Подвижная игра «Передача мяча в колонне». 3. Бег со средней скоростью на расстояние 100 м. 4. Ведение мяча и забрасывание его в корзину. 5. Переползание на двух руках - «Крокодил»	*Игровые упражнения:* 1. «Крокодил». 2. Прыжки разными способами через скакалку. 3. «Кто выше прыгнет?» (в высоту). 4. «Мяч водящему». *Эстафеты:* 1. «Кто быстрее?» (бег). 2. Детский волейбол (через сетку двумя руками). 3. «Ловкие футболисты». 4. Комбинированная эстафета: ползание по скамейке с подтягиванием руками; прыжки через скакалку; ползание под дугой; перепрыгивание через рейку. 5. «Кто дальше прыгнет?»
3-я часть **Подвижные игры**	«Мышеловка»	«Лодочники и пассажиры», «Запрещенное движение»	«Прыгни - присядь»	

Календарно-тематическое планирование
по физической культуре
Подготовительная группа

№	Тема НОД	Кол-во Часов	Дата проведения	
			по плану	по факту
1.	Перебрасывание мяча	1	06.09.21	
2.	Игровые упражнения	1	08.09.21	
3.	Перебрасывание мяча	1	10.09.21	
4.	Ползание на четвереньках	1	13.09.21	
5.	Игровые упражнения	1	15.09.21	
6.	Ползание по гимн. скамейке	1	17.09.21	
7.	Бросание мяча вверх	1	20.09.20	
8.	Игровые упражнения	1	22.09.21	
9.	Ползание по гимнастической скамейке	1	24.09.21	
10.	Ходьба боком приставным шагом	1	27.09.21	
11.	Игровые упражнения	1	29.09.21	
12.	Ходьба по гимн. скамейке	1	01.10.21	
13.	Ходьба по гимн. скамейке	1	04.10.21	
14.	Игровые упражнения	1	06.10.21	
15.	Прыжки с высоты 40см	1	08.10.21	
16.	Отбивание мяча одной рукой	1	11.10.21	
17.	Игровые упражнения	1	13.10.21	
18.	Ведение мяча по прямой	1	15.10.21	
19.	Ползание на четвереньках	1	18.10.21	
20.	Игровые упражнения	1	20.10.21	
21.	Прыжки между предметами	1	22.10.21	
22.	"Проползи не урони"	1	25.10.21	

23.	Игровые упражнения	1	27.10.21	
24.	Ходьба по канату	1	29.10.21	
25.	"Попади в корзину"	1	01.11.21	
26.	Игровые упражнения	1	03.11.21	
27.	Прыжки через скакалку	1	05.11.21	
28.	Игровые упражнения	1	08.11.21	
29.	Лазанье под дугу	1	10.11.21	
30.	Метание мешочков	1	12.11.21	
31.	Игровые упражнения	1	15.11.21	
32.	Прыжки на двух ногах	1	17.11.21	
33.	Равновесие	1	19.11.21	
34.	Игровые упражнения	1	22.11.21	
35.	Равновесие. Ходьба боком приставным шагом	1	24.11.21	
36.	Переброска мячей	1	26.11.21	
37.	Игровые упражнения	1	29.11.21	
38.	"Передача мяча в колонне"	1	01.12.21	
39.	Ползание под шнур	1	03.12.21	
40.	Игровые упражнения	1	06.12.21	
41.	Ползание по гимн. скамейке	1	08.12.21	
42.	Прыжки со скамейки	1	10.12.21	
43.	Игровые упражнения	1	13.12.21	
44.	Ходьба по гимн. скамейке	1	15.12.21	
45.	Прыжки через короткую скакалку	1	17.12.21	
46.	Игровые упражнения	1	2012.21	

47.	Ходьба по рейке гимн. скамейки	1	22.12.21	
48.	Прыжки из обруча в обруч	1	24.12.21	
49.	Игровые упражнения	1	27.12.21	
50.	Игровые упражнения	1	29.12.21	
51.	Прыжки в длину с места	1	10.01.22	
52.	Прыжки в длину с места	1	12.01.22	
53.	Игровые упражнения	1	14.01.22	
54.	Подбрасывание малого мяча	1	17.01.22	
55.	Равновесие-Ходьба на носках	1	19.01.22	
56.	Игровые упражнения	1	21.01.22	
57.	Равновесие-Ходьба парами	1	24.01.22	
58.	Ползание между предметами	1	26.01.22	
59.	Игровые упражнения	1	28.01.22	
60.	Равновесие -ходьба по гимнастической скамейке	1	31.01.22	
61.	Прыжки между предметами	1	02.02.22	
62.	Игровые упражнения	1	04.02.22	
63	Прыжки с подскоком	1	07.02.22	
64	Перебрасывание мяча друг другу	1	09.02.22	
65	Игровые упражнения	1	11.02.22	
66	Метание мешочков в горизонтальную цель	1	14.02.22	
67	Ходьба по гимнастической скамейке	1	16.02.22	
68	Игровые упражнения	1	18.02.22	
69	Прыжки из обруча в обруч	1	21.02.22	
70	Прыжкииз обруча в обруч	1	25.02.22	

71	Игровые упражнения	1	28.02.22	
72	Прыжки	1	02.03.22	
73	Равновесие-ходьба по гимн. скамейке	1	04.03.22	
74	Игровые упражнения	1	07.03.22	
75	Ползание «по-медвежьи»	1	09.03.22	
76	Игровые упражнения	1	11.03.22	
77	Равновесие-ходьба змейкой	1	14.03.22	
78	Равновесие	1	16.03.22	
79	Игровые упражнения	1	18.03.22	
80	Прыжки через короткую скакалку	1	21.03.22	
81	Прыжки в длину с разбега	1	23.03.22	
82	Игровые упражнения	1	25.03.22	
83	Лазанье под шнур	1	28.03.22	
84	Метание мешочков	1	30.03.22	
85	Игровые упражнения	1	01.04.22	
86	Ползание между предметами	1	04.04.22	
87	Бросание мяча в шеренгах	1	06.04.22	
88	Игровые упражнения	1	08.04.22	
89	Прыжки через шнуры	1	11.04.22	
90	Прыжки с ноги на ногу	1	13.04.22	
91	Игровые упражнения	1	15.04.22	
92	Ходьба по гимн. скамейке	1	18.04.22	
93	Прыжки в длину с места	1	20.04.22	
94	Игровые упражнения	1	22.04.22	
95	Метание мешочков	1	25.04.22	

96	Метание мешочков на дальность	1	27.04.22	
97	Игровые упражнения	1	29.04.22	
98	Прыжки на дух ногах междукеглями	1	04.05.22	
99	Игровые упражнения	1	06.05.22	
100	Равновесие	1	11.05.22	
101	Игровые упражнения	1	13.05.22	
102	Ползанье с опорой на ладони	1	16.05.22	
103	Прыжки на одной ноге	1	18.05.22	
104	Игровые упражнения	1	20.05.22	
105	Перестроение в пары и обратно	1	23.05.22	
106	Метание мешочков в горизонтальную цель	1	25.05.22	
107	Игровые упражнения	1	27.05.22	
108	Повторение	1	30.05.22	

2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.

С выходом Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования особое внимание уделяется различным видам детской деятельности и решению задач развития у дошкольников самостоятельности и творчества. В основу реализации задач ФГОС ДО положен культурологический и деятельностный подход в педагогике. Культурологический подход определяет воспитание как способ приобщения ребенка к ценностям мировой и национальной культуры, развития его творческих способностей и наклонностей, защиту его прав и здоровья. Условием реализации культурологического подхода в педагогике является диалог культур – личностной культуры ребенка и педагогической культуры воспитателя, специалиста.

