

ПРИНЯТА

На педагогическом совете  
МБДОУ «Детский сад № 84»  
Московского района г.Казани  
№ 1 от 31.08.2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ  
«Детский сад № 84»  
Московского района г.Казани

Денисова Т.М.

Приказ от 31.08.2021 г. № 112/о

Рабочая программа  
Инструктора по физической культуре  
Ибрагимовой Резеды Гумеровны  
Программа предназначена для детей с 3 до 7 лет.

Срок освоения программы - 1 год (2022-2023 учебный год)

КАЗАНЬ,  
2022 год

## **СОДЕРЖАНИЕ**

### **I.ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ Пояснительная записка**

- 1.Цели и задачи реализации Рабочей Программы
2. Принципы и подходы к формированию Рабочей Программы
3. Характеристики особенностей развития детей
4. Целевые ориентиры образования

### **II.СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

1. Перспективно-тематическое планирование содержания организованной деятельности по освоению образовательной области "Физическое развитие"
2. Описание основных форм совместной деятельности взрослых и детей
3. Взаимодействие педагога с семьей
- 4.Способы и направления поддержки детской инициативы

### **III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

1. Материально-техническое обеспечение
2. Основные принципы организации среды
3. Основные требования к организации среды
4. Организация режима пребывания детей
5. Система мониторинга освоения Программы
6. Перечень литературных источников

### **I.ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

#### ***Пояснительная записка***

Содержание рабочей программы разрабатывается в соответствии с современными основными документами, регламентирующими деятельность ДОУ. Основная образовательная программа дошкольного образования МБДОУ «Детский сад №84» разработана в соответствии с требованиями к структуре основной образовательной программы Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования. Данная рабочая программа (далее Программа) разработана на основе основной образовательной программы дошкольного образования МБДОУ «Детский сад №84» и ориентирована на реализацию образовательной области «Физическое развитие» по направлению «Физическая культура».

Программа включает три основных раздела: целевой, содержательный и организационный.

Программа состоит из обязательной части и части формируемой участниками образовательных отношений.

**Обязательная часть** Программы разработана с учетом парциальной программы физического воспитания Пензулаевой Л.И. «Физическая культура в детском саду» и авторов программы «От рождения до школы», предполагающих признание самоценности каждого возрастного периода жизни человека, уважение к личности ребенка, создание условий для развития его активности, инициативности, творческого потенциала.

Особенностью обязательной части Программы является: всестороннее физическое воспитание и развитие ребенка: индивидуализация условий физического развития каждого ребенка; предоставление ребенку возможности выбора, как через планирование соответствующих занятий, так и через организацию центров активности; участие семьи. Она учитывает возрастные особенности детей, строится на принципах внимания к потребностям и реакциям детей, создания атмосферы доверия и партнерства. Часть, формируемая участниками образовательных отношений разработана в соответствии с Региональной программой дошкольного образования «Соеенеч» – «Радость познания» под ред. Шаеховой Р.К., 2016г.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений направлена на проектирование социальных ситуаций развития ребенка с использованием средств национальной культуры, обеспечивающих успешную социализацию, мотивацию и поддержку индивидуальности детей через общение на языке татарского народа, в том числе с представителями других национальностей, народную игру, познание родного края и другие формы активности.

Объем первой части программы составляет не менее 60% времени, необходимого для реализации Программы, вторая часть, формируемая участниками образовательных отношений не более 40% общего объема Программы. Программа ориентирована на работу с детьми 3-7 лет: 6 групп общеразвивающей направленности, строится на основе следующего нормативно-правового обеспечения:

***На Федеральном уровне:***

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 30 августа 2013 №1014 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 №28 РФ «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. №1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования.»;

- Письмо Рособрнадзора от 10.09.2013 N 01-50-377/11-555 «О соблюдении прав граждан при предоставлении платных дополнительных образовательных услуг в общеобразовательных организациях, расположенных на территории субъектов Российской Федерации и о нарушениях законодательства Российской Федерации об образовании в части обеспечения государственных прав граждан на получение общедоступного и бесплатного начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования»;

- Законом РТ №44 от 28.07.2004 г. «О государственных языках РТ и других языках в РТ»;

- Приказ Минтруда России №544н от 18 октября 2013 г. Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)». Зарегистрировано в Минюсте 6 декабря 2013 № 30550;

- Конвенция ООН о правах ребёнка;

***На уровне дошкольного учреждения:***

- Образовательная программа МБДОУ «Детский сад №84» - Устав МБДОУ «Детский сад № 84 комбинированного вида» Московского района г.Казани

- Лицензия на право ведения образовательной деятельности № 6396 от 06.05.2015г.

