

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида
«Сказка»**

Программа принята на основании
решения педагогического совета
Протокол №1
от 24.08.2022 года

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ ДСКВ «Сказка»

Тернова
Ольга
Владимировна

Подписан: Тернова Ольга Владимировна
СН: С-ИВУ, С-ДСКВ "Сказка"
СН: Тернова Ольга Владимировна,
E: skazka.ro2022@mail.ru
Создание: я подтверждаю этот
Документ

Местоположение: место подписания
Дата: 2022.08.24 11:04:14+0300
Форм: PdfSignPDF Версия: 10.1.1

О.В.Тернова

Приказ от 24.08.2022г.№ 201 -О

**Рабочая программа
по реализации основной образовательной программы
МАДОУ ДСКВ «Сказка»
по физическому развитию детей
на 2022-2023 учебный год**

Покачи
2022

№ п/п	Содержание	
1.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	3
	Введение	3
	Пояснительная записка	4
1.1.	Цель и задачи Программы	4
1.2.	Возрастные особенности физического развития детей 4-8 лет	5
1.3.	Современные образовательные технологии физического совершенства	6
1.4.	Особенности организации образовательного процесса	7
1.5.	Значимые для разработки программы характеристики	7
1.6.	Принципы и подходы к формированию рабочей Программы	8
1.7.	Содержание психолого-педагогической работы	9
1.8.	Срок реализации рабочей Программы	10
1.9.	Планируемые результаты реализации рабочей Программы	10
2.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	11
	Основное содержание	11
2.1.	Содержание работы с детьми по основным видам движений	12
2.2.	Методы, средства и приёмы работы	23
2.3.	Формы организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми	24
2.4.	Организация непосредственно образовательной деятельности	24
2.5.	Виды физкультурных занятий	25
2.6.	Комплексно-перспективное планирование организованной образовательной деятельности для детей от 4 до 8 лет.	26
2.7.	Учебно-тематический план	50
2.8.	Планируемые промежуточные результаты освоения рабочей образовательной Программы дошкольного образовательного учреждения	51
2.9.	Алгоритм совместной физкультурно-оздоровительной работы дошкольного образовательного учреждения с семьёй	54
2.10.	Целевые ориентиры как результат возможных достижений освоения детьми рабочей Программы	55
3.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	56
3.1.	Предметно-развивающая среда	56
3.2.	Интеграция национально-регионального компонента в образовательный процесс	57
3.3.	Регламент, структура непосредственно образовательной деятельности	59
3.4.	Материально-техническое обеспечение рабочей Программы	60
3.5.	Учебно-методическое обеспечение рабочей Программы	60
3.6.	Приложения к рабочей Программе (описание подвижных игр и игровых упражнений по возрастам, сценарии мастер-классов для педагогов, мероприятия сотрудничества с родителями и т.д.).	61
3.7.	Используемый перечень программ, технологий, пособий	67

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

Введение.

Дошкольники – первая ступень в образовании. ФГОС ориентирован не только на поддержку «разнообразия детства», но и вариативности развивающих форм этой поддержки. ФГОС является стандартом качества ДО, качества полноценной творческой жизни детей в ДОУ. Принятие Стандарта приведет к росту социального статуса детства. А это значит, что возрастет социальный статус, прежде всего, самих детей, их семей, дошкольного учреждения, воспитателей - и по уровню профессиональной компетентности, и по финансовому уровню. Стандарт нацелен на создание конкретных условий для воспитания ребёнка и на обеспечение у него мотивации к обучению, познанию, творчеству.

Физическая культура является частью общечеловеческой культуры. Она охватывает те стороны жизни и воспитания, которые имеют важнейшее значение для нормального психофизического развития ребёнка, укрепление его здоровья и развития двигательной сферы.

Физическая культура рассматривается как основа формирования здорового образа жизни ребёнка, в результате которого закладывается фундамент здоровья, происходит созревание и совершенствование жизненно важных систем и функций организма. У ребёнка развиваются адаптационные возможности, повышается устойчивость к внешним воздействиям, формируются движения, осанка; приобретаются физические качества, вырабатываются гигиенические навыки, привычки и представления, формируются черты двигательные умения и навыки

К физической культуре ребёнок приобщается постоянно, она пронизывает все виды его деятельности и отдых.

Основным средством физической культуры являются физические упражнения, которые представляют собой специально подобранные движения и различные виды двигательной деятельности, организованные взрослым. Систематическое выполнение упражнений содействует всестороннему развитию всех органов и систем, и в первую очередь – двигательного аппарата, повышает возбудимость мышц, темп, силу; улучшает координацию движений, мышечный тонус и общую выносливость ребёнка.

Интенсивная двигательная деятельность детей влечёт за собой усиление сердечной деятельности, тренирует сердце, укрепляет нервную систему, улучшает соотношение процесса возбуждения и торможения в коре головного мозга. Через движение ребёнок познаёт окружающий мир, у него развивается ориентировка в пространстве, проявляются волевые усилия и яркие эмоциональные переживания.

Важно, чтобы полученные детьми двигательные умения и навыки во время разных видов занятий по физической культуре широко использовались в повседневной жизни.

Создание условий для полноценной двигательной деятельности детей в детском саду и семье способствуют формированию основных двигательных умений и навыков, повышению функциональных возможностей детского организма, развитию физических качеств и способностей, воспитанию интереса к разным занятиям по физической культуре.

Необходимо на протяжении всего дошкольного детства поддерживать и развивать природную потребность ребёнка в разных играх и движениях, не подавляя при этом его инициативы. Двигательная деятельность оказывает благоприятное воздействие на организм ребёнка, если она соответствует его возрастным и индивидуальным особенностям.

Пояснительная записка.

Рабочая образовательная Программа по физическому воспитанию детей 2-8 лет разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами по дошкольному воспитанию:

- Федеральный Закон от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования» (Утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.11.2013г. № 1155);
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15.05.2013г. № 26 «Об утверждении САНПИН» 2.4.3049-13);
- Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.
- Устав муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детский сад комбинированного вида «Сказка».

Рабочая Программа разрабатывалась в учётом основной общеобразовательной программы дошкольного образования МАДОУ ДСКВ «Сказка», г. Покачи, на основе примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. Программа спроектирована с учётом ФГОС дошкольного образования, особенностей образовательного учреждения, региона, образовательных потребностей и запросов воспитанников.

Состав рабочей группы реализации Программы – заместитель заведующего Староверова Е.В., инструктор по физической культуре Бутова О.В., учитель-логопед Бырдина О.С., педагог-психолог Смолич А.И.

Рабочая образовательная Программа по образовательной области «Физическое развитие», раздел «Физическая культура» (далее - Программа) – это нормативно-управленческий документ дошкольного учреждения, характеризующий специфику содержания образования по разделу «Физическая культуры», особенности организации физкультурно-оздоровительного процесса, характер оказываемых образовательных услуг.

Программа комплексная, предназначена для детей 4-8 лет, реализует идею объединения усилий родителей и педагогов для успешного решения оздоровительных и воспитательно-образовательных задач по направлению физического развития ребёнка. Она соответствует Федеральному Закону «Об образовании в Российской Федерации», ФГОС дошкольного образования, «Основной образовательной программы МАДОУ ДСКВ «Сказка».

Программа содержит определенный подбор физических упражнений и игр для детей 4-8 лет, который может быть реализован в разных формах и видах двигательной деятельности в детском саду и дома.

1.1. Целью рабочей Программы является: разностороннее и гармоничное развитие ребёнка, обеспечение его полноценного здоровья, разнообразное развитие движений и физических качеств, формирование убеждений и привычек здорового образа жизни на основе полученных знаний, подготовка к жизни в современном обществе.

Задачи реализации рабочей Программы.

- Развивать основные физические качества (силу, гибкость, ловкость, выносливость, ориентировку в пространстве, равновесие) и умение рационально использовать их в различных условиях.
- Развивать основные движения (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание).
- Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.
- Воспитывать потребность в здоровом образе жизни (в закаливании, двигательном режиме, при формировании полезных привычек и др.).
- Формировать начальные представления о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.
- Совершенствовать функции организма детей, повышать его защитные свойства и устойчивость к заболеваниям с помощью фитбол-мячей.
- Обеспечивать физическое и психическое благополучие.
- Приобщать детей к традициям народов Севера посредством национальных подвижных игр.

1.2. Возрастные особенности физического развития детей 4-8 лет.

Программа составлена по возрастным группам. Она охватывает пять возрастных ступеней физического и психического развития детей:

- 1) дети 4-5 лет;
- 2) дети 5-6 лет;
- 3) дети 6-8 лет.

В каждой возрастной группе предусмотрено формирование представлений, умений и навыков на занятиях и их совершенствование вне занятий.

Для детей 4-5 лет основные усилия направлены на развитие физических качеств и, прежде всего, выносливости и силы, которые являются основой обеспечения хорошей физической подготовленности.

У детей 5-6 лет развиваем высокую физическую работоспособность и направляем усилия на качественную физическую подготовку.

Для детей 6-8 лет основной задачей является создание условий для реализации интересов детей, раскрытия их двигательных способностей и развития самостоятельности.

Учитывая возрастные особенности физического развития дошкольников в первые годы жизни, равноценное значение для них приобретают все три группы средств физической культуры: естественные силы природы, гигиенические факторы, физические упражнения.

Особенности физического воспитания и развития детей 4-5 лет.

На пятом году жизни движения ребёнка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает всё более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятия, развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движений, выделять их элементы. Появляется интерес к результатам движения. Потребность выполнять его в соответствии с образцом. Двигательная активность ребёнка этого возраста характеризуется соответствующими изменениями в основных движениях.

Особенности физического воспитания и развития детей 5-6 лет.

На шестом году жизни ребёнок успешно овладевает основными видами движений, которые становятся более осознанными, что позволяет повысить требование к их качеству, больше внимания уделять развитию морально-волевых и физических качеств (быстрота, ловкость, выносливость, выдержка, настойчивость, организованность, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений.

В старшем возрасте дети овладевают новыми способами выполнения знакомых им движений, осваивают новые движения (ходьбу перекатом с пятки на носок, прыжки в длину и высоту с разбега, с приземлением на мягкое препятствие, наперегонки, лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, упражнения с набивными мячами, учатся спортивным играм и спортивным упражнениям).

Особенности физического воспитания и развития детей 6-8 лет.

На седьмом году жизни движения ребёнка становятся более координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки самореализации, взаимоконтроля, увеличивается проявление волевых усилий при выполнении задания. Ребёнок выполняет их уже целенаправленно, и для него важен результат. У детей формируется потребность заниматься физическими упражнениями, развивается самостоятельность.

1.3. Современные образовательные технологии физического совершенства.

«Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании» – это технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования – задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов, родителей. Оздоровление детей средствами физической культуры – одна из важных задач современной педагогики.

Усилия работников в ДОУ в настоящее время как никогда направлены на оздоровление ребёнка-дошкольника, культивирование ЗОЖ. Неслучайно, именно эти задачи приоритетные в программе модернизации российского образования.

Актуальным решением поиска эффективных путей укрепления здоровья, коррекции недостатков физического развития, профилактики заболеваний и увеличения двигательной активности является применение физкультурно-оздоровительных технологий, внедрение современных инноваций в образовательный процесс, без которых немислим педагогический процесс современного детского сада.

Одной из новых технологий физического совершенства в дошкольном учреждении является разработка дополнительной образовательной программы для детей 4-8 лет "Доктор Мяч", с применением фитбол-мячей. Фитбол-гимнастика – это одно из новых направлений в физкультурно-оздоровительной работе с дошкольниками, где используется новейшее современное оборудование. Оно рассматривается как средство развития интегративных качеств личности детей в процессе интегрированного решения задач всех образовательных областей. Фитбол («fit» – оздоровление, «ball» – мяч), который используется в оздоровительных целях.