Культурные практики – это ситуативное, автономное, самостоятельное, инициируемое взрослым или самим ребенком приобретение и повторение различного опыта общения и взаимодействия с людьми в различных группах, командах, сообществах и общественных структурах с взрослыми, сверстниками и младшими детьми. Это также освоение позитивного жизненного опыта сопереживания, доброжелательности и любви, дружбы, помощи, заботы, альтруизма. А также негативного опыта недовольства, обиды, ревности, протеста, грубости. От того, что именно будет практиковать ребенок, зависит его характер, система ценностей, стиль жизнедеятельности, дальнейшая судьба.

При развитой системе культурных практик ребенку необходимо не столько воспитание, как педагогическая поддержка, сотрудничество, общий душевный настрой (забота) взрослого и ребенка, их взаимное доверие, озабоченность общим делом (интересом). В качестве ведущей культурной практики выступает игровая практика, позволяющая создать событийно организованное пространство образовательной деятельности детей и взрослых.

Специально организованная деятельность воспитателя происходит в первой половине дня, а во второй половине дня организуются разнообразные культурные практики, ориентированные на проявление у детей самостоятельности и творчества в разных видах деятельности. Воспитанники имеют возможность выбора из следующих культурных практик: центр изобразительной деятельности, центр математического развития, центр науки и естествознания, центр развития речи и основ грамотности, центр физической культуры. В процессе культурных практик воспитателем создаётся атмосфера свободы выбора, самовыражения, сотрудничество взрослого и детей.

Создание образовательной среды происходит на основе системы принципов деятельностного обучения:

- психологической комфортности,
- деятельности,
- минимакса,
- целостности,
- вариативности,
- творчества,
- непрерывности.

Каждый из этих принципов уникален, но все они действуют как целостная система, позволяющая создать единое развивающее образовательное пространство.

Принцип психологической комфортности является основополагающим, поскольку эмоциональная атмосфера, царящая в детском саду, напрямую влияет на психофизическое здоровье детей. Данный принцип предполагает создание доверительной атмосферы, минимизацию стрессовых факторов образовательного процесса. Общение строится на основе доброжелательности, уважения человеческого достоинства ребенка, ориентации на его интересы и потребности. Педагог выступает в роли старшего друга, наставника, партнера, организатора, помощника. Его задача – развивать и поддерживать в детях

любознательность, живой интерес, инициативу, самостоятельность, ощущение значимости каждого в больших и малых делах группы. Ошибки и неудачи не должны вызывать у детей чувство страха, ограничивать их активность и инициативу. Воспитатель внимательно выслушивает все ответы, идеи и предложения детей. В ситуациях, когда предложенный ребенком ответ, идея или решение проблемы «не подходят», старается подвести его к тому, чтобы он сам в этом убедился. Принципиально важно при организации образовательного процесса опираться на личностные мотивы (стремление к общению, к самореализации и самоутверждению, получению удовлетворения от процесса и результата деятельности), эмоциональную сферу и познавательный интерес детей. Никакая деятельность не должна навязываться детям, они должны видеть (понимать и принимать) свою («детскую») цель в любой деятельности.

Искусство педагога заключается в такой организации образовательного процесса, когда ребенок сам хочет чему-либо научиться, что-то узнать или сделать. И в этом педагогу помогает технология «Ситуация». Суть данной технологии заключается в организации развивающих ситуаций с детьми, на основе использования общекультурных знаний о законах эффективной деятельности с учетом возрастных особенностей дошкольников. Отсюда и название технологии – «Ситуация», так как в ее основе лежат различные ситуации, с которыми сталкиваются дети в течение дня. Технология «Ситуация», дает педагогу возможность управлять возникшей ситуацией таким образом, чтобы помочь ребенку сделать самостоятельный шаг в познании мира; приобрести опыт выполнения универсальных действий по фиксации затруднений, выявлению их причины, постановке цели, планированию своих действий, соотнесению поставленной цели с полученным результатом и др.

Реализация принципа психологической комфортности требует от педагога умения организовать детский досуг, делая его игровым, импровизационным, веселым и радостным для каждого ребенка. С целью обеспечения данного условия педагоги должны следить за настроением детей, хвалить, подбадривать их, создавать условия для творческого самовыражения (снимать чувство неуверенности, зажатости, боязни сделать что-то не так). Поэтому на развлечениях должны быть не подготовленные заранее детские выступления, а спонтанная импровизация либо исполнение по показу взрослого, что исключает оценку детского исполнения педагогом. Основные «ключи» к организации детских досугов - это три **И**: Интеграция – Игра – Импровизация. Если педагоги владеют этими тремя «ключами», значит, они готовы к организации и проведению легких и веселых развлечений.

В теплое время года - жизнедеятельность детей, преимущественно, организуется на открытом воздухе. Также в образовательный процесс включены мероприятия, направленные на оздоровление детей и предупреждение утомляемости. В режим дня каждой возрастной группы ежедневно включены бодрящая гимнастика, упражнения для профилактики плоскостопия, упражнения для расслабления позвоночника и коррекции осанки, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз на свежем воздухе.

2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы

- Активность ребенка является основной формой его жизнедеятельности, необходимым условием его развития, которая закладывает фундамент и дает перспективы роста интеллектуального, творческого потенциала ребенка.
- Обеспечение использования собственных, в том числе «ручных», действий в познании различных количественных групп, дающих возможность накопления чувственного опыта предметно-количественного содержания.
- Использование разнообразного дидактического наглядного материала, способствующего выполнению каждым ребенком действий с различными предметами,

величинами. Организация речевого общения детей, обеспечивающая самостоятельное использование слов, обозначающих математические понятия, явления окружающей действительности. Организация обучения детей, предполагающая использование детьми совместных действий в освоении различных понятий. Для этого на занятиях дети организуются в микрогруппы по 3-4 человека. Такая организация провоцирует активное речевое общение детей со сверстниками.

- Организация разнообразных форм взаимодействия: «педагог – дети», «дети – дети».

Направления поддержки детской инициативы

- позиция педагога при организации жизни детей в детском саду, дающая возможность самостоятельного накопления чувственного опыта и его осмысления. Основная роль воспитателя - это организация ситуаций для познания детьми отношений между предметами, когда ребенок сохраняет в процессе обучения чувство комфортности и уверенности в собственных силах;
- психологическая перестройка позиции педагога на личностно-ориентированное взаимодействие с ребенком в процессе обучения, содержанием которого является формирование у детей средств и способов приобретения знаний в ходе специально организованной самостоятельной деятельности;
- фиксация успеха, достигнутого ребенком, его аргументация создает положительный эмоциональный фон для проведения обучения, способствует возникновению познавательного интереса.

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

1. Обеспечение эмоционального благополучия через:

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

2. Поддержку индивидуальности и инициативы детей через:

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

3. Установление правил взаимодействия в разных ситуациях:

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

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

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

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

Технологии личностно-ориентированного взаимодействия педагога с детьми

Характерные особенности:

1) смена педагогического воздействия на педагогическое взаимодействие; изменение направленности педагогического «вектора» — не только от взрослого к ребенку, но и от ребенка к взрослому;

2) основной доминантой является выявление личностных особенностей каждого ребенка как индивидуального субъекта познания и других видов деятельности;

3) содержание образования не должно представлять собой только лишь набор социокультурных образцов в виде правил, приемов действия, поведения, оно, должно включая содержание субъектного опыта ребенка как опыта его индивидуальной жизнедеятельности, без чего содержание образования становится обезличенным, формальным, невостребованным.