- Программа воспитания Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 84 комбинированного вида с татарским языком обучения и воспитания» Московского района г.Казани

- Содержание коррекционно-развивающей работы по физическому развитию дошкольников 4-7 лет в данной программе полностью соответствует содержанию образовательной области «Физическое развитие» «Образовательной программы дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (тяжёлым нарушением речи «Примерной адаптированной программы коррекционно-развивающей работы в группе компенсирующей направленности для детей с тяжёлыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) 3 до 7 лет» (автор Н.В.Нищева),

**1.Цели и задачи реализации** Рабочей Программы Программа обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей и должна быть направлена на решение следующих задач:

1) охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;

2) обеспечения равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);

3) обеспечения преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ различных уровней (далее - преемственность основных образовательных программ дошкольного и начального общего образования);

4) создания благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;

5) объединения обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;

6) формирования общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирования предпосылок учебной деятельности;

7) обеспечения вариативности и разнообразия содержания Программы и организационных форм дошкольного образования, возможности формирования Программ различной направленности с учетом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей;

8) формирования социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;

9) обеспечения психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;

10) квалифицированная коррекция недостатков в физическом и психическом развитии детей с нарушениями в развитии речи;

11) обучение русских детей и детей других национальностей татарскому языку, подвижным играм, используя УМК; НРК

12) формирование основ патриотического воспитания с учетом возрастных категории детей гражданственности, уважение к правам, свободам человека, любви к окружающей природе, Родине, семье.

Программа формируется как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (объем, содержание и планируемые результаты в виде целевых ориентиров дошкольного образования).

Программа направлена на:

- создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности;

- на создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей. Для достижения целей Программы первостепенное значение имеют: -забота о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном всестороннем развитии каждого ребенка;

- создание в группе атмосферы гуманного и доброжелательного отношения ко всем воспитанникам, что позволяет растить их общительными, добрыми и любознательными, инициативными, стремящимися к самостоятельному творчеству;
- максимальное использование различных видов детской деятельности, их интеграция в целях повышения эффективности воспитательно-образовательного процесса;
- творческая организация воспитательно-образовательного процесса;
- вариативность использования образовательного материала, позволяющая развивать творчество в соответствии с интересами и наклонностями каждого ребенка;
- уважительное отношение к результатам детского творчества;
- единство подходов в воспитании детей в условиях дошкольного образовательного учреждения и семьи;
- соблюдение в работе детского сада и начальной школы преемственности, исключающей умственные и физические перегрузки в содержании образования детей дошкольного возраста, обеспечивая отсутствие давления предметного обучения.
- определяет основные направления, условия и средства развития ребенка в музыкальной деятельности, как одного из видов продуктивной деятельности детей дошкольного возраста, их ознакомления с миром музыкального искусства в условиях детского сада и направлена на формирование общей культуры.

## **2. Принципы и подходы к формированию Рабочей Программы**

- принцип развивающего образования, целью которого является развитие ребенка. Развивающий характер образования реализуется через деятельность каждого ребенка в зоне его ближайшего развития;
- сочетание принципа научной обоснованности и практической применимости. Содержание программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики;
- соответствие критериям полноты, необходимости и достаточности, то есть позволять решать поставленные цели и задачи только на необходимом и достаточном материале, максимально приближаться к разумному «минимуму»;
- единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста;
- принцип интеграции образовательных областей: социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.
- в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей;
- комплексно-тематический принцип построения образовательного процесса;

- решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;

- построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми.

Основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра.

- принципы гуманизации, дифференциации и индивидуализации, непрерывности и системности образования. Отражение принципа гуманизации в образовательной программе означает:

— признание уникальности и неповторимости личности каждого ребенка;

— признание неограниченных возможностей развития личного потенциала каждого ребенка;

— уважение к личности ребенка со стороны всех участников образовательного процесса.

Дифференциация и индивидуализация воспитания и обучения обеспечивает развитие ребенка в соответствии с его склонностями, интересами и возможностями. Осуществляется этот принцип через создание условий для воспитания и обучения каждого ребенка с учетом индивидуальных особенностей его развития.