В процессе обучения, с уникальным сочетанием физических упражнений, фитбол-гимнастики, музыки, проговаривания стихов в ритме движений, у воспитанников развивается ритмическое чувство, координация, равновесие, осанка, а также вызывает эмоциональный подъём, чувство радости и удовольствия.

Практически, это единственный вид гимнастики, где при выполнении физических упражнений включаются совместно двигательный, вестибулярный, слуховой, зрительный и тактильный анализаторы, что усиливает положительный эффект от занятий на фитбол-мячах. Фитбол-мяч является безопасным и эффективным приспособлением для физических упражнений; уникальным оздоровительным тренажёром; развивает мелкую моторику ребёнка, что напрямую связано с развитием интеллекта; привлекает к себе внимание дошкольников, стимулирует их фантазию и двигательное творчество.

Опыт показывает, что регулярные систематические выполняемые комплексы упражнений позволяют значительно улучшить состояние опорно-двигательного аппарата дошкольников и способствуют приобретению и закреплению необходимых двигательных навыков и умений.

1.4. Особенности организации образовательного процесса.

Наличие в программе регионального компонента, а именно приобщение детей к традициям народов Севера посредством национальных подвижных игр, способствуют воспитанию у дошкольников толерантности к представителям других национальностей, развитию чувства гордости за свою культуру. Поэтому в детском саду в образовательном процессе используются разнообразные методы и формы организации детской деятельности: народные подвижные игры и забавы, дидактические игры.

1.5. Значимые для разработки Программы характеристики.

Рабочая образовательная программа по физическому развитию детей в МАДОУ ДСКВ «Сказка» обеспечивает разностороннее развитие детей 4-8 лет, с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям - социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

Основными участниками реализации рабочей Программы являются дети дошкольного возраста, родители (законные представители), педагоги.

Построение педагогического процесса осуществляется в соответствии с ФГОС дошкольного образования и «Концепцией дошкольного образования».

Педагогический процесс включает:

- непосредственно организованную деятельность;
- образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения);
- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных моментов: самостоятельную деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования;
- обучение в увлекательной форме – игровой, на основе познавательно – творческой деятельности;
- ребёнку предоставлена возможность развиваться в своем темпе в соответствии с индивидуальными потенциальными возможностями и способностями.

1.6. Принципы и подходы к формированию рабочей Программы.

Наряду с общепедагогическими принципами (сознательности и активности, наглядности, доступности и др.) имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания:

- Принцип оздоровительной направленности, согласно которому инструктор по физической культуре несёт ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.
- Принцип разностороннего и гармоничного развития личности, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально-нравственного и художественно-эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.
- Принцип гуманизации и демократизации, который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно-оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств, методов физического развития и видов спорта, принципа комфортности в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.
- Принцип индивидуализации позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию, учитывая

индивидуальные особенности каждого ребёнка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя принцип возрастной адекватности физических упражнений.

- Принцип постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередования нагрузок и отдыха, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.

- Принцип единства с семьёй, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, развития двигательных навыков.

Рабочая Программа:

- строится с учётом 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.

1.7. Содержание психолого-педагогической работы.

Содержание психолого-педагогической работы с детьми 4–8 лет ведётся по образовательным областям: «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие», «Физическое развитие».

Содержание психолого-педагогической работы ориентировано на разностороннее развитие дошкольников с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей. Задачи психолого-педагогической работы по формированию физических, интеллектуальных и личностных качеств детей решаются интегрировано в ходе освоения всех образовательных областей наряду с задачами, отражающими специфику каждой образовательной области, с обязательным психологическим сопровождением.

При этом решение программных образовательных задач предусматривается не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и в ходе режимных моментов — как в совместной деятельности взрослого и детей, так и в самостоятельной деятельности дошкольников.

Содержание психолого-педагогической работы по образовательной области "**Физическое развитие**" включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление

целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

Задачи:

- развитие физических качеств (скорость, сила, гибкость, выносливость, и координация);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.
- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Социально-коммуникативное развитие направлено на усвоение норм и ценностей, принятых в обществе, включая моральные и нравственные ценности; развитие общения и взаимодействия ребенка со взрослыми и сверстниками; становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий; развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками, формирование уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье и к сообществу детей и взрослых в Организации; формирование позитивных установок к различным видам труда и творчества; формирование основ безопасного поведения в быту, социуме, природе.

Познавательное развитие предполагает развитие интересов детей, любознательности и познавательной мотивации; формирование познавательных действий, становление сознания; развитие воображения и творческой активности; формирование первичных представлений о себе, других людях, объектах окружающего мира, о свойствах и отношениях объектов окружающего мира (форме, цвете, размере, материале, звучании, ритме, темпе, количестве, числе, части и целом, пространстве и времени, движении и покое, причинах и следствиях и др.), о малой родине и Отечестве, представлений о социокультурных ценностях нашего народа, об отечественных традициях и праздниках, о планете Земля как общем доме людей, об особенностях ее природы, многообразии стран и народов мира.

Речевое развитие включает владение речью как средством общения и культуры; обогащение активного словаря; развитие связной, грамматически правильной диалогической и монологической речи; развитие речевого творчества; развитие звуковой и интонационной культуры речи, фонематического слуха; знакомство с книжной культурой, детской литературой, понимание на слух текстов различных жанров детской литературы; формирование звуковой аналитико-синтетической активности как предпосылки обучения грамоте.

Художественно-эстетическое развитие предполагает развитие предпосылок ценностно-смыслового восприятия и понимания произведений искусства (словесного, музыкального, изобразительного), мира природы; становление эстетического отношения к окружающему миру; формирование элементарных представлений о видах искусства; восприятие музыки, художественной литературы, фольклора; стимулирование сопереживания персонажам художественных произведений; реализацию самостоятельной творческой деятельности детей (изобразительной, конструктивно-модельной, музыкальной и др.).

1.8. Срок реализации рабочей Программы: 3 года.

1.9. Планируемые результаты реализации рабочей Программы.

Дошкольный возраст является базисным в формировании физического здоровья и культурных навыков, обеспечивающих его совершенствование, укрепление и сохранение в будущем.

Результатом дошкольного физкультурного воспитания должны стать - высокий уровень здоровья ребенка и формирование фундамента физической культуры будущего взрослого человека, включающее в себя:

- эмоционально-положительное отношение детей к физическим упражнениям и играм, к закаливающим процедурам и действию оздоровительных сил природы, к правилам личной гигиены соблюдению режима дня;
- начальные знания, познавательные интересы и способности детей в области физической культуры;
- начальные навыки школы естественных движений общеразвивающего характера, основ музыкально-ритмической грамоты, правильной осанки, умения ориентироваться в пространстве, участвовать в коллективных действиях (играх, танцах, праздниках) проявлять культуру поведения, самостоятельность, организованность и дисциплинированность;
- навыки самообслуживания и ухода за инвентарем для занятий.

Физическая культура – не только средство развития собственно физических качеств ребенка и укрепления его здоровья, но и важный компонент, и средство духовного, нравственного, эстетического воспитания дошкольника. Важнейшая роль в физическом воспитании ребенка, по-прежнему принадлежит воспитателям и инструкторам. Именно их умение методически правильно организовать и провести занятия, нестандартные подходы к выбору форм и средств их проведения, инновационные технологии – важнейшие компоненты развития интереса к занятиям, формирования у ребенка необходимых привычек, двигательных умений и навыков.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Основное содержание.

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие, достижение целей охраны здоровья детей и формирования основы культуры здоровья через решение следующих 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.
- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Образовательная область «Физическое развитие» определяет общую направленность процессов реализации и освоения Программы в соответствии с целостным подходом к здоровью человека как единству его физического, психологического и социального благополучия.

Психолого-педагогическая работа направлена на формирование культуры здоровья воспитанников и включает формирование культурно-гигиенических навыков и первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека.

Профилактическая работа включает систему мероприятий и мер (гигиенических, социальных, медицинских, психолого-педагогических), направленных на охрану здоровья и предупреждение возникновения его нарушений, обеспечение нормального роста и развития, сохранение умственной и физической работоспособности детей.

Оздоровительная работа предполагает проведение системы мероприятий (медицинских, психолого-педагогических, гигиенических и др.), направленных на сохранение и укрепление здоровья детей.

Основные направления развития детей:

- внедрение здоровьесберегающих технологий;
- совершенствование двигательных навыков дошкольников, развитие основных движений детей;
- воспитание потребности у дошкольников в физическом совершенствовании;
- формирование представлений у дошкольников о здоровом образе жизни.

2.1. Содержание работы с детьми по основным видам движений.

Планирование видов движений для детей 4-5 лет

I квартал

Цель: развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей; закреплять умения ходить и бегать, координируя движения рук и ног, следить за положением своего тела во время упражнений; учить детей воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений; учить бросать мяч и ловить его кистями рук (не прижимая к груди); формировать правильную осанку; приобщать к народным играм.

Сентябрь	Октябрь	Ноябрь
Ходьба		
На пятках, с изменением направления	На наружных сторонах стопы, с изменением темпа	С высоким подниманием бедра
Бег		
Между линиями (20-30 см)	Прямым галопом; медленно	«Змейкой» между предметами
Упражнения в равновесии		
Ходьба с перешагиванием через предметы (15-20 см); полуприседания пружинистыми движениями и полное приседание с выполнением движений руками (на кубе)	Ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз; на кольцах: достать кольца подбородком; гимнастическое упражнение на скамейке: «улитка»	Ходьба по наклонной доске без предметов (высота 35-40 см, ширина 30 см); на турнике: вис с попыткой подтягивания.
Прыжки		
На двух ногах с поворотом кругом; в приседе с продвижением вперёд	Со сменой ног; вверх с места касаясь предмета, подвешенного выше поднятых рук ребёнка	Ноги вместе – ноги врозь; через линию
Упражнения с мячом		
Прокатывание из разных исходных позиций одной и двумя руками	Катание из обруча между предметами (40-50 см)	Бросание вверх и ловля (3-4 раза подряд); бросание вверх и ловля после хлопка в ладоши.
Лазанье		
Ползание на четвереньках (10 м) между предметами; захват каната руками выше головы, коленями и стопами ног	Ползание на четвереньках, прокатывая мяч; провисание на стенке на двух руках, на левой и правой поочередно	Ползание на четвереньках с поворотом кругом; на канате: вис на руках с прогибанием назад туловища, головы и соединённых выпрямленных ног
Акробатические упражнения		
«Самолёт»	«Птичка»	«Корзинка»
Построение		
В колонну по одному по росту		Со сменой ведущего

II квартал (4-5 лет)

Цель: добиться уверенного и активного выполнения основных элементов техники движений; учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком, построениям, соблюдению дистанции во время продвижения, в прыжках с места сочетать отталкивание со взмахом рук, соблюдать и контролировать правила в подвижных играх.