Характерные черты личностно-ориентированного взаимодействия педагога с детьми:

- создание педагогом условий для максимального влияния образовательного процесса на развитие индивидуальности ребенка (актуализация субъектного опыта детей;
- оказание помощи в поиске и обретении своего индивидуального стиля и темпа деятельности, раскрытии и развитии индивидуальных познавательных процессов и интересов;
- содействие ребенку в формировании положительной «Я-концепции», развитии творческих способностей, овладении умениями и навыками самопознания).

Направление развития ребёнка	1-я половина дня	2-я половина дня
Физическое развитие	Приём детей Утренняя гимнастика Гигиенические процедуры (умывание, полоскание рта) Закаливание в повседневной жизни (облегчённая одежда в группе, одежда по сезону на прогулке, воздушные ванны) Специальные виды закаливания Физкультминутки на ООД ООД по физкультуре Прогулка в двигательной активности	Гимнастика после сна Закаливание (воздушные ванны, ходьба босиком в спальне) Физкультурные досуги, игры и развлечения Самостоятельная двигательная деятельность ООД хореографией Прогулка (индивидуальная работа по развитию движений)

2.5 Описание форм, способов, методов и средств реализации программы.

Совместная образовательная деятельность педагогов и детей		самостоятельная деятельность детей	образовательная деятельность в семье
непосредственно образовательная деятельность	**образовательная деятельность в режимных моментах**		
Физкультурные занятия: - сюжетно-игровые, - тематические, -классические, -тренирующие, - на тренажерах, - на улице, -походы. Общеразвивающие упражнения: -с предметами, - без предметов, -сюжетные, -имитационные. Игры с элементами спорта. Спортивные упражнения	Индивидуальная работа с детьми. Игровые упражнения. Игровые ситуации. Утренняя гимнастика: -классическая, -игровая, -полоса препятствий, -музыкально-ритмическая, -аэробика, - имитационные движения. Физкультминутки. Динамические паузы. Подвижные игры. Игровые упражнения. Игровые ситуации. Проблемные ситуации. Имитационные движения. Спортивные праздники и развлечения. Гимнастика после дневного сна: -оздоровительная, -коррекционная, -полоса препятствий. Упражнения: - корригирующие -классические, - коррекционные.	Подвижные игры. Игровые упражнения. Имитационные движения.	Беседа Совместные игры. Походы. Занятия в спортивных секциях. Посещение бассейна.

2.6. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

Установления взаимосвязи дошкольного блока и семьи является решающим условием обновления системы дошкольного образования. Основной целью установления взаимоотношений ДГ и семьи является создание единого пространства семья – дошкольный блок, в котором всем участникам педагогического процесса будет комфортно, интересно, безопасно, полезно и эмоционально благополучно.

С целью построения эффективного взаимодействия семьи и ДГ педагогическим коллективом были создали следующие условия:

- **социально-правовые:** построение всей работы основывается на федеральных, региональных, муниципальных нормативно-правовых документах, а также с Уставом школы, договорами сотрудничества, регламентирующими и определяющими функции, права и обязанности семьи и учреждения;
- **информационно-коммуникативными:** предоставление родителям возможности быть в курсе реализуемых программ, быть осведомленными в вопросах специфики образовательного процесса, достижений и проблем в развитии ребенка, безопасности его пребывания в ДГ;
- **перспективно-целевые:** наличие планов работы с семьями на ближайшую и дальнейшую перспективу, обеспечение прозрачности и доступности для педагогов и родителей в изучении данных планов, предоставление права родителям участвовать в разработке индивидуальных проектов, программ и выборе точек пересечения семьи и ДГ в интересах развития ребенка;
- **потребностно-стимулирующие**: взаимодействие семьи и дошкольного блока строится на результатах изучения семьи.

В основу совместной деятельности семьи и дошкольного учреждения заложены следующие **принципы:**

- **единый подход** к процессу воспитания ребёнка;
- **открытость** дошкольного учреждения для родителей;
- **взаимное доверие** во взаимоотношениях педагогов и родителей;
- **уважение** и доброжелательность друг к другу;
- **дифференцированный подход** к каждой семье;
- **равно ответственность** родителей и педагогов.

Основные задачи работы с родителями:

- установить партнерские отношения с семьей каждого воспитанника;
- объединить усилия для развития и воспитания детей;
- создать атмосферу взаимопонимания, общности интересов, эмоциональной взаимоподдержки;
- активизировать и обогащать воспитательные умения родителей;
- поддерживать их уверенность в собственных педагогических возможностях.
- активизировать семейные спортивные праздники

План по взаимодействию с родителями
на 2020-2021 учебный год.

дата	**Мероприятия**	**консультации**	**беседы**
		групповые	**Индивид.**
Сентябрь	Знакомство с планом работы по физкультурно - оздоровительному направлению на групповых собраниях.		
Октябрь		Задачи физического воспитания в каждой возрастной гр.	«Как провести выходной день с пользой». (во всех группах)

Ноябрь			«Значение режима дня для здоровья ребенка». (во всех группах)
Декабрь		«Организация активного отдыха детей»	
Январь			«Какие закаливающие мероприятия приемлемы для вашего ребенка».
Февраль		«Физические упражнения для оздоровления детей с частыми ОРЗ»(старшая, под-готовит.гр.**)**	
Март			«Как сформировать у ребенка правильну ю осанку»
Апрель			«Какие можно использовать упражнения для профилактики и лечения плоскостопия» (во всех группах).
Май	Участие в итоговом общем родительском собрании, подведение итогов физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы за 2020-2021 уч.год		«Развиваем ловкость у детей» (старшая,подгот.г.)

2.7.Содержание коррекционной работы

Основная цель — совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно-пространственной координации. Физическое развитие лежит в основе организации всей жизни детей и в семье, и в дошкольном учреждении. Это касается предметной и социальной среды, всех видов детской деятельности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников. В режиме должны быть предусмотрены занятия физкультурой, игры и развлечения на воздухе, при проведении которых учитываются региональные и климатические условия.

Работа по физическому воспитанию строится таким образом, чтобы решались и общие, и коррекционные задачи. Основная задача — стимулировать позитивные сдвиги в организме, формируя необходимые двигательные умения и навыки, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма.

На занятиях по физической культуре, наряду с образовательными и оздоровительными, решаются специальные коррекционные задачи:

- формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных

представлений;

- изучение в процессе предметной деятельности различных свойств материалов, а также назначения предметов;
- развитие речи посредством движения;
- формирование в процессе двигательной деятельности различных видов познавательной деятельности;
- управление эмоциональной сферой ребенка, развитие морально-волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных занятий, игр, эстафет.

В работу включаются физические упражнения: построение в шеренгу (вдоль линии), в колонну друг за другом, в круг; ходьба; бег, прыжки; лазанье; ползание; метание; общеразвивающие упражнения на укрепление мышц спины, плечевого пояса и ног, на координацию движений, на формирование правильной осанки, на развитие равновесия. Рекомендуется проведение подвижных игр, направленных на совершенствование двигательных умений, формирование положительных форм взаимодействия между детьми.