Реализация принципа непрерывности образования требует связи всех ступенек дошкольного образования, начиная с раннего и младшего дошкольного возраста до старшей и подготовительной к школе групп. Приоритетом с точки зрения непрерывности образования является обеспечение к концу дошкольного детства такого уровня развития каждого ребенка, который позволит ему быть успешным при обучении по программам начальной школы. Соблюдение принципа преемственности требует не только и не столько овладения детьми определенным объемом информации, знаний, сколько формирование у дошкольника качеств, необходимых для овладения учебной деятельностью - любознательности, инициативности, самостоятельности, произвольности и др.

Чтобы отвечать принципу системности, Основная образовательная программа представляет собой целостную систему высокого уровня: все компоненты в ней взаимосвязаны и взаимозависимы.

Содержание образовательной программы основывается на положениях культурно-исторической теории Л.С.Выготского и отечественной научной психолого-педагогической школы о закономерностях развития ребенка в дошкольном возрасте и обеспечивать в целом:

- сохранение и укрепление здоровья воспитанников;
- формирование у детей адекватной уровню образовательной программы целостной картины мира;
- интеграцию личности воспитанника в национальную, российскую и мировую культуру;
- формирование основ социальной и жизненной адаптации ребенка;

- развитие позитивного эмоционально-ценностного отношения к окружающей среде, практической и духовной деятельности человека;
- развитие потребности в реализации собственных творческих способностей.

### **3. Характеристики особенностей развития детей**

#### **Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)**

В возрасте 3 – 4 лет ребенок постепенно выходит за пределы семейного круга. Его общение становится внеситуативным. Взрослый становится для ребёнка не только членом семьи, но и носителем определённой общественной функции. Желание ребёнка выполнять такую же функцию приводит к противоречию с его реальными возможностями. Это противоречие разрешается через развитие игры, которая становится ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте.

Главной особенностью игры является её условность: выполнение одних действий с одними предметами предполагает их отнесённость к другим действиям с другими предметами.

Основным содержанием игры младших дошкольников являются действия с игрушками и предметами-заместителями. Продолжительность игры небольшая.

Младшие дошкольники ограничиваются игрой с одной двумя ролями и простыми, неразвёрнутыми сюжетами. Игры с правилами в этом возрасте только начинают формироваться.

Особенности физического развития у детей данной возрастной группы. На 4-м году жизни возрастает стремление действовать самостоятельно. В то же время внимание у детей неустойчиво, они отвлекаются и часто переходят от одного вида деятельности к другому. В этом возрасте ребёнок обладает уже сравнительно большим запасом двигательных умений и навыков, но он ещё не заботится о результатах своих действий, поглощён самим процессом движений, их эмоциональной стороной. Вместе с тем движения детей постепенно приобретают всё более преднамеренный характер.

Ребёнок уже в состоянии повторять движение по своему усмотрению или по предложению воспитателя, различать некоторые его способы, соблюдать нужное направление. Детям этого возраста свойственно желание включаться в новые и разнообразные виды движений. Сочетая различные действия, ребёнок может соблюдать определённую их последовательность.

Формирование двигательных навыков и умений продолжается на основе подражания. Ребёнок более сознательно следит за воспитателем, когда он даёт образец движений, выслушивает пояснения. Он лучше воспринимает объяснения в форме диалога, направленного на изложение предстоящих действий.



### **Средняя группа (от 4 до 5 лет)**

В игровой деятельности детей среднего дошкольного возраста появляются ролевые взаимодействия. Они указывают на то, что дошкольники начинают отделять себя от принятой роли. В процессе игры роли могут меняться не ради них самих, а ради смысла игры. Происходит разделение игровых и реальных взаимодействий детей.

Развиваются ловкость, координация движений. Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники, удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Усложняются игры с мячом.

Увеличивается устойчивость внимания. Ребёнку оказывается доступной сосредоточенная деятельность в течение 15 – 20 минут. Он способен удерживать в памяти при выполнении каких-либо действий несложное условие.

У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к их повышенной обидчивости на замечания. Повышенная обидчивость представляет собой возрастной феномен. Взаимоотношения со сверстниками характеризуются избирательностью, которая выражается в предпочтении одних детей другим. Появляются постоянные партнёры по играм. В группах начинают выделяться лидеры. Появляются конкурентность, соревновательность. Последняя важна для сравнения себя с другим, что ведёт к развитию образа Я ребёнка, его детализации.