Декабрь	Январь	Февраль
Ходьба		
С поворотом, со сменой направляющего	С заданиями (руки на поясе, к плечам, в сторону, за спину)	В полуприседе; на носках семенящим шагом
Бег		
С высоким подниманием колен	Со сменой ведущего и темпа	Челночный бег
Упражнения в равновесии		
Ходьба по наклонной доске с предметами в руках, на голове; на кольцах: подтягивание на руках с выпрямленным туловищем и соединёнными выпрямленными ногами	Приставным шагом по бревну, шнуру с мешочком на голове (высота 20-25 см), ширина 10 см); танцевальные движения на гимнастической скамейке: «пружинка», приседания, кружения	Ходьба по гимнастической скамейке; на турнбике: вис с выполнением различных упражнений ногами (развести ноги в стороны, одну ногу оставить вытянутой, а носок другой положить на колено)
Прыжки		
С продвижением вперёд (3-4 м) на одной ноге (правой и левой)	Боком вправо, влево; в длину с места (50-70 см)	С хлопком над головой, за спиной поочерёдно через 4-5 линий (расстояние 40-45 см)
Упражнения с мячом		
Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2м)	Бросание мяча друг другу двумя руками снизу, из-за головы; его ловля	Отбивание мяча одной и двумя руками (4-5 раз); отбивание мяча о пол и ловля его после хлопка в ладоши
Лазанье		
Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками; ползание по-пластунски	Подлезание под препятствие прямо и боком; лазанье с опорой на стопы и ладони по доске	Пролезание между рейками лестницы, поставленной боком; ползание по-пластунски с «замиранием» в позе «рыбы», «сердитой кошки»
Акробатические упражнения		
«Ласточка» на одном колене»	«Корзинка»	«Улитка»
Построение		
	Перестроения в звенья на ходу	

III квартал (4-5 лет)

Цель: развивать ловкость, равновесие, точность и правильность выполнения упражнений; учить перелезать с одного пролёта гимнастической стенки на другой; приучать детей оценивать движения сверстников и замечать их ошибки; закреплять умения по ориентировке в пространстве; побуждать детей к самостоятельному проведению подвижных игр и упражнений.

Март	Апрель	Май
Ходьба		
Мелким и широким шагом	Приставным шагом в сторону	В чередовании с прыжками; парами
Бег		
Мелким и широким шагом	Со старта из разных исходных позиций	На скорость (15-20 м, 2-3 раза); парами
Упражнения в равновесии		
Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20-25 см от пола; гимнастическое упражнение на скамейке: «петушок»; на кольцах: подтягивание на руках с прогибанием туловища	Кружение в обе стороны; гимнастические упражнения на скамейке: выпад, «ласточка» на одном колене; на кольцах: уголок	Ходьба через набивные мячи; на диске «Здоровье»: стоя на диске, ритмические повороты вправо-влево и кругом с переходом на круговые вращения с помощью взмаха рук
Прыжки		
Вперёд-назад; в глубину (спрыгивание с высоты 25 см)	Через предметы (2-3, высота 5-10 см); перепрыгивание с места на ориентир	Вверх с места (высота 15-20 см)
Метание		
В горизонтальную цель (расстояние 2-2,5 м)	В вертикальную цель (расстояние 1,5 – 2 м)	Предмета на дальность (5-6,5 м)
Лазанье		
По гимнастической стенке (высота 2м); с опорой на стопы и ладони по наклонной доске	С одного пролёта на другой вправо, влево, не пропуская реек, чередующимся шагом	По верёвочной лестнице приставным шагом
Акробатические упражнения		
		«Кошка выгнула спину»
Построение		
Повороты направо, налево и кругом на месте переступанием		Построение из колонны по одному в колонну по два в движении.

Планирование видов движения для детей 5-6 лет

I квартал

Цель: добиваться осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех движений; учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка; развивать быстроту и общую выносливость, желание самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры со сверстниками.

Сентябрь	Октябрь	Ноябрь
Ходьба		
Перекатом с пятки на носок	С задержкой на носке («петушинный шаг»)	С заданиями (с хлопками, различным положением рук)
Бег		
На носках («птица»; с остановками («собачка»))	Между предметами из разных И.п. (сидя, стоя на коленях)	С препятствиями
Упражнения в равновесии		
Ходьба через предметы (высота 20-25 см); гимнастические упражнения на скамейке: «улитка в домике»	Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы; на кольцах: «уголок»; на турнике: «кольцо».	Ходьба по гимнастической скамейке с закрытыми глазами, поворотом, различными движениями рук, остановкой; на кубе: кружение
Прыжки		
Через 5-6 предметов на двух ногах (высота 15-20 см); прыжки попеременно на правой и левой ноге (4-5 м)	На предметы (высота 20 см); прыжки на двух ногах с высоким подниманием колен и продвижением вперед («кенгуру»)	До предметов, подвешенных на 15-20 см выше поднятой руки
Упражнения с мячом		
Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных И.п. между предметами (ширина 30-40 см, длина 3-4 м)	Прокатывание набивных мячей; перебрасывание из одной руки в другую	Бросание вверх, удар о пол и ловля двумя руками (10 раз подряд); одной рукой (4-6 раз подряд)
Лазанье		
Ползанием на четвереньках по скамье	Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна)	Передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на скамье
Акробатические упражнения		
«Лебедь»	«Кольцо»	«Стрела»
Построение		
Из шеренги в колонну	В две колонны	

II квартал (5-6 лет)

Цель: формировать правильную осанку, умение выполнять движения осознанно, быстро, ловко, красиво; развивать чувство равновесия, полёта, способность легко владеть своим телом; учить отбивать мяч о стену, о пол в движении; совершенствовать ранее освоенные движения в играх-эстафетах; развивать умение анализировать, контролировать и оценивать движения свои и сверстников.

Декабрь	Январь	Февраль
Ходьба		
С закрытыми глазами (3-4 м)	Приставным шагом в правую и левую сторону	Приставным шагом с приседанием
Бег		
Приставным шагом в правую и левую сторону («боковой галоп»)	Бег прыжковым широким шагом («тигр и лев»)	Бег подскоками («обезьянки»)
Упражнения в равновесии		
Ходьба по наклонной доске прямо и боком на носках; танцевальные упражнения на скамейке: приставной шаг с полуприседом, переменный шаг	Ходьба по шнуру прямо приставным шагом прямо и боком; на кольцах: переворот вперёд	Ходьба по скамейке, раскладывая и собирая предметы; на диске «Здоровье»: вращение по кругу в приседе
Прыжки		
В глубину (с куба высотой 30-40 см) в указанное место	Продвигаясь вперёд (5-6 м) с зажатым между ног предметом	На месте: ноги скрестно – ноги врозь; одна нога вперёд, другая назад
Упражнения с мячом		
Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя разными способами (снизу, от груди)	Отбивание мяча на месте 10 раз подряд; в движении (5-6 м)	Отбивание мяча о стену и ловля его; отбивание мяча о стену и ловля его после хлопка в ладоши
Лазанье		
Подлезание под дуги, верёвки(40-50 см); упражнения на верёвочной лестнице («птичка на ветке»)	Лазанье по гимнастической стенке чередующимся способом ритмично, с изменением темпа	Ползание по скамье, опираясь на колени и предплечья; упражнения на верёвочной лестнице («колечко»)
Акробатические упражнения	«Берёзка»	
Построение		
«Змейкой» без ориентиров	По диагонали	В два круга

III квартал (5-6 лет)

Цель: формировать у детей умение распределять и выполнять различные функции в играх с разными типами взаимодействия, подчиняться нормам справедливого распределения функций, взаимно контролировать действия в игре; учить сочетать замах с броском при метании; побуждать к проявлению творчества в двигательной деятельности; воспитывать справедливость, честность, дружелюбие, организованность.

Март	Апрель	Май
Ходьба		
С высоким подниманием колен, выпрямляя ногу вперёд	Наступая на всю ступню на месте, с продвижением вперёд, в кружении	С развёрнутыми носками ног во внешнюю сторону до прямой линии
Бег		
Челночный (3 по 10) в медленном темпе (1,5 – 2 мин)	В медленном темпе по пересечённой местности (350 м)	В быстром темпе (10м, 3-4 раза; 20-30 м, 2-3 раза)
Упражнения в равновесии		
Ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком приставным шагом; гимнастическое упражнение на скамье: «улитка на замке»	Прыжки и бег на гимнастической скамье; на кольцах: «Петрушка»; на кубе: «ласточка» на одной ноге	Ходьба по гимнастической скамье, прокатывая перед собой мяч; кружение парами, держась за руки; на турнике: «улитка»
Прыжки		
В длину с места (80-90 см); прыжковый шаг с опорой на руки и стопы («лягушка»)	В высоту (30-40 см) с разбега (6-8 м); прыжки в длину с разбега 8м (130-150 см)	Через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся; через короткую скакалку вперёд-назад
Метание		
В горизонтальную цель (высота 2,2 м, расстояние 3,5 – 4 м); отбивание мяча о стену и ловля его двумя руками после отскока от пола	В вертикальную цель (3,5 – 4 м); отбивание мяча о стену и ловля его двумя руками после хлопка в ладоши и отскока от пола	Вдаль (5-9 м)
Лазанье		
В обруч прямо и боком на канате; вис на руках с прогибанием туловища (ноги сгибаются в коленях, а носки тянутся к голове)	По верёвочной лестнице переменным шагом	По канату свободным способом
Акробатические упражнения		
	«Стульчик»	«Верблюд»
Построение		
Повороты направо, налево на месте	Повороты направо, налево в движении	

Планирование видов движений для детей 6-8 лет

I квартал

Цель: формировать у детей потребность в ежедневной активной двигательной деятельности; воспитывать привычку сохранять правильную осанку; добиваться точного, энергичного и выразительного выполнения всех упражнений; закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; развивать в играх, эстафетах быстроту, ловкость, выносливость; воспитывать привычку ухаживать за физкультурным инвентарём, готовить его к занятиям и играм.

Сентябрь	Октябрь	Ноябрь
Ходьба		
С различными движениями руками	Гимнастическим шагом	Скрестным шагом; четвёрками
Бег		
Сильно сгибая ноги в коленях; в спокойном темпе (до 2-3 м); в быстром темпе (10 м, 3-4 раза с перерывами)	Выбрасывая прямые ноги вперёд; из разных стартовых положений (сидя «по-турецки», лёжа)	Через препятствия: барьеры, набивные мячи (10-15 мс) не задевая их, сохраняя скорость бега
Упражнения в равновесии		
Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом боком с мешочком на спине; танцевальные движения на скамейке: галопом прямой и боковой; на кольцах: переворот вперёд и назад	Ходьба по скамье, приседая на одной ноге, а другая махом переносится вперёд сбоку; гимнастическое упражнение на скамейке: «корзинка»; на турнике: подтягивание на руках, сгибая их в локтях	Ходьба по узкой стороне скамейки прямо и боком; на кубе: ходьба по кубам, расположенным на расстоянии 10-30 см; на кольцах: «кольцо»; на турнике: «кольцо»
Прыжки		
На двух ногах на месте с поворотом кругом; через скамейку, опираясь на неё руками; через короткую скакалку разными способами	Сериями по 30-40 прыжков (3-4 раза); через линию, верёвку, боком, с зажатым между ног мешочком	Продвигаясь на 5-6 м вперёд; смещая ноги вправо-влево
Упражнения с мячом		
Перебрасывание набивных мячей (1 кг); мяча из одной руки в другую и ловля после отскока от пола	Бросание мяча вверх, отбивание о землю и ловля его не менее 20 раз подряд, одной рукой – 10 раз	Бросание мяча вверх, отбивание о землю и ловля его с хлопками, поворотами и другими заданиями
Лазанье		
По скамейке на животе и спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; гимнастическое упражнение на верёвочной лестнице: «улитка»	Под скамейкой, под несколькими снарядами подряд; на канате: уголок	Через гимнастическую стенку и спуск с её противоположной стороны
Акробатические упражнения		
«Улитка в домике», «Улитка на замке»	«Кольцо» (стоя)	Полушпагат
Построение		
В колонну по 1: одновременная остановка после ходьбы	В несколько колонн (звеньев)	Равнение в колонне, шеренге, круге

II квартал (6-8 лет)

Цель: совершенствовать координацию движений, равновесие и ориентировку в пространстве; учить перелезанию по диагонали с пролёта на пролёт гимнастической стенки; закреплять умение анализировать движения (самоконтроль, самооценка, контроль и оценка движений других детей); учить чувствовать свои движения, направлять мысли на выполнение конкретного движения; воспитывать честность, дружелюбие, самостоятельность в процессе подвижных игр и выполнение упражнений.