В настоящее время в систему занятий по физическому развитию для детей с ОВЗ включается адаптивная физическая культура (АФК) — комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию к нормальной социальной среде людей с ограниченными возможностями, преодоление психологических барьеров, препятствующих ощущению полноценной жизни, а также сознанию необходимости своего личного вклада в социальное развитие общества. Адаптивная физкультура обеспечивает лечебный, общеукрепляющий, реабилитационный, профилактический и другие эффекты. Основные задачи, которые стоят перед адаптивной физической культурой:

- формировать у ребенка осознанное отношение к своим силам в сравнении с силами здоровых сверстников;
- развивать способность к преодолению не только физических, но и психологических барьеров, препятствующих полноценной жизни;
- формировать компенсаторные навыки, умение использовать функции разных систем и органов вместо отсутствующих или нарушенных;
- развивать способность к преодолению физических нагрузок, необходимых для полноценного функционирования в обществе;
- формировать потребность быть здоровым, насколько это возможно, и вести здоровый образ жизни; стремление к повышению умственной и физической работоспособности;
- формировать осознание необходимости своего личного вклада в жизнь общества;
- формировать желание улучшать свои личностные качества.

АФК объединяет все виды физической активности и спорта, которые соответствуют интересам детей с проблемами в развитии и способствуют расширению их возможностей. Цель АФК — улучшение качества жизни детей с ОВЗ посредством физической активности и спорта. Основной задачей является решение конкретных психомоторных проблем, как путем изменения самого ребенка, так и изменения окружающей среды, по возможности устраняя в ней барьеры к более здоровому, активному образу жизни, к равным со своими здоровыми сверстниками возможностям заниматься спортом.

Система занятий по физическому воспитанию для дошкольников с нарушениями опорно-двигательного аппарата (ДЦП) разрабатывается индивидуально (совместно с инструктором ЛФК). На первичном приеме ребенка присутствует воспитатель по физической культуре. Он анализирует медицинскую документацию совместно с инструктором ЛФК (выписки из истории болезни, рекомендации ортопеда, невролога, врачей из стационаров и др.), беседует с родителями, наблюдает за ребенком в свободной

деятельности. Совместно с инструктором ЛФК определяется двигательный статус в соответствии с ведущим неврологическим синдромом: состояние моторной функции, рук, наличие тонических рефлексов. Затем заполняется первичный протокол обследования ребенка, в котором подробно описывается двигательный статус ребенка. На втором этапе организуется комплексное обследование, результаты которого заносятся в карту. Исходя из этого, разрабатывается индивидуальная программа по формированию двигательных умений и навыков для каждого ребенка.

В программе определяется двигательный и ортопедический режим (использование различных ортопедических приспособлений для ходьбы, коррекции положения рук и пальцев, для удержания головы), дозирование нагрузок, указываются противопоказания к применению тех или иных приемов.

В ходе работы по физическому воспитанию учитываются рекомендации всех специалистов. Для ребенка с ДЦП важно соблюдать общий двигательный режим. Он не должен более 20 минут находиться в одной и той же позе. Для каждого ребенка индивидуально подбираются наиболее адекватные позы. В процессе работы с детьми используются физкультминутки, физкультпаузы. В свободное время дети принимают участие в физкультурно-массовых мероприятиях, интеграционных спортивных праздниках, досугах. Все мероприятия, которые будут проводиться с ребенком, обсуждаются на консилиуме специалистов. Целью физического воспитания детей, страдающих церебральным параличом, является создание при помощи коррекционных физических упражнений и специальных двигательных режимов предпосылок для успешной бытовой, учебной и социальной адаптации к реальным условиям жизни, их интеграции в обществе. При разработке программы по физическому развитию детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата следует опираться на работы М. В. Ипполитовой, И. Ю. Левченко, Е. М. Мастюковой, О. Г. Приходько и др.

В совокупности обозначенные образовательные области обеспечивают решение общеразвивающих задач. Вместе с тем каждый из видов деятельности имеет свои коррекционные задачи и соответствующие методы их решения. Это связано с тем, что дети с ОВЗ имеют как общие, так и специфические особенности, обусловленные непосредственно имеющимися нарушениями.

Содержание базовых направлений работы в программах воспитания и обучения сочетается со специальными коррекционными областями. Например, дети с эмоциональными расстройствами нуждаются в специальном воздействии, направленном на коррекцию их деятельностной сферы, на формирование навыков взаимодействия с взрослыми и со сверстниками. При сенсорных, двигательных нарушениях в содержание программы включаются такие коррекционные разделы, как: «Развитие зрительного восприятия» (для детей с нарушениями зрения), «Развитие слухового восприятия и обучение произношению» (для детей с нарушениями слуха), «Развитие и коррекция общих движений, совершенствование физиологических возможностей мышц кистей и пальцев рук» (для детей с недостатками двигательной сферы) и др.

3.1. Культурно-досуговая деятельность.

№	Тема	Сроки	Ответственные
1.	Осенняя спартакиада «Веселые старты»	октябрь	Инструктор по Физической культуре, воспитатели
2.	"Зимние игры и забавы"	декабрь	Инструктор по Физической культуре, воспитатели
3.	Спортивное мероприятие посвященный Дню Защитника Отечества «Бессмертный полк».	февраль	Инструктор по Физической культуре, воспитатели
4.	Спортивное мероприятие "А Ну-ка мамы"	март	Инструктор по Физической культуре, воспитатели
5.	Спортивное мероприятие "День Здоровья"	апрель	Инструктор по Физической культуре, воспитатели

3.2. **<u>Перечень оборудования физкультурного зала.</u>**

Тип оборудования	Наименование	Размер масса	Кол-во
Для ходьбы, бега, равновесия	Гимнастическая скамейка	Длина – 400 см. Ширина – 23 см. Высота – 20 см.	
	Гимнастическая скамейка	Длина – 300 см. Ширина – 23 см. Высота – 20 см.	
	Доска гладкая с зацепами	Длина – 250 см. Ширина – 20 см.	
	Доска с ребристой поверхностью	Длина – 150 см. Ширина – 20 см.	
	Дорожка – змейка (канат)	Длина – 250 см. Диаметр – 2 см.	
	Дорожка- змейка (канат)	Длина- 200 см Диаметр- 2 см	
Для ходьбы, бега, равновесия	Коврик массажный	Длина – 30 см. Ширина – 30 см. Вес – 480 гр.	
	Параллелепипед деревянный средний	Длина – 30 см. Ширина – 17 см. Высота – 30 см.	
	Параллелепипед деревянный большой	Длина – 40 см. Ширина – 22 см. Высота – 40 см.	
	Коврик со следочками	Длина – 200 см. Ширина – 150 см.	
	«Беговая дорожка» для профилактики плоскостопия		
Для прыжков	Батут детский	Диаметр – 100 см.	
	Цилиндр большой	Диаметр – 6 см. Высота – 15 см.	
	Цилиндр малый	Диаметр – 3 см. Высота – 10 см.	
	Косички	Длина – 60 см.	
	Скакалки	Длина – 200 см.	
	Кубы большие	Ребро – 30 см.	
	Кубы малые	Ребро – 20 см.	
	Стойки	Высота – 120 см.	
	Игровые «Подушки»	Длина – 30 см. Высота – 7 см. Вес – 245 гр.	
	Маты гимнастические	Длина – 160 см. Ширина – 80 см. Высота – 10 см.	
	Гимнастический мяч	Диаметр – 55 см.	
	Гимнастический мяч	Диаметр – 44 см.	
	Гимнастический мяч	Диаметр – 40 см.	