Основные достижения возраста связаны с развитием игровой деятельности; появлением ролевых и реальных взаимодействий; с развитием изобразительной деятельности; конструированием по замыслу, планированием; совершенствованием восприятия, развитием образного мышления и воображения, эгоцентричностью познавательной позиции; развитием памяти, внимания, речи, познавательной мотивации, совершенствования восприятия; формированием потребности в уважении со стороны взрослого, появлением обидчивости, конкурентности, соревновательности со сверстниками, дальнейшим развитием образа Я ребёнка, его детализацией.

Особенности физического развития у детей данной возрастной группы. Ребёнок 5-го года жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испытать свои силы в сложных видах движений и физкультурных упражнений. У детей возникает потребность в двигательных импровизациях. Они берутся за выполнение любой двигательной задачи, но они ещё не умеют соразмерять свои силы, учитывать свои реальные возможности. Убедившись в непосильности выполнения двигательного действия, ребёнок прерывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения. Но при этом он искренне убеждён в том, что выполнил движение полностью. Растущее двигательное воображение становится в этом возрасте одним из стимулов обогащения моторики детей разнообразными способами действий. Дети хорошо различают виды движений, частично овладевают умением выделять некоторые их элементы. Развивается способность воспринимать, представлять, анализировать и оценивать последовательность и качество своих действий. Всё это обуславливает вполне преднамеренный и произвольный характер движений детей. Возникает интерес к результатам движения, правильности его выполнения, соответствию образцу. Дальнейшее совершенствование двигательных умений и навыков обусловлено уровнем развития тех физических качеств, без которых они не могут проявляться достаточно правильно и эффективно.

Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений. В результате расширяются и обогащаются двигательные возможности детей, возрастают их физические силы. Возникает психологическая готовность к выполнению сложных двигательных действий и проявлению определённых волевых усилий. Наряду с игрой побудительным мотивом двигательной деятельности выступает мотив усвоения новых умений и навыков, закрепления их. В результате закладываются прочные основы школы движений, повышения работоспособности и физической подготовленности.

### **Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

Дети шестого года жизни уже могут распределять роли до начала игры и строить своё поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей и по содержанию, и интонационно взятой роли. Речь, сопровождающая реальные отношения детей, отличается от ролевой речи. Дети начинают осваивать социальные отношения и понимать подчинённость позиций в различных видах деятельности взрослых, одни роли становятся для них более привлекательными, чем другие. При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные с субординацией ролевого поведения. Наблюдается организация игрового пространства, в котором выделяются смысловой «центр» и «периферия». Действия детей в играх становятся разнообразными.

Особенности физического развития у детей данной возрастной группы. Двигательная деятельность ребенка становится все более многообразной. Дети уже достаточно хорошо владеют основными движениями, им знакомы различные гимнастические упражнения, подвижные игры; начинается освоение разнообразных способов выполнения спортивных упражнений многих видов. Возрастают проявления самостоятельности, возникают творческие поиски новых способов действий, их комбинаций и вариантов. Начинают создаваться небольшие группки по интересу к тому или иному виду упражнений. На 6-м году жизни ребенка его движения становятся всё более осознанными и носят преднамеренный характер. Развивается способность понимать задачу, поставленную воспитателем, самостоятельно выполнять указания педагога.

Дети обращают внимание на особенности разучиваемых упражнений, пытаются выяснить, почему следует проделывать их так, а не иначе. Во время объяснения у ребенка возникает мысленное представление о движении, его направлении, последовательности составных частей. Дети постепенно овладевают умением планировать свои практические и игровые действия, стремятся к их результативности. Оценка ребенком движений, как своих, так и товарищей, приобретает более развернутый и обоснованный характер, что обуславливает большую её объективность.

Стремясь к правильной оценке, дети начинают понимать связь между способом движения и полученным результатом. Дети начинают упражняться в движениях по своей инициативе, многократно повторять их без напоминаний, пытаясь освоить то, что не получается. При этом они довольно настойчиво преодолевают трудности. Растет уровень физической подготовленности дошкольников, создаются прочные

психологические и физиологические основания для повышения их работоспособности путем целенаправленного развития двигательных качеств.

В результате регулярных занятий физической культурой, организованных воспитателем и самостоятельных, а также благодаря двигательной активности детей в повседневной жизни и играх повышается уровень развития их физических сил и возможностей, двигательных качеств и работоспособности. Для старших дошкольников характерно стремление к совершенствованию в двигательной деятельности.