Декабрь	Январь	Февраль
Ходьба		
Приставным шагом вперёд, назад	В приседе, в кругу, в шеренге	Спиной вперёд
Бег		
Со скакалкой, с мячом по доске	Челночный бег (5по10)	Широким шагом через препятствия (высота 10-15 см)
Упражнения в равновесии		
Ходьба по скамейке с остановкой посередине, чтобы перешагнуть палку (обруч) в руке; гимнастическое упражнение на скамейке: «верблюд»; на турнике: «улитка»	Ходьба по скамейке с приседанием и поворотом кругом; на диске «Здоровье»: вращение по кругу сидя, стоя; на кольцах: «лягушка»	Ходьба по скамейке, перепрыгивая через ленточки; балансирование на набивном мяче; на турнике: «улитка в домике»; подтягивание с выполнением уголка и других упражнений для ног
Прыжки		
Через 6-8 набивных мячей; с разведением прямых ног в стороны («Маугли»)	Вверх из глубокого приседа; с прогибанием туловища назад («космонавт»)	На месте и с разбега с целью достать предмет, подвешенный выше поднятой руки на 25-30 см
Упражнения с мячом		
Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), сидя «постурецки», через сетку	Бросание мяча вверх и ловля его левой, правой рукой; ударение мяча о пол и ловля правой и левой рукой	Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в ходьбе; ведение мяча в разных направлениях
Лазанье		
С пролёта на пролёт гимнастической стенки по диагонали; на канате: шпагат в висе на руках из положения «уголок»	В обруч разными способами; ползание с опорой рук («крокодил»)	На канате: влезать на доступную высоту; свободные упражнения
Акробатические упражнения		
«Спящий лебедь»	«Мостик»	«Аист»
Построение		
Из одной колонны в др. на ходу, из одного круга в др. на ходу	Повороты направо, налево	Из одной шеренги в две, рассчитываясь на «1-ый, 2-ой»

III квартал (6-8 лет)

Цель: развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений; учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках в длину, высоту; развивать глазомер, используя разные виды метания; добиваться активного движения кисти руки при броске; воспитывать морально-волевые качества: выдержку, настойчивость к достижению положительных результатов; поддерживать интерес к событиям физической и спортивной жизни страны.

Март	Апрель	Май
Ходьба		
С выпадами; по кругу, делая концентрические круги один в другом	В сочетании с другими видами движений	Во встречном направлении: в одном кругу – по часовой стрелке, в другом - против
Бег		
Спиной вперёд, сохраняя правильное направление и равновесие; наперегонки	С ходьбой, прыжками, подлезанием, с преодолением препятствий в естественных условиях	На скорость (30 м), в среднем темпе, по пересеченной местности (300 м)
Упражнения в равновесии		
Гимнастические фигуры после кружения с закрытыми глазами; на скамейке: «мостик»; на турнике: «уголок» вверх ногами	Прыжки на скамейке: «стрела»; на кольцах: «солдатик»	Прыжки вперёд на двух ногах по наклонной поверхности; на кубе: стойка на одной ноге, закрыв глаза, на носках; на турнике: подтягивание несколько раз подряд
Прыжки		
С разбега в 3 шага на предметы (высота до 40 см), спрыгивание с них; через большой обруч, как через скакалку	В длину с места; в длину с разбега (не менее 180-190 см); в высоту с разбега (не менее 50 см)	Через длинную скакалку: бег под вращающейся скакалкой, прыжки через неё с места, вбегание под вращающуюся скакалку, прыжки через неё несколько раз, бег под скакалкой парами
Упражнения с мячом		
Бросок мяча о стену, бросая из-за спины, из-за головы и ловля его; бросание в цель: стоя на коленях, сидя	Метание в горизонтальную и вертикальную цель (расстояние 4-5 м) ударение мяча о стену, бросая его из-под ноги	Метание вдаль (расстояние не менее 6-12 м); в движущуюся цель
Лазанье		
По гимнастической стенке с выполнением заданий: снять предмет, повесить предмет; на верёвочной лестнице: шпагат	На лестницу, быстрый спуск, изменение темпа лазанья, используя перекрёстную и одновременную координацию движений рук и ног	На верёвочной лестнице: уголок; лазанье на скорость
Акробатические упражнения		
«Стрела» (стоя); «Стрела» (лёжа на боку)	«Ласточка»	«Замок» (стоя у стены)
Построение		
Повороты на углах во время движения	Размыкание в три колонны и смыкание приставными шаг.	

Основные направления работы с детьми 4-5 лет

- Оздоровительное
- Образовательное
- Воспитательное

Эти направления конкретизируются в решении следующих задач:

Оздоровительные задачи:

- Сохранять и укреплять здоровье детей.
- Развивать функциональные и адаптационные возможности детей и улучшать их работоспособность.
- Формировать умение сохранять правильную осанку.
- Удовлетворять потребность детей в движении.

Образовательные задачи:

- Расширять и углублять представления и знания о пользе занятий физическими упражнениями и играми.
- Знакомить детей с различными способами выполнения основных видов движений.
- Развивать пространственные ориентировки в статическом положении и в движении.
- Формировать у детей умения и навыки правильного выполнения движений.
- Создавать условия для проявления ребёнком ловкости, скорости и других физических качеств.

Воспитательные задачи:

- Воспитывать интерес к активной двигательной деятельности.
- Развивать умение быть организованными, поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.
- Воспитывать самостоятельность и учить проявлять активность в разных играх и упражнениях.

Основные направления работы с детьми 5-6 лет:

- Оздоровительное
- Образовательное
- Воспитательное

Эти направления конкретизируются в решении следующих задач:

Оздоровительные задачи:

- Формировать правильную осанку и развивать все группы мышц.
- Повышать степень устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды.
- Побуждать детей к самостоятельному использованию хорошо знакомых видов и способов закаливания дома и в детском саду.
- Совершенствовать системы функции организма.

Образовательные задачи:

- Формировать представления о своём теле, о необходимости сохранения своего здоровья.
- Увеличивать запасы двигательных навыков за счёт разучивания спортивных упражнений и игр с элементами спорта.
- Овладеть элементами техники основных видов движений.
- Расширять знания детей о многообразии физических и спортивных упражнений.

Воспитательные задачи:

- Развивать у детей интерес к разным видам двигательной деятельности (учебной, игровой, трудовой и т.д.).
- Повышать уровень произвольности действий детей.
- Развивать у детей настойчивость и выдержку при достижении цели, стремление к качественному выполнению движения.

- Развивать доброжелательные отношения со сверстниками в процессе совместной двигательной деятельности.

Основные направления работы с детьми 6-8 лет:

- Оздоровительное
- Образовательное
- Воспитательное

Эти направления конкретизируются в решении следующих **задач:**

Оздоровительные задачи:

- Повышать тренированность организма, его устойчивость к воздействию различных неблагоприятных факторов.
- Развивать способность к удержанию статических поз и поддержанию правильного положения позвоночника.
- Обеспечивать систематическую тренировку мелкой мускулатуры, тонких движений рук.
- Удовлетворять потребность детей в движении.
- Повышать уровень умственной и физической работоспособности.

Образовательные задачи:

- Расширять у детей представления и знания о разных видах физических упражнений спортивного характера.
- Побуждать детей к созданию различных вариантов упражнений и игр в самостоятельной двигательной деятельности.
- Формировать умения изменять характер движений в зависимости от содержания музыкального произведения, добиваясь выразительности двигательных действий.
- Использовать двигательный опыт, умения, навыки в различных условиях (в лесу, парке и за пределами дома и т.д.).
- Целенаправленно развивать физические качества (скоростные, скоростно-силовые, силу, гибкость, ловкость и выносливость).
- Развивать умения выбора способов выполнения движений, учитывая свои возможности, правильно оценивая свои силы и целесообразно применяя их в заданных условиях.
- Формировать умения и навыки наблюдать, анализировать движения и оценивать качество их выполнения.
- Развивать координацию движений, чувство равновесия, ориентировку в пространстве, скоростную реакцию, силу, гибкость.

Воспитательные задачи:

- Формировать у детей потребность в регулярных занятиях физической культурой.
- Воспитывать ответственное отношение к выполнению правил и различных заданий.
- Развивать у детей умение самостоятельно организовывать разные по степени подвижности игры и выполнять упражнения.
- Содействовать развитию положительных эмоций, умения общаться со своими сверстниками, взаимопонимания и сопереживания.

2.2. Методы, средства, приёмы работы.

Традиционно в работе используем три группы методов:

- Наглядные методы, к которым относятся: имитация (подражание), демонстрация и показ способов выполнения физкультурных упражнений, которому следует привлекать самих воспитанников; использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, презентации и т.д.); использование зрительных ориентиров, звуковых сигналов: первые побуждают детей к деятельности, помогают им уточнить представления о разучиваемом движении, овладеть наиболее трудными элементами техники, а также способствуют более эффективному развитию воссоздающего воображения; вторые применяются для освоения ритма и регулирования темпа движений, а также как сигнал для начала и окончания действия, чувства ритма и музыкальных способностей.

- К словесным методам относятся названия упражнений, описания, объяснения, комментирование хода их выполнения, указания, распоряжения, вопросы к детям, команды, беседы, рассказы, выразительное чтение стихотворений и много другое.

- К практическим методам относится выполнение движений (совместно – распределённое, совместно – последовательное выполнение движений вместе с педагогом и самостоятельное выполнение), повторение упражнений с изменениями и без, а также проведение их в игровой форме, в виде подвижных игр и игровых упражнений, и соревновательной форме.

Средства физического воспитания:

- гигиенические факторы (режим занятий, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр.), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм);

- естественные силы природы (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребёнка;

- физические упражнения, которые обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.

2.3. Формы организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми.

1. Занятия по физической культуре всех типов:
 - утренняя гимнастика;
 - физкультминутки;
 - подвижные игры;
 - физкультурные занятия;
 - занятия на тренажёрах;
 - интегрированные занятия с другими видами деятельности;
 - праздники и развлечения;
 - кружки и секции.
2. Физкультурно-оздоровительные занятия (дни здоровья, корректирующие упражнения, индивидуальная работа, мониторинг).
3. Оздоровительная гимнастика для детей с нарушением осанки и плоскостопия.
4. Система эффективных закаливающих процедур:
 - воздушное закаливание;
 - хождение по «дорожкам здоровья» (закаливание, профилактика плоскостопия);
 - хождение босиком;
 - физкультурные занятия на свежем воздухе.
5. Использование оздоровительных технологий на занятиях:
 - дыхательная и звуковая гимнастика по Стрельниковой;
 - упражнения на релаксацию;
 - хождение по «дорожке здоровья», использование массажёров для ног, нетрадиционного оборудования;
 - фитбол-гимнастика.
 - использование информационно-коммуникационных технологий для чёткого показа упражнений.

2.4. Организация непосредственно образовательной деятельности.

- 1) Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию детей в возрасте 4-8 лет организуется 3 раза в неделю. Её длительность зависит от возраста детей и составляет:
 - для детей 4-5 лет – 20 минут;
 - для детей 5-6 лет – 25 минут;
 - для детей 6-8 лет – 30 минут,из них, один раз в неделю для детей 5-8 лет организовывается непосредственно образовательная деятельность на воздухе (в зависимости от погодных условий).
- 2) Самостоятельная двигательная деятельность 4-8 лет (игры, подготовка к непосредственно образовательной деятельности, личная гигиена) занимает в режиме не менее 3-4 часов.

2.5. Виды физкультурных занятий.