Для катания, бросания, ловли.	Кегли (набор)		
	Кольцеброс		
	Мешочек с грузом малый	Масса – 150 гр.	
	Мяч утяжеленный (набивной)	Масса – 1000 гр.	
	Мячи большие	Диаметр – 25 см.	
	Мячи средние	Диаметр – 15 см.	
	Мяч для волейбола		
	Мяч для футбола		
	Мяч для баскетбола		
	Мишени для метания настенные		
	Мишень для метания «Жираф»		
Для катания, бросания, ловли.	Кольцо		
Для ползания и лазания	Стенка гимнастическая деревянная	Высота – 280 см. Ширина пролета – 73 см.	
	Канат гладкий	Длина – 300 см.	
	Дуга большая	Высота – 50 см.	
	Дуга средняя	Высота – 45 см.	
	Дуга малая	Высота – 30 см.	
Для общеразвивающих упражнений	Флажки		
	Кубики	Ребро – 4 см.	
	Ленточки	Длина – 25 см.	
	Платочки		
	Гимнастические палки	Длина – 100 см.	
	Гимнастические палки	Длина – 55 см.	
	Кегли		
	Теннисные шарики		
	Мячи с шипами (массажные)	Диаметр – 5 см.	
	Обручи малые	Диаметр – 54 см.	
	Степ доски	Выс.- 8 см, шир.- 25см, дл.-40 см	
«Полоса препятствий» из мягких модулей	*Мат*	180×60×7	
	Модуль опорный многофункциональный	60×60×20	
	Модуль «Балка» большая	120×30×30	
	Модуль «Трапеция»	60×60×30	
	Модуль «Цилиндр»	Дл.-120, диам.-30	
	Мостик полуовал с вырезом	60×30×30	
	Мостик прямоугольный	60×30×20	
	Модуль «Туннель»	80×30×10	
Подвижные игры	*Шапочки*		
	Ленточки		

Перечень атрибутов для утренней гимнастики.

№	Наименование	Размер/масса	Количество
1	палки (гимн.)	длина-71см.	7шт.
2	Обручи	d-60см.	
3	мячи (маленькие)	d-5см.	
4	мячи (средние)	d-20-22см.	
5	Кубики	5*5см.	
6	косички (короткий шнур)	длина-60см	
7	Флажки		
8	Ленточки	длина-60см. ширина-4см	
9	Платочки		
10	Кегли	высота-22-25см	
11	скакалка (короткая)	длина-200см	
12	Мешочки	8-12*13-15см. 400 г.	

3.3. Перечень методических пособий, обеспечивающих реализацию образовательной программы

Основная общеобразовательная программа дошкольного образования / под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. - М. : Мозаика-Синтез, 2018г.

Методические пособия:

1. Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3–7 лет.
2. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа (3–4 года).
3. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4–5 лет).
4. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5–6 лет).
5. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа (6–7 лет).
6. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3–7 лет.
7. Сборник подвижных игр / Автор-сост. Э. Я. Степаненкова.

Наглядно-дидактические пособия:

1. *Серия «Мир в картинках»:* «Спортивный инвентарь».
2. *Серия «Рассказы по картинкам»:* «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»; «Распорядок дня».
3. *Серия «Расскажите детям о...»:* «Расскажите детям о зимних видах спорта»; «Расскажите детям об олимпийских играх»; «Расскажите детям об олимпийских чемпионах».
4. *Плакаты:* «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта.

4.Приложения.

4.1. Список детей дошкольных групп

группа раннего развития

на 01.09.21.

№	ФИО	Дата рождения	Домашний адрес
1	Абазова Райхана Хадисовна	30.06.2019	с.п.Атажукино, ул. Апшева,72
2	Афашагова Медина Тимуровна	19.11.2019	с.п.Атажукино, ул. Апшева,110
3	Бжамбеева Сафия Азаматовна	09.08.2019	с.п.Атажукино, ул. Абаева,95
4	Желдашев Айдар Азретович	07.08.2019	с.п.Атажукино,ул.Катанчиева,109
5	Канаметов Умар Суфьянович	02.08.2019	с.п.Атажукино, ул.Молова, 40
6	Карабова Амина Артуровна	20.02.2020	с.п.Атажукино, ул. Абаева,33
7	Лампежева Амина Азаматовна	17.11.2019	с.п.Атажукино, ул. Апшева,74
8	Молова Раяна Радионовна	13.07.2019	с.п.Атажукино, ул.Молова, 95 «а»
9	Молова Ясмина Зауровна	25.08.2019	с.п.Атажукино, ул. Апшева,117
10	Молов Мухаммад Ахмедович	20.02.2020	с.п.Атажукино, ул. Апшева,124
11	Молов Идар Азаматович	11.01.2020	с.п.Атажукино, ул.Молова, 94 «а»
12	Соблиров Ибрагим Резуанович	04.10.2019	с.п.Атажукино, ул.Молова, 130
13	Соблиров Саид Русланович	03.11.2019	с.п.Атажукино,ул.Надречная 15
14	Тезадов Адам Радионович	01.02.2020	с.п.Атажукино,ул.Каншаова,96
15	Тезадов Сайфуллах Артурович	20.09.2019	с.п.Атажукино,ул.Надречная 11
16	Шебзухова Элиза Муратовна	25.09.2019	с.п.Атажукино,ул.Катанчиева,17
17	Шетов Али Алимович	05.03.2020	с.п.Атажукино, ул. Апшева,68

Список
воспитанников средней группы на 01.09.2021 г

№	ФИО	Дата рождения	
1	Архестова Амелина Азаматовна	23.06.2017	с.п.Атажукино, ул.Молова,90
2	Архестов Айдар Казбекович	13.09.2017	с.п.Атажукино, ул.Катанчиева,140
3	Бекбулатов Джабраил Рустамович	09.11.2017	с.п.Атажукино, ул. Абаева, 119
4	Гедгафова Риана Резуановна	27.06.2017	с.п.Атажукино, ул.Молова, 103 «а»
5	Дударов Эльдар Азаматовтич	07.03.2017	с.п.Атажукино,ул.Надречная,20
6	Желдашева Элиза Азретовна	06.11.2017	с.п.Атажукино,ул.Катанчиева,109
7	Жемухова Диана Муратовна	15.09.2017	с.п.Атажукино, ул.Каншаова,104
8	Жолдашев Тамерлан Аскерович	05.10.2016	с.п.Атажукино,ул. Апшева, 5
9	Журтов Айдар Анзорович	15.12.2017	с.п.Заюково,ул.Сабанчиева,3
10	Канаметова Алия Суфьяновна	06.03.2018	с.п.Атажукино, ул.Молова,40
11	Канаметов Ахмад Суфьянович	01.04.2017	с.п.Атажукино, ул.Молова,40
12	Кохова Самия Юрьевна	12.08.2017	с.п.Атажукино,ул. Апшева,71,кв.17
13	Кохова Сумайа Рустамовна	05.07.2017	с.п.Атажукино, ул.Апшева,32 «а»
14	Кунашев Темирлан Рустамович	21.02.2018	с.п.Атажукино,ул. Апшева, 85, кв.8
15	Молов Дамир Рустамович	07.02.2017	с.п.Атажукино, ул. Апшева,109 «а»
16	Сижажева Сафия Фуадовна	05.03.2018	с.п.Атажукино,ул. Апшева, 71,кв. 3
17	Сижажев Сейфуллах Фуадович	08.11.2016	с.п.Атажукино,ул. Апшева, 71,кв. 3
18	Соблиров Кемран Русланович	01.09.2017	с.п.Атажукино, ул. Надречная, 15
19	Соблирова Ясмина Резуановна	23.06.2017	с.п.Атажукино, ул.Молова,130
20	Тезадов Нур-Мухаммад Артурович	31.03.2018	с.п.Атажукино, ул. Надречная, 11
21	Тезадов Сулейман Вячеславович	21.01.2018	с.п.Атажукино, ул.Молова, 123
22	Темботов Айдар Артурович	08.05.2017	с.п.Атажукино, ул.Молова, 118 «а»
23	Тлупова Ирма Аскеровна	01.02.2018	с.п.Атажукино, ул.Заречная,18
24	Хутежева Амалия Ахмедовна	19.04.2017	с.п.Атажукино,ул. Апшева,71,кв.2
25	Шебзухов Эмир Муратович	23.05.2017	с.п.Атажукино,ул.Молова,134
26	Шетова Ксения Хусеновна	10.11.2017	с.п.Атажукино, ул. Апшева,109
27	Шомахов Усман Азаматович	20.07.2017	с.п.Атажукино, ул. Мазукова,