### **Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет).**

В сюжетно-ролевых играх дети подготовительной к школе группы начинают осваивать сложные взаимодействия людей, отражающие характерные значимые жизненные ситуации. Игровые действия детей становятся более сложными, обретают особый смысл, который не всегда открывается взрослому. Игровое пространство усложняется. В нем может быть несколько центров, каждый из которых поддерживает свою сюжетную линию. При этом дети способны отслеживать поведение партнеров по всему игровому пространству и менять своё поведение в зависимости от места в нем.

Продолжает развиваться внимание дошкольников, оно становится произвольным. В некоторых видах деятельности время произвольного сосредоточения достигает 30 минут.

Особенности физического развития у детей данной возрастной группы. Дети 6 лет активны. Они умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны. Ребёнок умеет их сочетать в зависимости от окружающих условий. На 7-м году у ребёнка возрастает способность к различению пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, едет на велосипеде и т.п. Они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма.

Ребёнок прослеживает движение последовательно, выделяет (с помощью взрослого) разные его фазы, пытается объяснить их значение для качественного и количественного результатов движения. Всё это способствует образованию ясных представлений о движениях, ведёт к овладению детьми техникой сложных по координации движений. Дети всё чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качества движений. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания. Начинает интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела, например, ног, головы, кистей и пальцев рук и др.

У ребёнка постепенно вырабатывается эстетическое отношение к ритмичным, ловким и грациозным движениям. Он начинает воспринимать красоту и гармонию. Многих детей привлекает результат движений, возможность помериться силой и ловкостью со

сверстниками. Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движений. Нередко для ребёнка наиболее привлекательны те упражнения, которые у него лучше получаются.

#### **1.4. Целевые ориентиры образования**

Целевые ориентиры образования в раннем возрасте: ребенок 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 ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.).

#### **Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования**

##### **Общие положения**

Специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребёнка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребёнка к концу дошкольного образования.

##### ***Целевые ориентиры:***

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

- не являются непосредственным основанием при оценке качества образования.

Целевые ориентиры выступают основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования. При соблюдении требований к условиям реализации Программы настоящие целевые ориентиры предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования. Содержание основных (ключевых) характеристик развития личности ребенка

Реализация образовательных целей и задач Программы направлена на достижение целевых ориентиров дошкольного образования, которые описаны как основные (ключевые) характеристики развития личности ребенка.

Основные (ключевые) характеристики развития личности представлены в виде характеристик возможных достижений воспитанников на этапе завершения дошкольного образования и являются определенным отражением образовательных воздействий при реализации основных образовательных областей:

- социально – коммуникативное развитие;
- познавательное развитие;
- речевое развитие;
- художественно – эстетическое развитие;
- физическое развитие.

К 7 годам, по завершению дошкольного образования , ребенок способен:

- использовать основные культурные способы деятельности;
- принимать собственные решения, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.
- проявлять инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности – игре, общении, конструировании и др.; выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;
- проявлять положительное отношение к миру, другим людям и самому себе; чувство собственного достоинства; адекватно проявлять свои чувства (в том числе чувство веры в себя), сопереживать неудачам и сорадоваться успехам других;
- активно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми и участвовать в совместных играх, стараясь продуктивно разрешать конфликты, договариваясь, учитывая интересы и чувства других;
- следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, проявляя способность к волевым усилиям;
- проявлять развитое воображение в разных видах деятельности, и, прежде всего, в игре;
- выражать свои мысли и желания, демонстрируя достаточно хорошее владение устной речью; использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний в ситуации общения; – контролировать свои движения и управлять ими;

- соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены.

К основным (ключевым) характеристикам возможных достижений воспитанников относится также то, что на этапе завершения дошкольного образования ребѐнок:

- владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- проявляет любознательность, задаѐт 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 живѐт; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; у него складываются предпосылки грамотности;
- подвижен, вынослив, владеет основными движениями, у него развита крупная и мелкая моторика.

Все перечисленные выше характеристики являются необходимыми предпосылками для перехода на следующий уровень начального общего образования, успешной адаптации к условиям жизни в общеобразовательной организации и требованиям образовательной деятельности.

Степень реального развития этих характеристик и способности ребенка их проявлять к моменту перехода на следующий уровень образования может существенно варьировать у разных детей в силу различий в условиях жизни и индивидуальных особенностей развития конкретного ребенка.