- образно-игровые (для детей с 4х лет). Через воображаемый подражательный образ направлять детей на выполнение движений и на приобретение двигательных навыков.
- сюжетно-игровые (для детей с 4 лет). Учить детей ставить перед собой цель и достигать её, преодолевая различные проблемные ситуации, воспитывая в себе необходимые для этого психофизические качества.
- предметно-образные (для детей с 4 лет). Учить детей придавать снарядами предметам образ и игровой характер для того, чтобы разнообразить и обогащать двигательную активность на данном снаряде и с одним предметом.
- по сказкам (для детей с 4 лет). Через сказку или героя вводить детей в сказочный мир, развивая у них творчество, фантазию и воображение, учить преодолевать двигательные трудности, ориентироваться в проблемных ситуациях.
- в форме круговой тренировки (для детей с 4 лет). Развивать у детей моторную память, творческое мышление, ориентировку в пространстве, быстроту реакции, ловкость и самостоятельность в выполнении движений.
- в форме эстафет и соревнований (для детей с 5 лет). Развивать у детей физические и волевые качества. Учить преодолевать препятствия для достижения поставленной цели. Развивать стремление к победе и уверенность в своих силах.
- по интересам (для детей с 3 лет). Выявлять интерес детей к какому-либо виду спорта с учётом их возможностей для развития потребности в физических упражнениях; развивать и укреплять интерес и самостоятельность в организации индивидуальных и групповых игр и игровых упражнений.
- на свободное творчество (для детей с 5 лет, а для детей 4 лет в индивидуальном порядке). Выявлять и развивать творческие двигательные способности детей в каком-либо виде спорта. Вырабатывать умение преодолевать физические и психологические препятствия. Учить чувствовать движение, наслаждаться им и получать радость и удовлетворение от него.
- контрольное. Определить уровень физической подготовленности, состояние здоровья каждого ребёнка и группы в целом для осуществления индивидуального подхода. Выявить способности и интересы каждого ребёнка по его результативности для дальнейшего его развития.

2.6.

КОМПЛЕКСНО-ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» ДЛЯ ДЕТЕЙ 4-5 ЛЕТ ПО ПРОГРАММЕ «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ»
под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой

ОКТАБРЬ. Тема периода «Осень», «Я в мире человек».

Начало таблицы

Задачи/ Программное содержание I - неделя	Задачи/ Программное содержание II - неделя	Задачи/ Программное содержание III - неделя	Задачи/ Программное содержание IV - неделя
<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола (земли) и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках с продвижением вперед.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в перебрасывании мяча через сетку, развивая ловкость и глазомер; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Учить находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч, в прокатывании мяча друг другу.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; в прокатывании мяча друг другу.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу.</p> <p>УЛИЦА Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, поставленными произвольно по всей площадке; в прокатывании обручей, в прыжках с продвижением вперед.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге враспынную; повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить лазанье под шнур; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры.</p> <p>УЛИЦА Повторить ходьбу и бег колонной по одному; упражнять в бросании мяча в корзину, развивая ловкость и глазомер.</p>

КОМПЛЕКСНО-ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» ДЛЯ ДЕТЕЙ 4-5 ЛЕТ ПО ПРОГРАММЕ «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой

НОЯБРЬ. Тема периода «Мой город, моя страна», «Новогодний праздник».

Задачи/ Программное содержание I - неделя	Задачи/ Программное содержание II - неделя	Задачи/ Программное содержание III - неделя	Задачи/ Программное содержание IV - неделя
<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения; ходьбе и беге «змейкой» между предметами; сохранении равновесия на уменьшенной площади опоры. Повторить упражнение в прыжках.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в прыжках; в перебрасывании мяча друг другу.</p> <p>УЛИЦА Повторить ходьбу с выполнением заданий; бег с перешагиванием; упражнение в прыжках и прокатывание мяча в прямом направлении.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить лазанье на четвереньках.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках.</p> <p>УЛИЦА Упражнять детей в ходьбе между предметами, не задевая их; упражнять в прыжках и беге с ускорением.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ползании на животе по гимнастической скамейке; в сохранении устойчивого равновесия.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки; развивать глазомер и силу броска при метании на дальность, упражнять в прыжках.</p>

ДЕКАБРЬ. Тема периода «Новогодний праздник».

Задачи/ Программное содержание I - неделя	Задачи/ Программное содержание II - неделя	Задачи/ Программное содержание III - неделя	Задачи/ Программное содержание IV - неделя
<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Развивать внимание при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; в прыжках через препятствия.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в ходьбе и беге между сооружениями из снега; в умении действовать по сигналу воспитателя.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча между предметами.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча между предметами.</p> <p>УЛИЦА Учить брать лыжи и переносить их на плече к месту занятий; упражнять в ходьбе ступающим шагом.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках.</p> <p>УЛИЦА Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; упражнять в метании на дальность снежков, развивая силу броска.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнение в равновесии.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнение в равновесии.</p> <p>УЛИЦА Закреплять навык передвижения на лыжах скользящим шагом.</p>

ЯНВАРЬ. Тема периода «Зима».

Задачи/ Программное содержание I - неделя	Задачи/ Программное содержание II - неделя	Задачи/ Программное содержание III - неделя	Задачи/ Программное содержание IV - неделя
<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнение в прыжках.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках, в подбрасывании мяча.</p> <p>УЛИЦА Продолжать учить передвигаться на лыжах скользящим шагом; повторить игровые упражнения.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках; в перебрасывании мяча друг другу (способ – двумя руками снизу).</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в прыжках, равновесии, в отбивании мяча от пола.</p> <p>УЛИЦА Закреплять навык скользящего шага, упражнять в беге и прыжках.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить ходьбу между предметами, не задевая их, ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, прокатывание мяча.</p> <p>УЛИЦА Упражнять детей в перепрыгивании через препятствия; в метании снежков на дальность.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение правильно подлезать под шнур.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, в лазанье под шнур, в прыжках.</p> <p>УЛИЦА Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, поставленными произвольно по всей площадке; в прокатывании обруча, в прыжках с продвижением вперёд.</p>

ФЕВРАЛЬ. Тема периода «День защитника Отечества», «8 марта».

Задачи/ Программное содержание I - неделя	Задачи/ Программное содержание II - неделя	Задачи/ Программное содержание III - неделя	Задачи/ Программное содержание IV - неделя
<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; в прыжках.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в равновесии; в прыжках, в перебрасывании мячей друг другу.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в метании снежков в цель, игровые задания на санках.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по команде, в прыжках из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в прыжках на двух ногах; в прокатывании мяча друг другу.</p> <p>УЛИЦА Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками, с мячом.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе и беге враспынную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в метании; в ползании на четвереньках, в прыжках.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в метании снежков на дальность, в катании на санках с горки.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ползании в прямом направлении, в прыжках.</p> <p>УЛИЦА Развивать ловкость и глазомер при метании снежков; повторить игровые упражнения.</p>

МАРТ. Тема периода «8 марта», «Знакомство с народной культурой и традициями», «Весна».

Задачи/ Программное содержание I - неделя	Задачи/ Программное содержание II - неделя	Задачи/ Программное содержание III - неделя	Задачи/ Программное содержание IV - неделя
<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить упражнение в равновесии и прыжках.</p> <p>УЛИЦА Развивать ловкость и глазомер при метании в цель; упражнять в беге; закреплять умение действовать по сигналу.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через шнур; повторить ходьбу и бег врассыпную.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе, чередуя с прыжками, в ходьбе с изменением направления движения, в беге в медленном темпе до 1 минуты, в чередовании с ходьбой.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в прыжках в длину с места, в бросании мячей через шнур; в прокатывании мяча.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании по скамейке.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в беге на выносливость; в ходьбе между предметами; в прыжках на одной ноге (правой и левой попеременно).</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке «по-медвежьи»; упражнения в равновесии и прыжках.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в лазанье по гимнастической стенке, в равновесии и прыжках.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в ходьбе попеременно широким и коротким шагом; повторить упражнения с мячом, в равновесии и прыжках.</p>

АПРЕЛЬ. Тема периода «Весна», «День Победы».

Задачи/ Программное содержание I - неделя	Задачи/ Программное содержание II - неделя	Задачи/ Программное содержание III - неделя	Задачи/ Программное содержание IV - неделя
<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить задание в равновесии и прыжках.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить упражнение в равновесии, метании и прыжках.</p> <p>УЛИЦА Упражнять детей в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне, в прокатывании обручей; повторить упражнения с мячами.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге врассыпную; метании мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в метании мячей в вертикальную цель; в прыжках в длину с места.</p> <p>УЛИЦА Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в прыжках и подлезании; упражнять в умении сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади опоры.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе с выполнением задания по сигналу воспитателя; в метании на дальность, повторить ползание на четвереньках.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в метании на дальность, в ползании, в прыжках.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в перебрасывании мячей.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии в прыжках.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить упражнения в равновесии и прыжках.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в ходьбе и беге между предметами; в равновесии; перебрасывании мяча.</p>

МАЙ. Тема периода «День Победы», «Лето».

Задачи/ Программное содержание I - неделя	Задачи/ Программное содержание II - неделя	Задачи/ Программное содержание III - неделя	Задачи/ Программное содержание IV - неделя
<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить прыжки в длину с места, прокатывании мяча; упражнять в равновесии.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками; повторить игровые упражнения с мячом.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в прыжках через короткую скакалку; в перебрасывании мячей, в метании.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; ходьбе и беге враспынную; повторить задания с бегом и прыжками.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен, беге враспынную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ползании; метании в вертикальную цель.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в ходьбе и беге парами; закреплять прыжки через короткую скакалку, умение перестраиваться по ходу движения.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках.</p> <p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить лазанье на гимнастическую стенку, упражнять в равновесии.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения, в подбрасывании и ловле мяча; повторить игры с мячом, прыжками и бегом.</p>

ОКТАБРЬ. Тема периода «Я вырасту здоровым», «День народного единства».

Начало таблицы

Задачи/ Программное содержание I - неделя	Задачи/ Программное содержание II - неделя	Задачи/ Программное содержание III - неделя	Задачи/ Программное содержание IV - неделя
<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять детей в беге; в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча.</p> <p>УЛИЦА Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; знакомить с ведением мяча правой и левой рукой (элементы баскетбола), упражнять в прыжках.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Разучить поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в ходьбе и беге; разучить игровые упражнения с мячом; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия, непрерывном беге продолжительностью до 1 минуты; познакомить с игрой в бадминтон; повторить игровое упражнение с прыжками.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ползании на четвереньках с переползанием через препятствия; в равновесии и прыжках.</p> <p>УЛИЦА Развивать выносливость в беге; разучить игру «Посадка картофеля»; упражнять в прыжках.</p>

НОЯБРЬ. Тема периода «День народного единства», «Новый год».

Продолжение таблицы

Задачи/ Программное содержание I - неделя	Задачи/ Программное содержание II - неделя	Задачи/ Программное содержание III - неделя	Задачи/ Программное содержание IV - неделя
<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в равновесии, развивая координацию движений, в прыжках; учить перебрасывать мячи в шеренгах.</p> <p>УЛИЦА Повторить бег; игровые упражнения с мячом, в равновесии и прыжках.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании на четвереньках, подталкивая мяч головой, и ведении мяча в ходьбе.</p> <p>УЛИЦА Повторить бег с перешагиванием через предметы, развивая координацию движений; развивать ловкость в игровом задании с мячом, упражнять в беге.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнение с мячом.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в беге, развивая выносливость; в перебрасывании мяча в шеренгах. Повторить игровые упражнения с прыжками и бегом.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии и прыжках.</p> <p>УЛИЦА Повторить бег с преодолением препятствий; повторить игровые упражнения с прыжками, с бегом и мячом.</p>

ДЕКАРЬ. Тема периода «Новый год».