Список
воспитанников старшей группы на 01.09.2021г.

№	ФИО	Дата рождения	Домашний адрес
1	Архестова Аделина Муратовна	04.07.2016	с.п.Атажукино,ул. Катанчиева,124
2	Афашагов Имран Мартинович	12.04.2016	с.п.Атажукино,ул.Апшева,110
3	Березгова Дисана Муратовна	20.07.2016	с.п.Исламей,ул.Шорданова,13
4	Бжамбеев Сулейман Алимович	04.06.2016	с.п.Атажукино,ул.Абаева,97
5	Желдашев Дамир Азаматович	09.07.2016	с.п.Атажукино,ул.Катанчиева,109
6	Кужева Фатимат Залимовна	05.05.2016	с.п.Атажукино,ул. Молова,85
7	Кунашев Ратмир Рустамович	13.05.2016	с.п.Атажукино, ул. Апшева,75 «а»
8	Лампежева Амина Андемировна	18.06.2016	с.п.Исламей,ул.БратьевХамжуевых,3
9	Молов Муслим Мулидович	04.02.2017	с.п.Атажукино, ул.Молова,95
10	Молова Сабрина Исламовна	25.02.2017	с.п.Атажукино, ул. Надречная, 14
11	Молова Сафина Азаматовна	15.02.2016	с.п.Атажукино, ул.Надречная, 5
12	Негорюев Богдан Сергеевич	19.11.2016	с.п.Атажукино,ул. Апшева,
13	Соблирова Дарина Олеговна	26.02.2016	с.п.Атажукино,ул. Катанчиева 111
14	Соблирова Ларина Артуровна	02.01.2016	с.п.Атажукино,ул. Апшева, 120
15	Тезадова Аиша Артуровна	06.08.2016	с.п.Атажукино, ул. Надречная,11
16	Хутежева Аделина Ахмедовна	16.04.2016	с.п.Атажукино,ул. Апшева,71,кв.2

Список
Воспитанников подготовительной группы на 01.09.2021 г.

№	ФИО	Дата рождения	Домашний адрес
1	Журтова Аделина Замировна	16.05.2015	с.п.Атажукино, ул. Абаева,79
2	Кохова Айша Юрьевна	20.12.2015	с.п.Атажукино,ул. Апшева,71,кв.17
3	Молов Имран Исламович	10.08.2015	с.п.Атажукино, ул. Надречная,14
4	Молова Сумайа Мулидовна	17.02.2016	с.п.Атажукино,ул. Молова,95
5	Молов Имран Рустамович	16.02.2016	с.п.Атажукино, ул. Надречная,1 «а»
6	Соблиров Ислам Асланович	30.03.2016	с.п.Атажукино, ул. Надречная, 35
7	Соблирова Салима Вячеславовна	23.05.2015	с.п.Атажукино,ул.Мазукова,122
8	Тезадов Ренат Ратмирович	20.07.2015	с.п.Атажукино, ул.Апшева,38
9	Тезадова Аиша Вячеславовна	15.03.2016	с.п.Атажукино, ул. Молова,123
10	Темботов Темирлан Тимурович	29.05.2015	с.п.Атажукино, ул. Молова,114
11	Тлупова Инна Аскеровна	10.05.2016	с.п.Атажукино,ул.Заречная,18
12	Шебзухова Элина Руслановна	12.05.2015	с.п.Атажукино, ул.Надречная,29 «а»
13	Шетова Алина Мухамедовна	02.07.2015	с.п.Атажукино,пер.Молодежный,1

Список
воспитанников младшей группы
на 01.09.21.

№	ФИО	Дата рождения	Домашний адрес
1	Березгова Дина Муратовна	07.03.2019	с.п.Исламей,ул.Шорданова,13
2	Бжамбеева Айша Эльдаровна	27.08.2018	с.п.Атажукино,ул. Апшева, 153
3	Бжамбеев Астемир Ахмедович	10.06.2018	с.п.Атажукино, ул. Абаева,87
4	Бжамбеев Темиркан Заурович	14.11.2018	с.п.Атажукино, ул. Абаева,85
5	Карабов Али Артурович	25.06.2018	с.п.Атажукино, ул. Абаева,33
6	Кишева Ясина Амировна	08.05.2018	с.п.Атажукино,ул.Надречная,126
7	Мизиев Абдуррахман Рамазанович	08.08.2018	с.п.Атажукино, ул. Мазукова,
8	Молов Астемир Рустамович	18.11.2018	с.п.Атажукино, ул.Апшева,117
9	Молов Ислам Сулейманович	25.02.2019	с.п.Атажукино,ул.Надречная
10	Молова Ясмина Рустамовна	29.04.2019	с.п.Атажукино, ул. Апшева,109 «а»
11	Соблирова Сафия Руслановна	30.04.2019	с.п.Атажукино, ул.Молова, 124
12	Тезадова Айзана Ратмировна	09.06.2019	с.п.Атажукино, ул. Апшева,38
13	Тезадов Айнур Хасенович	27.04.2019	с.п.Атажукино, ул.Молова, 119
14	Тезадов Черим Заурбекович	25.09.2018	с.п.Атажукино,ул. Апшева, 73,кв. 3
15	Темботов Амир Артурович	16.11.2018	с.п.Атажукино, ул.Молова, 118 «а»
16	Шебзухов Имран Муаедович	21.07.2018	с.п.Атажукино,ул.Надречная,
17	Шетова Алия Хусеновна	13.12.2018	с.п.Атажукино, ул. Апшева,109

4.1. Краткая презентация Программы для ознакомления родителей (законных представителей) детей.

Настоящая рабочая программа разработана в соответствии с основной образовательной программой дошкольного образования (далее – ООП ДО), реализуемой дошкольными группами МОУ СОШ №2 с.п.Атажукино, в соответствии с реализацией Федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 1155 от17 октября 2013 года).

Программа определяет содержание и организацию образовательного процесса подготовительной дошкольной группы муниципального общеобразовательного учреждения МОУ СОШ №2 с.п.Атажукино.

Содержание образовательного процесса выстроено в соответствии с основной образовательной программой дошкольного образования «От рождения до школы» под науч. ред. Н.Е.Веракса 2018г.