Планируемые результаты освоения Программы конкретизируют требования ФГОС ДО к целевым ориентирам в обязательной части и части, формируемой ДОУ, с учетом возрастных возможностей и индивидуальных различий (индивидуальных траекторий развития) детей.

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и непроизвольность), а также системные особенности дошкольного образования (необязательность уровня дошкольного образования в РФ, отсутствие возможности вменения ребенку какой-либо ответственности за результат) делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений и обуславливают необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

Целевые ориентиры дошкольного образования представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования и являются ориентирами для:

- решения задач формирования Программы;
- анализа профессиональной деятельности;
- взаимодействия с семьями воспитанников;

- изучения характеристик образования детей в возрасте от 2 месяцев до 8 лет;
- информирования родителей (законных представителей) и общественности относительно целей дошкольного образования, общих для всего образовательного пространства РФ;
- преемственности дошкольного и начального общего образования.

Таким образом, целевые ориентиры настоящей Программы базируются на ФГОС ДО и целях и задачах, обозначенных в пояснительной записке к программе, и в той части, которая совпадает со Стандартами, даются по тексту ФГОС.

В программе, как и в ФГОС, целевые ориентиры даются для детей раннего возраста и для старшего дошкольного возраста (на этапе завершения дошкольного образования).

Целевые ориентиры предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок к учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования. Целевые ориентиры образования в раннем возрасте:

- ребенок 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 ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.)

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;

- ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;

- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;

- ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;

- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;

- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;

- ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать.

- Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.;

ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

В соответствии с ФГОС к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования планируемые результаты освоения детьми ООП делятся на промежуточные и итоговые (сентябрь, май).

### **Что осваивает ребенок.**

#### ***Возраст от 3 до 5 лет***

1. Порядковые упражнения (построения и перестроения, повороты в движении).

2. Общеразвивающие упражнения: - исходные положения; - одновременные и поочередные движения рук и ног, махи, вращения рук;

- темп (медленный, средний, быстрый).

3. Основные движения:

- в беге активный толчок и вынос маховой ноги;

- в прыжках энергичный толчок и мах руками вперед вверх;

- в метании исходное положение, замах;



- в лазании чередующийся шаг при подъеме на гимнастическую стенку одноименным способом.

4. Подвижные игры:

- правила игр;
- функции водящего.

5. Спортивные упражнения:

- на лыжах скользящий шаг, повороты на месте, подъемы на гору;
- в плавании погружение в воду, попеременные движения ног, игры в воде.

6. Ритмические движения:

- танцевальные позиции (исходные положения);
- элементы народных танцев;
- ритм и темп движений;
- элементы простейшего перестроения по музыкальному сигналу.

**Минимальные результаты**

Бег на 30 м .....9,5 -10 сек

Прыжки в длину с места..... 0,5 м

Бросание предмета: весом 80 г..... 5 м

весом 100 г.....5,5 м

Бросание набивного мяча из-за головы двумя руками.....1,3 м

Прыжки вверх с места..... 0,2 м

Прыжки в глубину.....0,4 м

**Двигательные умения.**

Самостоятельно перестраиваться в звенья с опорой на ориентиры, сохранять исходное положение.

Четко выполнять повороты в стороны, выполнять общеразвивающие упражнения в заданном темпе.

Четко соблюдать заданное направление, выполнять упражнение с напряжением (не сгибать руки в локтях, ноги в коленях).

Сохранять правильную осанку во время ходьбы, заданный темп (быстрый, средний, медленный), сохранять равновесие после вращений или в заданных положениях (стоя на одной ноге, вторая согнута в колене вперед, в сторону; стоя на набивном мяче).

Выполнять разные виды бега, быть ведущим колонны; при беге парами соизмерять свои движения с движениями партнера;

Энергично отталкиваться, мягко приземляться с сохранением равновесия.

Ловить мяч с расстояния 1,5 м, отбивать его об пол не менее 5 раз подряд.

Принимать исходное положение при метании, ползать разными способами; подниматься по гимнастической стенке чередуясь шагом, не пропуская реек, до 2 м.

С разбега скользить по ледяным дорожкам, надевать, снимать лыжи, переносить их под рукой;

Передвигаться по лыжне скользящим шагом, подниматься на горку ступающим шагом, «полуелочкой»;

Двигаться ритмично, в соответствии с характером и темпом музыки.