Продолжение таблицы

Задачи/ Программное содержание I - неделя	Задачи/ Программное содержание II - неделя	Задачи/ Программное содержание III - неделя	Задачи/ Программное содержание IV - неделя
<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять детей в умении сохранять в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча.</p> <p>УЛИЦА Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками, упражнять в метании снежков на дальность.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперёд; упражнять в ползании и переброске мяча.</p> <p>УЛИЦА Повторить ходьбу и бег; упражнять в прыжках на двух ногах до снеговика; в бросании снежков в цель.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; закреплять умение ловить мяч; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия.</p> <p>УЛИЦА Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; упражнять в прыжках на двух ногах; повторить игровые упражнения с бегом и бросании снежков в горизонтальную цель.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге врассыпную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках.</p> <p>УЛИЦА Повторить передвижение на лыжах скользящим шагом; разучить игровые упражнения с клюшкой и шайбой; развивать координацию движений и равновесие при скольжении по ледяной дорожке.</p>

ЯНВАРЬ. Тема периода «Зима»

Продолжение таблицы

Задачи/ Программное содержание I - неделя	Задачи/ Программное содержание II - неделя	Задачи/ Программное содержание III - неделя	Задачи/ Программное содержание IV - неделя
<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо.</p> <p>УЛИЦА Продолжать учить передвигаться по учебной лыжне; повторить игровые упражнения.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой.</p> <p>УЛИЦА Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; повторить игровые упражнения с бегом и метанием.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии.</p> <p>УЛИЦА Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; повторить игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием снежков на дальность.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек.</p> <p>УЛИЦА Разучить повороты на лыжах; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.</p>

ФЕВРАЛЬ. Тема периода «День защитника Отечества», «Международный женский день».

Продолжение таблицы

Задачи/ Программное содержание I - неделя	Задачи/ Программное содержание II - неделя	Задачи/ Программное содержание III - неделя	Задачи/ Программное содержание IV - неделя
<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; в беге; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в ходьбе на лыжне скользящим шагом, повторить повороты на лыжах, игровые упражнения с шайбой, скольжение по ледяной дорожке.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег враспынную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в ходьбе на лыжах, метании снежков на дальность; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через неё.</p> <p>УЛИЦА Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками; метании снежков в цель и на дальность.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в ходьбе с выполнением заданий.</p>

МАРТ. Тема периода «Международный женский день», «Народная культура и традиции».

Продолжение таблицы

Задачи/ Программное содержание I - неделя	Задачи/ Программное содержание II - неделя	Задачи/ Программное содержание III - неделя	Задачи/ Программное содержание IV - неделя
<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер.</p> <p>УЛИЦА Повторить игровые упражнения с бегом; упражнять в перебрасывании шайбы друг другу, развивая ловкость и глазомер.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и враспынную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами.</p> <p>УЛИЦА Повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках.</p> <p>УЛИЦА Упражнять детей в беге и ходьбе в чередовании; повторить игровые упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе с перестроением в колонну по два в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в беге на скорость; разучить упражнения с прокатыванием мяча; повторить игровые задания с прыжками.</p>

АПРЕЛЬ. Тема периода «Весна», «День Победы».

Продолжение таблицы

Задачи/ Программное содержание I - неделя	Задачи/ Программное содержание II - неделя	Задачи/ Программное содержание III - неделя	Задачи/ Программное содержание IV - неделя
<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в чередовании ходьбы и бега; повторить игру с бегом «Ловишка-перебежки», эстафету с большим мячом.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей.</p> <p>УЛИЦА Упражнять детей в длительном беге, развивая выносливость; в прокатывании обруча; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и газомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия.</p> <p>УЛИЦА Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в беге на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии.</p>

КОМПЛЕКСНО-ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» ДЛЯ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ ПО ПРОГРАММЕ «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ»
под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой

МАЙ. Тема периода «Лето».

Окончание таблицы

Задачи/ Программное содержание I - неделя	Задачи/ Программное содержание II - неделя	Задачи/ Программное содержание III - неделя	Задачи/ Программное содержание IV - неделя
<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в беге с высоким подниманием бедра; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и воланом (бадминтон).</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; прыжках в длину с разбега; в перебрасывании мяча.</p> <p>УЛИЦА Развивать выносливость в непрерывном беге; упражнять в прокатывании обручей, развивая ловкость и глазомер; повторить игровые упражнения с мячом.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и враспынную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем.</p> <p>УЛИЦА Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом и в прыжках.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в ходьбе и беге с изменением темпа движения; игровых упражнениях с мячом.</p>

ОКТАБРЬ. Тема периода «Мой город, моя страна, моя планета», «День народного единства».

Начало таблицы

Задачи/ Программное содержание I - неделя	Задачи/ Программное содержание II - неделя	Задачи/ Программное содержание III - неделя	Задачи/ Программное содержание IV - неделя
<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в беге с преодолением препятствий, в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом.</p> <p>УЛИЦА Повторить бег в среднем темпе; развивать точность броска; упражнять в прыжках.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен; в ведении мяча; ползании; в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.</p> <p>УЛИЦА Закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя; развивать точность в упражнениях с мячом.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге враспынную (используя всё пространство зала), в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнения на равновесие при ходьбе по повышенной опоре.</p> <p>УЛИЦА Повторить ходьбой с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе; упражнять в прыжках и переброске мяча.</p>

НОЯБРЬ. Тема периода «День народного единства», «Новый год».

Продолжение таблицы

Задачи/ Программное содержание I - неделя	Задачи/ Программное содержание II - неделя	Задачи/ Программное содержание III - неделя	Задачи/ Программное содержание IV - неделя
<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату (или толстому шнуру); упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом.</p> <p>УЛИЦА Закреплять навык ходьбы с перешагиванием через предметы; повторить игровые упражнения с мячом и прыжками.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.</p> <p>УЛИЦА Закреплять навыки бега с преодолением препятствий, ходьбы с остановкой по сигналу; повторить игровые упражнения в прыжках и с мячом.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазанье под дугу, в равновесии.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен; повторить игровые упражнения с мячом и бегом.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Закреплять навык ходьбы и бега между предметами; разучить лазанье на гимнастическую стенку переход с одного пролёта на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесии.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в ходьбе и беге с изменением направлением движения; в поворотах прыжком на месте; в прыжках на правой и левой ноге, огибая предметы; в выполнении заданий с мячом.</p>

ДЕКАБРЬ. Тема периода «Осень», «Я в мире человек».

Продолжение таблицы

Задачи/ Программное содержание I - неделя	Задачи/ Программное содержание II - неделя	Задачи/ Программное содержание III - неделя	Задачи/ Программное содержание IV - неделя
<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге враспынную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложнённой ситуации (бокком приставным шагом, с перешагиванием). Развивать ловкость в упражнениях с мячом.</p> <p>УЛИЦА Повторить ходьбу в колонне по одному с остановкой по сигналу; упражнять в продолжительном беге; в равновесии, в прыжках, с мячом.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в ходьбе в колонну по одному с выполнением заданий по сигналу; повторить игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании малого мяча, в ползании на животе, в равновесии.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному; в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; повторить упражнения с мячом, в прыжках, на равновесие.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «по-медвежьи»; повторить упражнение в прыжках и на равновесие.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в ходьбе между постройками из снега; разучить игровое задание «Точный пас»; развивать ловкость и глазомер при метании снежков на дальность.</p>

ЯНВАРЬ. Тема периода «Зима».

Продолжение таблицы

Задачи/ Программное содержание I - неделя	Задачи/ Программное содержание II - неделя	Задачи/ Программное содержание III - неделя	Задачи/ Программное содержание IV - неделя
<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег враспынную с остановкой по сигналу; упражнения на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствия.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в ходьбе в колонне по одному; беге между предметами; повторить игровые упражнения с прыжками; скольжение по дорожке.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; в ползании по скамейке.</p> <p>УЛИЦА Провести игровое упражнение «Снежная королева»; упражнение с элементами хоккея; игровое задание в метании снежков на дальность; игровое упражнение с прыжками «Весёлые воробышки».</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в ходьбе и беге между предметами; разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны площадки на другую; повторить катание друг друга на санках.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; в сохранении равновесия и в прыжках.</p> <p>УЛИЦА Повторить ходьбу между постройками из снега; упражнять в скольжении по ледяной дорожке; разучить игру «По местам!».</p>

ФЕВРАЛЬ. Тема периода «День защитника Отечества», «Международный женский день».

Продолжение таблицы

Задачи/ Программное содержание I - неделя	Задачи/ Программное содержание II - неделя	Задачи/ Программное содержание III - неделя	Задачи/ Программное содержание IV - неделя
<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить игровое задание с клюшкой и шайбой, задание с прыжками.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу); упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч (или под дугу).</p> <p>УЛИЦА Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, в лазанье на гимнастическую стенку; в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре с выполнением дополнительного задания.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнение на равновесие и прыжки.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»; повторить игровое задание с метанием снежков с прыжками.</p>

КОМПЛЕКСНО-ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ
 «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» ДЛЯ ДЕТЕЙ 6-8 ЛЕТ ПО ПРОГРАММЕ «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ»
 под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой

МАРТ. Тема периода «Международный женский день», «Народная культура и традиции».

Продолжение таблицы

Задачи/ Программное содержание I - неделя	Задачи/ Программное содержание II - неделя	Задачи/ Программное содержание III - неделя	Задачи/ Программное содержание IV - неделя
<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом.</p> <p>УЛИЦА Повторить упражнение в беге на скорость, игровые задания с прыжками и мячом.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе в колонне по одному, беге враспынную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в беге, в прыжках; развивать ловкость в заданиях с мячом.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель, в ползании, в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжки.</p> <p>УЛИЦА Повторить упражнения с бегом, в прыжках и с мячом.</p>

АПРЕЛЬ. Тема периода «Весна», «День Победы».

Продолжение таблицы

Задачи/ Программное содержание I - неделя	Задачи/ Программное содержание II - неделя	Задачи/ Программное содержание III - неделя	Задачи/ Программное содержание IV - неделя
<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом.</p> <p>УЛИЦА Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу.</p> <p>УЛИЦА Повторить игровое задание с ходьбой и бегом; игровые упражнения с мячом, в прыжках.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии.</p> <p>УЛИЦА Повторить бег на скорость; упражнять в заданиях с прыжками, в равновесии.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнение в равновесии, в прыжках и с мячом.</p> <p>УЛИЦА Повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом.</p>

МАЙ. Тема периода «День Победы», « До свидания, детский сад! Здравствуй школа!»

Окончание таблицы

Задачи/ Программное содержание I - неделя	Задачи/ Программное содержание II - неделя	Задачи/ Программное содержание III - неделя	Задачи/ Программное содержание IV - неделя
<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Повторить упражнения в ходьбе и беге; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге; в бросании малого мяча о стенку.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в продолжительном беге; в перебрасывании мяча друг другу в движении; упражнять в прыжках через короткую скакалку; повторить упражнение в равновесии с дополнительным заданием.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить упражнения с мячом, в прыжках.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге враспынную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии.</p> <p>УЛИЦА Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в ходьбе и беге враспынную; повторить задания с мячом и прыжками.</p>	<p>СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить упражнения в лазанье на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках.</p> <p>УЛИЦА Повторить игровые упражнения с ходьбой и бегом; упражнять в заданиях с мячом.</p>

2.7. Учебно-тематический план.

Месяц	09	10	11	12	01	02	03	04	05	Всего
Вид непосредственно образовательной деятельности		9	9	8	7	8	7	9	9	66
Вид самостоятельной образовательной деятельности										
Физкультурные досуги	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
Спортивно-семейные досуги			1			1			1	3
Итого:										81

2.8. Планируемые промежуточные результаты освоения рабочей Программы дошкольного образовательного учреждения.

Планируемые результаты освоения рабочей образовательной программы ДОУ конкретизируют требования Стандарта к целевым ориентирам в обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений, с учётом возрастных возможностей и индивидуальных различий (индивидуальных траекторий развития) детей.

Для детей 4-5 лет

- 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 на 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.

Для детей 5-6 лет

- 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.

Для детей 6-8 лет

- 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 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 функциях организма человека).
- Имеет представления и может высказаться о важности соблюдения режима дня, стремится соблюдать его.
- Имеет представления о рациональном и правильном питании, стремится 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.

2.9. Алгоритм совместной физкультурно-оздоровительной работы дошкольного образовательного учреждения с семьёй.