Принципы и подходы к формированию Программы

В Программе на первый план выдвигается развивающая функция образования, обеспечивающая становление личности ребенка и ориентирующая педагога на его индивидуальные особенности, что соответствует современной научной «Концепции дошкольного воспитания» (авторы В. В. Давыдов, В. А. Петровский и др.) о признании самоценности дошкольного периода детства.

Программа построена на позициях гуманно-личностного отношения к ребенку и направлена на его всестороннее развитие, формирование духовных и общечеловеческих ценностей, а также способностей и интегративных качеств.

Содержание психолого-педагогической работы с детьми

Основные цели и задачи

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждения утомления.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Становление

ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании и др.) формирование полезных привычек.

Воспитание культурно- гигиенических навыков.

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

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

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

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Вторая группа раннего развития

(от 2 до 3 лет)

Формировать у детей представления о значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека: глаза — смотреть, уши — слышать, нос — нюхать, язык — пробовать (определять) на вкус, руки — хватать, держать, трогать; ноги — стоять, прыгать, бегать, ходить; голова — думать, запоминать.

Младшая группа

(от 3 до 4 лет)

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

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

Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.

Средняя группа

(от 4 до 5 лет)

Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.

Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь».

Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Старшая группа

(от 5 до 6 лет)

Становление ценностей здорового образа жизни.

Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека..

Знакомить детей с возможностями здорового человека.

Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни.

Подготовительная группа

(от 6 до 7-8 лет)

Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.

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

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

2 группа раннего развития

Содержание направления «Физическая культура» с детьми 2-3 лет разработано в соответствии с ФГОС и направлено на достижение целей формирования у воспитанников интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

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

Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.

- **Подвижные игры.** Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание).

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Младшая группа

Содержание направления "Физическая культура" для детей 3-4 лет направлено на достижение целей формирования у воспитанников интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

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

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

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

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

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

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

-Развивать умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см.

-Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании; ловить мяч двумя руками одновременно.

-Закреплять умение ползать.

Физическая культура

Средняя группа

Содержание направления «Физическая культура» для детей 4-5 лет нацелено на достижение целей формирования у детей интереса к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании[2].

Основной формой систематического обучения детей физическим упражнениям является интегрированная деятельность, которая состоит из трех частей: вводной, основной и заключительной. В каждой из них достигается определённый уровень развития интегративных качеств ребёнка. Продолжительность - 20-25 минут.

К концу пятого года дети могут:

- ходить и бегать, соблюдая правильную технику движений;
- лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек, перелезая с одного пролета на другой; ползать разными способами: опираясь на кисти рук, колени и пальцы ног, на стопы и ладони; на животе, подтягиваясь руками;
- принимать правильное исходное положение в прыжках с места, мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 70 см;
- ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м; принимать правильное исходное положение при метании, метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивать мяч о землю (пол) не менее пяти раз подряд;
- выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие;
- строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу;
- скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 м);
- ходить на лыжах скользящим шагом на расстояние до 500 м, выполнять поворот переступанием, подниматься на горку;
- кататься на двухколесном велосипеде, выполнять повороты направо, налево;
- ориентироваться в пространстве, находить левую и правую сторону;
- придумывать варианты подвижных игр, самостоятельно и творчески выполнять движения;
- выполнять имитационные упражнения, демонстрируя красоту, выразительность, грациозность, пластичность движений.

Освоение и совершенствование умений и навыков в основных видах движений, подвижных играх и спортивных упражнениях должно предусматриваться во всех формах работы, организуемых воспитателем: на физкультурных занятиях, на утренней прогулке, во время индивидуальной работы на вечерней прогулке.

«Физическая культура» Старшая группа

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической

культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.

Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

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 при приземлении.

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

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).

Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

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

Учить спортивным играм и упражнениям.

Планируемые промежуточные результаты (интегративные качества) освоения данной программы*:

- принимает правильное исходное положение при метании;
- может метать предметы разными способами правой и левой рукой.
-Отбивает мяч о землю (о пол) не менее 5 раз подряд,
-Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м,
-Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу,
-Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны,
-Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.

«Физическая культура»
Подготовительная группа

Содержание образовательного направления «Физическая культура» в подготовительной группе, в рамках образовательной области «Физическое развитие», нацелено на формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение задач:

• развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);

• накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);

• формирование у воспитанников потребности в двигательной активности, физическом совершенствовании.

На седьмом году жизни движения ребенка становятся более координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля. Дети проявляют волевые усилия при выполнении заданий, для них важен результат. Всю работу по физическому воспитанию в этой группе необходимо организовать так, чтобы сформировать у детей потребность заниматься физическими упражнениями, развить самостоятельность.

Основной формой систематического обучения детей физическим упражнениям являются физкультурные занятия, которые состоят из трех частей: вводной, основной и заключительной. В каждой из них решаются образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи.

Описание форм, способов, методов и средств реализации программы.

Наглядный

наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);

наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);

тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя);

2) Словесный

объяснения, пояснения, указания;

подача команд, распоряжений, сигналов;

вопросы к детям;

образный сюжетный рассказ, беседа;

словесная инструкция;

3) Практический

повторение упражнений без изменения и с изменениями;

проведение упражнений в игровой форме;

проведение упражнений в соревновательной форме.

Средства физического развития:

двигательная активность, занятия физкультурой;

эколого-природные факторы (солнце, воздух, вода);

психогигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий).

Формы физического развития:

физкультурные занятия;

закаливающие процедуры;

утренняя гимнастика;

подвижные игры;

корригирующая гимнастика;

физкультминутки;

гимнастика пробуждения;

ЛФК;

физкультурные упражнения на прогулке;

спортивные игры, развлечения, праздники и соревнования;

самостоятельная двигательно-игровая деятельность детей.

Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

Установления взаимосвязи дошкольного блока и семьи является решающим условием обновления системы дошкольного образования. Основной целью установления взаимоотношений ДГ и семьи является создание единого пространства семья – дошкольный блок, в котором всем участникам педагогического процесса будет комфортно, интересно, безопасно, полезно и эмоционально благополучно.

4.3.Режим дня
в младшей дошкольной группе
МОУ «СОШ №2 с.п. Атажукино
на 2021-2022 учебный год

Режимные моменты	1-я мл.гр.
Прием и осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.30 – 8.00
утренняя гимнастика	8.00 -10
Самостоятельная деятельность	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.40
Утренний круг	8.40 – 9 -00
Организация образовательной деятельности	.9.00 – 10.20 (по подгруппам)
Самостоятельная деятельность	10.20-10.30
Второй завтрак	10.30 - 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40 - 12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.00 –12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10 –12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40 -15.10
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, самостоятельная деятельность	15.10 –15.30
Полдник	15.30 –15.50
Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей, самостоятельная деятельность в центрах активности, в том числе конструктивно- модельная деятельность. Чтение художественной литературы	15.50–1610
Вечерний круг	16.10-16.20
Подготовка к прогулке прогулка Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой	16.20 –18.00

Режим дня
в средней дошкольной группе
МОУ «СОШ №2 с.п. Атажукино
на 2021- 2022 учебный год

Режимные моменты	Ср.гр.
Прием и осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.30 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10
Самостоятельная деятельность	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8. 20- 8.40
Утренний круг	8.40 – 9.00
Организация образовательной деятельности	9.00 – 9.50
Самостоятельная деятельность	9.50 -10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10-12.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.10-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.30
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, самостоятельная деятельность	15.30-15.50
Полдник	15.50 -16.10
Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей, самостоятельная деятельность в центрах активности, в том числе конструктивно- модельная деятельность. Чтение художественной литературы	16.10–16.30
Вечерний круг	16.30-16.50
Подготовка к прогулке прогулка Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой	16..50-18.00