Сотрудничество, кооперация с семьёй, открытость в отношении семьи, уважение семейных ценностей и традиций, их учёт в образовательной работе являются важнейшим принципом рабочей образовательной Программы.

- Анкетирование родителей с целью выявления знаний и умений в области ЗОЖ, организации питания и двигательной активности детей, выполнение режимных моментов в семье;
- Совместно со специалистами детской поликлиники изучение состояния здоровья детей, анализ заболеваний за предыдущий период времени;
- Ознакомление родителей с результатами диагностики состояния здоровья ребёнка и его психомоторного развития;
- Создание в ДООУ и семье медико-социальных условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости у детей (создание зон различных видов физической активности, использование закаливающих процедур);
- Участие медицинских работников, воспитателей и родителей в составление планов оздоровления детей;
- Проведение целенаправленной работы среди родителей по пропаганде ЗОЖ, необходимости выполнения общегигиенических требований, рационального режима дня, полноценного сбалансированного питания, закаливания, воздушного и температурного режима и т.д.;
- Ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в ДООУ;
- Обучения родителей конкретным приёмам и методам оздоровления (ЛФК, дыхательная гимнастика, массаж, разнообразные виды закаливания и т.д.);
- Ознакомление родителей с лечебно-профилактическими мероприятиями, проводимыми в ДООУ, и обучение их отдельным нетрадиционным методам оздоровления детского организма;
- Создание семейных клубов по интересам: «Если хочешь быть здоров – закаляйся», «Красота и здоровье», «В поход – всей семьёй», «Папа, мама, я – спортивная семья» и т.п.
- Организация мероприятий по обмену опытом среди родителей (проведение фото-, видеоконкурсов на лучший спортивный уголок в семье, интересных спортивных и подвижных игр с участием детей и взрослых членов семьи, конкурсов, викторин и т.п.);
- Освещение передового опыта семейного воспитания по физкультурно-оздоровительной работе в средствах массовой информации, создание газет для родителей и т.п.

Для повышения качества работы ДООУ по физкультурно-оздоровительному направлению планируем продолжать реализовывать рабочую образовательную Программу по физическому развитию детей 4-8 лет, а также, перспективы дальнейшей работы коллектив ДООУ видит в продолжение планомерной систематически выстроенной работы.

2.10. Целевые ориентиры образования в раннем возрасте.

- ребёнок интересуется окружающими предметами и активно действует с ними; эмоционально вовлечен в действия с игрушками и другими предметами, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий;
- использует специфические, культурно фиксированные предметные действия, знает назначение бытовых предметов (ложки, расчески, карандаша и пр.) и умеет пользоваться ими. Владеет простейшими навыками самообслуживания; стремится проявлять самостоятельность в бытовом и игровом поведении;
- владеет активной речью, включенной в общение; может обращаться с вопросами и просьбами, понимает речь взрослых; знает названия окружающих предметов и игрушек; стремится к общению со взрослыми и активно подражает им в движениях и действиях; появляются игры, в которых ребенок воспроизводит действия взрослого;
- проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им;
- проявляет интерес к стихам, песням и сказкам, рассматриванию картинки, стремится двигаться под музыку; эмоционально откликается на различные произведения культуры и искусства;
- у ребёнка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.).

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

- ребёнок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;
- ребёнок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;
- ребёнок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- ребёнок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребёнок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;
- ребёнок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Предметно-развивающая среда.

Предметно-развивающая среда ДОУ соответствует требованиям Стандарта и санитарно-эпидемиологическим требованиям и создаётся педагогом для развития индивидуальности каждого ребёнка с учётом его возможностей, уровня активности и интересов, поддерживая формирование его индивидуальной траектории развития.

Предметно-развивающая среда спортивного зала:

- содержательно-насыщенная – включает инвентарь, игровое и спортивное оборудование, которое позволяет обеспечивать игровую, познавательную, двигательную активность детей, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх, соревнованиях;
- трансформируемая – обеспечивает возможность изменений предметно-развивающей среды в зависимости от ситуации, меняющихся интересов, мотивов и возможностей детей;
- доступная – обеспечивает свободный доступ воспитанников к игрушкам, оборудованию, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;
- полифункциональная – обеспечивает возможность разнообразного использования составляющих: мягкие модули, маты, разнообразные мячи в разных видах детской активности;
- безопасная – всё оборудование соответствует требованиям по обеспечению надёжности и безопасности его использования (СанПин).

3.2. Интеграция национально-регионального компонента в образовательный процесс.

Одной из основных задач ФГОС дошкольного образования является охрана и укрепление физического здоровья детей, в том числе формирование ценностей здорового образа жизни, развитие физических качеств.

А одной из задач рабочей образовательной Программы по физическому развитию детей является - приобщение детей к традициям народов Севера посредством национальных подвижных игр.

Наличие регионального компонента в Программе способствует воспитанию у дошкольников толерантности к представителям других национальностей и развитию чувства гордости за свою культуру.

Традиционные средства физического воспитания выполняют следующие функции:

- знакомство с окружающей средой («Четыре стихии», «Тайга – болото -озеро», «Собери ягоды»), где наряду с представлениями об окружающем мире дошкольники получают знания об основах безопасности жизни;
- освоение традиционных промыслов («Рыбаки и рыбки», «Оленья упряжка», «Заячьи следы и т.д.), где дети получают знания о профессиях;
- передача накопленного опыта в физическом воспитании от старшего поколения к младшему («Перетягивание палки», «Прыжки через нарты», «Борьба ногами»), где дошкольники знакомятся с традиционными ритуалами, народным колоритом;
- обеспечение необходимого объёма двигательной активности;
- формирование нравственного воспитания.

Принципы работы:

- 1) системность и непрерывность;
- 2) личностно-ориентированный гуманистический характер взаимодействия детей и взрослых;
- 3) свобода индивидуального личностного развития;
- 4) признание приоритета ценностей внутреннего мира ребёнка, опоры на позитивный внутренний потенциал развития ребёнка;
- 5) принцип регионализации (учёт специфики региона).

В образовательный процесс и планирование содержания программного материала по физическому развитию детей включаются разнообразные методы и формы организации детской деятельности - подвижные игры и самобытные физические упражнения, направленные на формирование двигательных умений и навыков. Например, при освоении бега различными способами проводится упражнение "Заячьи прыжки", "Броски палки на дальность; при обучении различным гимнастическим элементам - "Переправа", "Перетягивание палки", "Качалка" и др; в лыжной подготовке - "Скороходы – снегоступы».

В образовательном процессе работа по использованию подвижных игр, состязаний и самобытных физических упражнений начинается со старшего дошкольного возраста, поскольку для их выполнения необходимы определённые двигательные умения и навыки, характерные именно для этого возраста.

Народные игры, состязания в старшем дошкольном возрасте имеют свою психолого-педагогическую направленность. Они не только развивают жизненно необходимые физические качества и двигательные навыки, но и способствуют воспитанию решимости, смелости, находчивости, коллективизма, формируют представление о промысловой, хозяйственной деятельности в экстремальных природно-климатических условиях Севера.

Приобщение детей к национальной культуре народов Севера содействует воспитанию человека-патриота, знающего и любящего свой родной край уважающего

коренной народ, культуру и традиции, осознанию ребенком себя, как коренного жителя, наследника богатой истории и культуры ХМАО, желающего внести свой вклад в его развитие.

Изучая традиции, жизнь и быт народа Севера, дети усваивают нравственные правила и нормы поведения в обществе: гуманность человеческих взаимоотношений, толерантное, уважительное отношение к коренным жителям нашего региона, к природе родного края, к тому, что окружает ребенка и близко ему со дня рождения, учатся сохранять и приумножать богатство родной земли.

Культура народов Севера является богатейшим материалом не только для введения ребенка в мир искусства, знакомства с традициями народов Севера, духовно-нравственного воспитания, способности видеть красоту и гармонию, но и способствовать развитию таких психических процессов, как восприятие, образное мышление, воображение, эмоционально-положительное отношение к объектам эстетического содержания.

3.3. Регламент, структура непосредственно образовательной деятельности.

Рабочая Программа не предусматривает жёсткого регламентирования образовательного процесса и календарного планирования образовательной деятельности, оставляя за педагогом пространство гибкого планирования своей деятельности, исходя из особенностей реализуемой основной образовательной программы.

Непосредственно образовательная деятельность в образовательном процессе - 3 раза в неделю, для детей всех возрастов. Основные формы работы – занятия, совместная деятельность, развлечения, кружок.

Продолжительность одного занятия:

- для детей 4-5 лет - 20 мин,
- для детей 5-6 лет - 25 мин,
- а для детей 6-8 лет - 30 мин.

Структура физкультурного занятия состоит из трёх частей:

1) Подготовительная часть (разогревание организма и создание положительного эмоционального настроения).

2) Основная часть (физическая нагрузка, в которую входят упражнения на различные группы мышц):

- для коррекции нарушений осанки;
- для укрепления мышц плечевого пояса и рук;
- для укрепления мышц брюшного пресса;
- для укрепления мышц спины;
- для укрепления мышц тазового дна;
- для увеличения подвижности позвоночника и суставов;

3) Заключительная часть - это дыхательные упражнения на релаксацию в сопровождения медленной музыки, ходьба, упражнения на дыхание, релаксация, простые покачивания и т.д.

3.4. Материально-техническое обеспечение рабочей Программы.

- Соответствие санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам.
- Соответствие правилам пожарной безопасности.
- Средства обучения и воспитания в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями развития детей.
- Оснащённость спортивного зала всем необходимым оборудованием и инвентарём.

3.5. Учебно-методическое обеспечение рабочей Программы.

1. Конвенция о правах ребёнка. Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года. – ООН, 1990.
2. Федеральный закон от 29 декабря 2012г. №273-ФЗ (ред. От 31 декабря 2014г., с изм. от 2 мая 2015г.) «Об образовании в Российской Федерации» .
3. Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации».
4. Распоряжение правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р о Концепции дополнительного образования детей.

3.6. Примерный перечень программ, технологий и пособий:

- Программа «От рождения до школы», под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой;
- Э.Я. Степаненкова – Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка: Учеб. Пособие для студ. Высш. Пед. Учебн. Заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2001.
- Журналы - Инструктор по физической культуре.
- Оздоровительная работа в ДОУ по программе «Остров здоровья»/авт.- сост. Е.Ю. Александрова. – Волгоград: Учитель, 2006.
- Электронные образовательные ресурсы, интернет-ресурсы.
- Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ: из опыта работы / Авт.-сост. О.Н. Моргунова. – Воронеж: ТЦ «Учитель», 2005.
- Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Занятия физической культурой в ДОУ: Основные виды, сценарии занятий. – М.:5 за знания, 2005.
- Л.Д. Глазырина Физическая культура в подготовительной группе детского сада. М.: Владос, 2005.;
- Л.И. Пензулаева Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. М.: Владос, 2002.
- Литвинова О.М. Система физического воспитания в ДОУ.
- Планирование, информационно-методические материалы, разработки занятий и упражнений, спортивные игры. Воронеж: Учитель, 2007.
- Вавилова Е.Н. Развитие основных движений детей 3-7 лет. Система работы. М.: Скрипторий 2003, 2008.

3.7. Приложения к рабочей Программе.

Этапы педагогического взаимодействия детского сада и семьи (в рамках эксперимента).

Взаимодействие ДООУ с семьёй – это объединение общих целей, интересов и деятельности в плане развития гармоничного и здорового ребёнка. Взаимодействие детского сада и семьи в физическом воспитании ребёнка позволяет реализовывать принципы индивидуализации и преемственности, формировать и поддерживать положительную мотивацию у детей к занятиям физическими упражнениями, самостоятельной двигательной деятельности, двигательному творчеству.

В рамках эксперимента, планируем разработать и внедрять – этапы педагогического взаимодействия детского сада и семьи в физическом воспитании на базе МАДОУ ДСКВ «Сказка», с целью формирования у родителей активной воспитательной позиции.

Задачи эксперимента:

1. Определить особенности сотрудничества ДООУ и семьи в физическом воспитании дошкольников в теории и практике.
2. Разработать структурную модель взаимодействия специалистов детского сада с родителями.
3. Разработать и экспериментально проверить организационно-педагогические условия и эффективные технологии сотрудничества детского сада и семьи в физическом воспитании.

Были определены следующие этапы педагогического взаимодействия детского сада и семьи.

I этап. Цель: изучить особенности каждой семьи и установить контакты с родителями воспитанников детского сада.

Задачи:

Первая задача. Изучить особенности семьи.

Для изучения особенностей каждой семьи мы использовали следующие критерии.

1. Социологическая характеристика семьи:

- количество родителей и детей в семье (полная, неполная, опекуны, многодетная, однодетная);
- образовательный уровень;
- социальный состав (служащие, интеллигенция, рабочие, неработающие, бизнесмены).

2. Жилищные условия семьи (хорошие, удовлетворительные, плохие).

3. Психолого-педагогическая компетентность родителей (на основе тестовых методик: «Какие мы родители?», «Понимаем ли мы своих детей?», мини-сочинения «Я - как родитель»).

Вторая задача. Выявить и изучить у родителей уровень знаний и умений в области физического воспитания детей в семье.

Родителям предлагается небольшое тестовое задание.

Уважаемые родители!

Оцените, пожалуйста, по пятибалльной системе Ваши знания и умения в области физического воспитания детей дошкольного возраста.

Третья задача. Изучить удовлетворённость родителей работой детского сада и выявить образовательные потребности родителей.

Родителям будет предложена анкета.

1. Как Вы оцениваете организацию следующих направлений в детском саду?

- соблюдение режима дня;
- формирование культурно-гигиенических навыков;
- закаливание детей;
- организация двигательного режима (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры на прогулке, спортивные досуги и праздники).

Оценки: отлично, хорошо, удовлетворительно.

2. Какие моменты в процессе физического воспитания в условиях детского сада Вас не устраивают? Ваши предложения и замечания.

3. Какие трудности Вы испытываете при организации физического воспитания ребёнка в семье?

- Организация режима дня;
- Формирование культурно-гигиенических навыков;
- Осуществление закаливания ребёнка;
- Организация совместно с ребёнком двигательной деятельности.

4. Какие вопросы физического воспитания и оздоровления детского организма Вас интересуют?

5. В какой форме Вы хотите услышать ответы на Ваши вопросы?

- беседа;
- консультация;
- семинар-практикум;
- игровой тренинг вместе с детьми.

Четвёртая задача. Определить уровень включённости родителей в совместную работу с педагогами детского сада.

Воспитателями заполняется в течение года следующая таблица.

Группа	Количество семей	Уровень участия родителей в мероприятиях детского сада.		
		Высокий "участники"	Средний "заказчики"	Низкий "наблюдатели"
4-5 лет				

Пятая задача. Выявить особенности физического воспитания ребёнка в семье.

Родителям будет предложена анкета.

Уважаемые родители, пожалуйста, подумайте и ответьте на следующие вопросы.

1. Укажите, как проявляется двигательная активность Вашего ребёнка:

- Утренняя гимнастика;
- подвижные игры;
- спортивные игры (элементы баскетбола, бадминтон)
- катание на санках, лыжах, коньках (зимой), катание на велосипеде, самокате (летом).

2. В какие подвижные игры любит играть Ваш ребёнок?

3. Как в домашних условиях ребёнок занимается физическими упражнениями?

- Охотно, с удовольствием;
- не охотно;
- не занимается.

4. Какими физическими упражнениями Вы занимаетесь совместно с ребёнком?

- Утренней гимнастикой;

- ✚ вместе играем в подвижные игры.
- 5. Кто в большей степени влияет на двигательную активность ребёнка в семье?
 - ✓ Отец;
 - ✓ мать;
 - ✓ оба родителя;
 - ✓ братья и сёстры;
 - ✓ никто.
- 6. Как часто Вы занимаетесь физическим воспитанием своего ребёнка?
 - ✓ Систематически;
 - ✓ выходные дни;
 - ✓ не занимаюсь;
 - ✓ затрудняюсь ответить.
- 7. Что мешает Вам активно заниматься физическим воспитанием своего ребёнка?
 - ✓ Дефицит свободного времени;
 - ✓ недостаток знаний и умений в области физического воспитания детей;
- 8. Беседуете ли Вы с ребёнком о пользе физическими упражнениями?
 - ✓ Да;
 - ✓ нет;
 - ✓ иногда.
- 9. Какой физкультурный инвентарь и спортивное оборудование имеется для Вашего ребёнка в доме?
 - 10. С каким инвентарём чаще всего занимается Ваш ребёнок?
 - 11. Как Вы закаляете своего ребёнка дома?
 - ✓ Облегчённая форма одежды на прогулке;
 - ✓ хождение босиком;
 - ✓ обливание ног прохладной водой;
 - ✓ полоскание горла водой комнатной температуры;
 - ✓ прогулка в любую погоду.
 - 12. Что способствует формированию у Вашего ребёнка культурно-гигиенических навыков?
 - ✓ Личный пример;
 - ✓ беседы с ребёнком;
 - ✓ объяснения.
 - 13. Соблюдает ли Ваш ребёнок режим дня? Если не соблюдает, то почему?
 - ✓ Да;
 - ✓ не всегда;
 - ✓ нет.

Благодарим Вас за сотрудничество!

II этап. Цель: психолого-педагогическое просвещение родителей.

Задачи.

1. Осуществить психолого-педагогическое просвещение родителей по вопросам физического воспитания ребёнка в детском саду и семье.
2. Вовлечь родителей в совместную двигательную деятельность с детьми.
3. Помочь отдельным семьям в физическом воспитании ребёнка.
4. Пропагандировать интересный опыт физического воспитания ребёнка в семье.

Формы работы с родителями

Направления в работе	Формы работы
----------------------	--------------

Информационное	Дети раннего возраста	Дети старшего дошкольного возраста
	Индивидуальные	
	Беседы, консультации	Беседы, консультации
	Коллективные	
	Родительские собрания, конференции, семинары-практикумы, тренинги	
Совместное творчество родителей и детей	Наглядно-педагогическая информация	
	Рекламный стенд, тематические выставки, памятки-инструкции, буклеты, видеотека	Рекламный стенд, тематические выставки, памятки-инструкции, буклеты, видеотека, информационные корзины (листки)
	Совместные физкультурные занятия родителей и детей	
	Домашние задания	
	Кодекс взаимоотношений ДООУ и семьи. Фотоальбом «Мы дружим со спортом». Смотр-конкурс «Спортивное древо нашего рода». «копилка достижений ребёнка» «Информационные корзины»	Рукописная книга «Физическая культура в нашей семье». Сочиняем вместе сказку на тему «Физкультура и спорт». Изготовление поделок
	Совместные физкультурные праздники и развлечения.	

III этап. *Цель:* оценить эффективность работы детского сада с родителями.

Показатели эффективности.

1. Появление интереса у родителей к содержанию проводимых форм работы.
2. Увеличение количества вопросов к педагогам.
3. Возникновение дискуссий по инициативе самих родителей.
4. Ответы на вопросы одних родителей другим из опыта работы.
5. Размышления родителей об эффективности используемых методов физического воспитания.
6. Повышение активности родителей на родительских собраниях, конференциях.

**ПЛАН
МЕРОПРИЯТИЙ ПО РАБОТЕ С РОДИТЕЛЯМИ
НА 2020-2021 УЧЕБНЫЙ ГОД**

№ п/п	Наименование мероприятия	Дата проведения	Место проведения	Ответственные
1.	Спортивное развлечение «Супер папа».	Январь	Спортивный зал	Бутова О.В.
2.	Праздник, посвященный дню защитника Отечества «Аты-баты, шли солдаты».	Февраль	Спортивный зал	Инструкторы по физической культуре
3.	«Папа, мама, я – спортивная семья».	Март	КСК «Нефтяник» Спортивный зал	Работники КСК
4.	Спортивный праздник «Детский сад и семья».	Апрель	Спортивный зал	Бутова О.В.
5.	Спортивный праздник, посвящённый Дню Победы.	Май	Спортивный зал	Бутова О.В.
6.	Беседа с родителями на тему: «Летний отдых всей семьёй» (презентация).	Июнь	Презентация в ДОУ	Бутова О.В.
7.	Консультация для родителей «Вместе весело шагать» (семейные походы).	Июль	Спортивная площадка	Бутова О.В.
8.	«Дворовые затеи» (подвижные игры для детей).	Август	Рекомендации в виде листовок Территория детского сада	Бутова О.В.
9.	«Весёлая физкультура в квартире» (рекомендации).	Сентябрь		Бутова О.В.
10.	Шпаргалки для родителей (игры по ориентированию на местности и для развития наблюдательности).	Октябрь	Презентация в ДОУ	Бутова О.В.
11.	Список произведений для семейного чтения по теме «Ты и твоё здоровье» (для чтения родителям).	Ноябрь	Спортивный зал д/с "Сказка"	Бутова О.В.
12.	Игры-эстафеты, соревнования для всей семьи.	Декабрь		Инструктор по физической культуре Бутова О.В.

ПЛАН СПОРТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ, ПОСВЯЩЁННЫХ "ДНЮ СПОРТА"

№ п/п	Наименование мероприятия	Срок проведения	Место проведения	Ответственные
1.	Соревнования по мини-футболу для детей старшего дошкольного возраста.	Январь	Спортивный зал	Бутова О.В.
2.	Спортивный конкурс "Дартс" для детей 6-8 лет.	Февраль	Спортивный зал	Бутова О.В.
3.	Конкурс «Супер мама».	Март	Музыкальный зал	Бутова О.В., Кирилова Т.Г.
4.	Спортивный праздник для детей всех возрастных групп "Ни дня без спорта".	Апрель	Спортивный зал	Бутова О.В.
5.	Соревнования «Весёлые старты» для детей 4-5 лет, 5-6 лет, 6-8 лет.	Май	Спортивная Площадка	Бутова О.В.
6.	Соревнования по спортивному ориентированию на местности среди мальчиков и девочек.	Июнь	Территория детского сада	Бутова О.В.
7.	Спортивный праздник «На спортивную площадку приглашаем, дети, вас!», дети всех возрастных групп. Соревнования «Мяч через сетку».	Июль	Спортивная площадка	Бутова О.В.
8.	Лёгкая атлетика, перетягивание каната для детей старшего дошкольного возраста.	Август	Спортивная площадка	Бутова О.В.
9.	Спортивная программа «Олимпийский калейдоскоп», для детей 6-8 лет.	Сентябрь		Бутова О.В.
10.	Конкурс «Рыцарский турнир»	Октябрь	Спортивный зал	Бутова О.В.
		Ноябрь	Спортивный зал	Бутова О.В.
11.	Новогодний конкурс семейных команд, все возрастные группы	Декабрь	Спортивный зал Спортивный зал	Бутова О.В., Пинькова М.В.

3.8. Используемый перечень программ, технологий и пособий по физическому развитию.

- «Программа от рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.
- Примерное комплексно тематическое планирование к программе «От рождения до школы» средняя группа, старшая группа, подготовительная группа под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.
- Осокина Т.И. Обучение плаванию в детском саду: Кн. для воспитателей дет. сада и родителей / Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, Т.Л. Богина – М.: Просвещение, 2001.
- Протченко Т.А., Семёнов Ю.А. Обучению плаванию дошкольников и младших дошкольников: Практическое пособие. – М.: Айрис-пресс, 2003.
- Е.К. Воронова Программа обучения плаванию в детском саду. – СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2003.
- Глазырина Л.Д. Физическая культура - дошкольникам. М.: Владос, 2004.