Режим дня
в старшей дошкольной группе
МОУ «СОШ №2 с.п. Атажукино
на 2021-2022 учебный год

Режимные моменты	Ст.гр.
Прием и осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.30 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10
Самостоятельная деятельность	8.10 – 8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.40
Утренний круг	8.40-9.00
Организация образовательной деятельности	9.00-10.00
Самостоятельная деятельность	10.00-10.20
Второй завтрак	10.20-10.30
Подготовка к прогулке, прогулка	10.30-12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.00-12.15
Подготовка к обеду, обед	12.15-12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.20
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, самостоятельная деятельность	15.20-15.35
Полдник	15.35-15.50
Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей, самостоятельная деятельность в центрах активности, в том числе конструктивно- модельная деятельность. Чтение художественной литературы	15.50-16.15
Вечерний круг	16.15 – 16.30
Подготовка к прогулке прогулка Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой	16.30-18.00

Режим дня
В подготовительной дошкольной группе
МОУ «СОШ №2 с.п. Атажукино
на 2021-2022 учебный год

Прием и осмотр, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.30 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10
Самостоятельная деятельность	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.40
Утренний круг	8.40 – 9.00
Организация образовательной деятельности	9.00 – 10.50
Самостоятельная деятельность	10..50- 11.00
Второй завтрак	11.00-11.10
Подготовка к прогулке, прогулка	11.10-12.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.40 -12.50
Подготовка к обеду, обед	12.50 –13.10
Подготовка ко сну, дневной сон	13.10 –15.40
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, самостоятельная деятельность	15.40 – 15.50
Полдник	15.50 – 16.00
Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей, самостоятельная деятельность в центрах активности, в том числе конструктивно- модельная деятельность. Чтение художественной литературы	16.00 – 16.20
Вечерний круг	16.20-16.30
Подготовка к прогулке прогулка Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой	16.30-18.00

Расписание
организации образовательной деятельности (ООД)
в младшей разновозрастной дошкольной группе
МОУ СОШ №2 с.п.Атажукино
на 2021-2022 учебный год.

Дни	ООД
Понедельник	**1 полов.дня (по подгруппам)** **09.00- 09.10; 09.20-09.35** 1. «Речевое развитие» Развитие речи **09.45-09.55; 10.05-10.20** 2. «Художественно-эстетическое развитие» Лепка/Аппликация
Вторник	**1 полов. дня** **(по подгруппам) 09.00 – 09.10; 09.20-09.35** 1. «Художественно-эстетическоеразвитие» Музыка **09.45- 09.55; 10.05-10.20** 2.«Физическое развитие» Физическая культура **Вар.часть:** **15.50 – 16.10.** **3. очумелые ручки/хореография**
Среда	**1 полов.дня (по подгруппам)** **09.00- 09.10; 09.20-09.35** 1«Познавательное развитие» ФЭМП **09.45-09.55; 10.05-10.20** 2. «Физическое развитие» Физическая культура , **10.30-10.45** 3.«Речевое развитие» Кабардинский язык
Четверг	**1 полов.дня (по подгруппам)** **09.00- 09.10; 09.20-09.35** 1. **.«**Познавательное развитие» ФКЦМ **09.45-09.55; 10.05-10.20** 2.«Художественно-эстетическое развитие» Музыка
Пятница	**1 полов.дня (по подгруппам)** **09.00- 09.10; 09.20-09.35** 1.«Художественно-эстетическое развитие» Рисование **09.45-09.55; 10.05-10.20** 2. «Физическое развитие» Физическая культура на воздухе

Расписание
организации образовательной деятельности (ООД)
в средней дошкольной группе
МОУ СОШ №2 с.п.Атажукино
на 2021-2022 учебный год.

Дни	ООД
Понедельник	**1 полов.дня** **09.00- 09.20** 1. «Познавательное развитие» ФЦКМ **09.30-09.50** 2. «Физическое развитие» Физическая культура
Вторник	**1 полов.дня** **09.00- 09.15** 1. «Речевое развитие» Развитие речи **09.25-09.35** 2.«Художественно-эстетическое развитие» Музыка **09.45-10.00** 3.«Речевое развитие» Кабардинский язык
Среда	**1 полов.дня** **09.00- 09.20** 1.«Художественно-эстетическое развитие» Лепка/Аппликация (чередуются) **09.30-09.50** 2. «Физическое развитие» Физическая культура **Вар.часть** **15.40-16.00** **3.Английский язык**
Четверг	**1 полов.дня** **09.00- 09.20** 1. «Познавательное развитие» ФЭМП **09.30-09.50** 2. «Художественно-эстетическое развитие» Музыка **Вар.часть** **15.40-16.00** 3.Очумелые ручки/Хореография
Пятница	**1 полов.дня** **09.00- 09.10** 1.«Художественно-эстетическое развитие» Рисование **09.20-09.35** 2. «Речевое развитие» Развитие речи **09.45.10.00** 3. «Физическое развитие» Физкультура на воздухе Физическая культура на воздухе

Расписание
организации образовательной деятельности (ООД)
в подготовительной дошкольной группе
МОУ СОШ №2 с.п.Атажукино на 2021-2022 учебный год.

Дни	**ООД**
Понедельник	**1 полов.дня** **09.00- 09.30** 1 «Познавательное развитие» ФЭМП **09.40-10.10** 2.« Физическое развитие» Физическая культура **10.20-10.50** 3.«Художественно-эстетическое развитие» .Лепка/Аппликация (чередуются)
Вторник	**1 полов.дня** **09.00- 09.30** 1. «Речевое развитие» Развитие речи **09.40-10.10** 2«Художественно-эстетическое развитие» Музыка **10.20-10.50** 3.«Речевое развитие» Кабардинский язык **2 полов.дня, вариат.часть** **15.35-16.05** **Английский язык**
Среда	**1 полов.дня** **09.00- 09.30** 1. «Познавательное развитие» ФЭМП **09.40-10.10** 2.«Художественно-эстетическое развитие» Рисование **10.20.-10.50** **3.** «Физическое развитие» Физическая культура
Четверг	**1 полов.дня** **09.00- 09.30** 1. «Познавательное развитие» ФЦКМ **09.40-10.10** 2. Английский язык **10.20-10.50** 3.«Художественно-эстетическое развитие» Музыка **2-я полов.дня, вариат.часть** **15.35-16.05** **4.очумелые ручки/ хореография**
Пятница	**1 полов.дня** **09.00- 09.30** 1.»Речевое развитие» Обучение грамоте **09.40-10.10** 2. «Физическое развитие» Физкультура на воздухе **10.20-10.50** **3.** .«Художественно-эстетическое развитие» Рисование

4.4. КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
на 2021-2022 учебный год

Время проведения	Название мероприятия	Группы	Ответственные	Дата	
				ПЛАН	ФАКТ
Октябрь	Осенняя спартакиада «Веселые старты»	Все группы	Воспитатели, инструктор по физической культуре		
Январь	Неделя здоровья «Зимние забавы»	Все группы	Воспитатели, инструктор по физической культуре		
Май	Праздник «День Победы»	Все группы	Воспитатели, инструктор по физической культуре		
Май	Социальная акция «Бессмертный полк».	Все группы	Воспитатели, инструктор по физической культуре		