### **Старший дошкольный возраст от 5 лет до 7 лет**

#### ***Шестой год жизни***

Что осваивает ребенок

1. Порядковые упражнения: порядок построения в шеренгу, способы перестроения в 2 и 3 звена.

2. Общеразвивающие упражнения:

- способы выполнения упражнений с различными предметами,
- направления и последовательность действий отдельных частей тела,

3. Основные движения:

- вынос голени маховой ноги вперед в скоростном беге,
- равномерный бег в среднем и медленном темпе,
- способы выполнения прыжков в длину и высоту с разбега, прыжки со скакалкой,
- «школу мяча», способы метания в цель и вдаль,
- лазание одноименным и разноименным способами.

4. Подвижные и спортивные игры:

- правила игр,
- способы выбора ведущего.

5. Спортивные упражнения:

- скользящий лыжный ход,

#### ***Минимальные результаты:***

Бег на 30 м . . . . . 7,9 - 7,5 сек

Прыжок в длину с места. . . . . 80 - 90 см

Прыжок в длину с разбега . . . . . 130 - 150 см

Прыжок в высоту. . . . . 40 см

Прыжок вверх с места. . . . . 25 см  
Прыжок в глубину. . . . . 40 см  
Метание предмета: весом 200 г. . . . . 3,54 м  
весом 80 г. . . . . 7,5 м  
Метание набивного мяча. . . . . 2,5 м

### **Двигательные умения.**

Сохранять дистанцию во время ходьбы и бега.

Выполнять упражнения с напряжением, в заданном темпе и ритме, выразительно, с большой амплитудой, в соответствии с характером и динамикой музыки.

Ходить энергично, сохраняя правильную осанку; сохранять равновесие при пере движении по ограниченной площади опоры.

Энергично отталкиваться и выносить маховую ногу вверх в скоростном беге.

Точно выполнять сложные подскоки на месте, сохранять равновесие в прыжках в глубину, прыгать в длину и высоту с разбега, со скакалкой.

Выполнять разнообразные упражнения с мячами («школа мяча»), свободно, ритмично, быстро подниматься и спускаться по гимнастической стенке.

Самостоятельно провести знакомую подвижную игру.

Выбивать городки с кона и полукона.

Вести, передавать и забрасывать мяч в корзину, знать правила игры.

Передвигаться на лыжах переменным шагом.

### **Седьмой год жизни.**

#### ***Что осваивает ребенок***

1. Порядковые упражнения: способы перестроения.

2. Общеразвивающие упражнения:

- разноименные и одноименные упражнения;
- темп и ритм в соответствии с музыкальным сопровождением;
- упражнения в парах и подгруппах;

3. Основные движения:

- в беге работу рук;
- в прыжках плотную группировку,

- устойчивое равновесие при приземлении;
- в метании энергичный толчок кистью, уверенные и разнообразные действия с мячом;
- в лазании ритмичность при подъеме и спуске.

#### 4. Подвижные и спортивные игры:

- правила игр;
- способы контроля за своими действиями;
- способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр.

#### 5. Спортивные упражнения:

- скользящий переменный шаг по лыжне, технику подъема и спуска в низкой и высокой стойке;

#### **Минимальные результаты**

Бег 30 м. . . . .	7,2 сек
Прыжок в длину с места . . . . .	100 см
Прыжок в длину с разбега . . . . .	180 см
Прыжок в высоту с разбега. . . . .	50 см
Прыжок вверх с места. . . . .	30 см
Метание предметов: весом 250 г. . . . .	6,0 м
весом 80 г. . . . .	8,5 м
Метание набивного мяча. . . . .	3,0 м

#### **Двигательные умения**

Самостоятельно, быстро и организованно строиться и перестраиваться во время движения.

Выполнять общие упражнения активно, с напряжением, из разных исходных положений,

Выполнять упражнения выразительно и точно, в соответствии с музыкальной фразой или указаниями.

Сохранять динамическое и статическое равновесие в сложных условиях.

Сохранять скорость и заданный темп бега.

Ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления.

Отбивать, передавать, подбрасывать мяч разными способами. Точно поражать цель (горизонтальную, вертикальную, кольцеброс и другие).

Энергично подтягиваться на скамейке различными способами.

Быстро и ритмично лазать по наклонной и вертикальной лестнице; лазать по канату (шесту) способом «в три приема».

Организовать игру с подгруппой сверстников.

Забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении.

Контролировать свои действия в соответствии с правилами.

Вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы.

Правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола,

Выполнять попеременный двухшаговый ход на лыжах с палками, подъемы и спуски с горы.

Сохранять равновесие, «стойку конькобежца» во время движения.

Отталкиваться одной ногой, катаясь на самокате.

### **Особенности оценки основных (ключевых) характеристик развития личности ребенка**

Освоение примерной основной образовательной программы не сопровождается проведением промежуточной и итоговой аттестаций воспитанников.

Оценка индивидуального развития детей может проводиться педагогом в ходе внутреннего мониторинга становления основных (ключевых) характеристик развития личности ребенка, результаты которого могут быть использованы только для оптимизации образовательной работы с группой дошкольников и для решения задач индивидуализации образования через построение образовательной траектории для детей, испытывающих трудности в образовательном процессе или имеющих особые образовательные потребности.

Мониторинг осуществляется в форме регулярных наблюдений педагога за детьми в повседневной жизни и в процессе непосредственной образовательной работы с ними.

В качестве показателей оценки основных (ключевых) характеристик развития личности ребенка выделены внешние (наблюдаемые) проявления этих характеристик у ребенка в поведении, в деятельности, во взаимодействии со сверстниками и взрослыми, которые отражают становление этой характеристики на протяжении всего дошкольного возраста.

Для построения развивающего образования система мониторинга становления основных (ключевых) характеристик развития личности ребенка учитывает необходимость организации образовательной работы в зоне его ближайшего развития. Поэтому диапазон оценки выделенных показателей определяется уровнем развития интегральной характеристики - от возможностей, которые еще не доступны ребенку, до способности проявлять характеристики в самостоятельной деятельности и поведении.

Общая картина по группе позволит выделить детей, которые нуждаются в особом внимании педагога и в отношении которых необходимо скорректировать, изменить способы взаимодействия. Данные мониторинга должны отражать динамику становления основных (ключевых) характеристик, которые развиваются у детей на протяжении всего образовательного процесса. Прослеживая динамику развития

основных (ключевых) характеристик, выявляя, имеет ли она неизменяющийся, прогрессивный или регрессивный характер, можно дать общую психолого-педагогическую оценку успешности воспитательных и образовательных воздействий взрослых на разных ступенях образовательного процесса, а также выделить направления развития, в которых ребенок нуждается в помощи.

Выделенные показатели отражают основные моменты развития дошкольников, те характеристики, которые складываются и развиваются в дошкольном детстве и обуславливают успешность перехода ребенка на следующий возрастной этап. Поэтому данные мониторинга – особенности динамики становления основных (ключевых) характеристик развития личности ребенка в дошкольном образовании – окажут помощь и педагогу начального общего образования для построения более эффективного взаимодействия с ребенком в период адаптации к новым условиям развития на следующем уровне образования.

Планируемые результаты в части, формируемой участниками образовательных отношений (парциальные программы):  
**Этнокультурная составляющая:**

1) Ребенок обладает начальными знаниями о своей стране – РФ, о Республике Татарстан: о народах проживающих в республике, о его природном и социальном мире, знаком с произведениями детской литературы писателей и поэтов РТ, с работами художников РТ.

2) Ребенок знает и проявляет интерес к изучению татарского (русского языка); подвижных игр; татарских праздниках; у него сформированы первоначальные умения и навыки практического владения татарским (русским) языком в устной форме; умеет воспринимать и понимать татарскую(русскую) речь на слух; говорит по-татарски (по-русски) в пределах доступной им тематики, усвоенных слов, грамматических форм, синтаксических конструкций и несложных образцов связной речи.

Рабочая программа по физической культуре предполагает проведение физкультурной организованной образовательной деятельности (ООД) 2 раза в неделю в каждой возрастной группе соответствиями с требованиями СанПин

Возрастная группа	Продолжительность занятий	Количество часов	
		В неделю	В год
Младшая группа	15 мин.	2	72
Средняя группа	20 мин.	2	72
Старшая группа	25 мин.	2	72
Подготовительная к школе группа	30 мин.	2	72

## **II СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

2.1. Перспективно-тематическое планирование содержания организованной деятельности по освоению образовательной области "Физическое развитие"

Содержание психолого-педагогической работы по освоению детьми образовательных областей «Физическое развитие», «Социальнокоммуникативное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие» ориентировано на развитие физических, интеллектуальных и личностных качеств детей.

Задачи психолого-педагогической работы по формированию физических, интеллектуальных и личностных качеств детей решаются интегрированно в ходе освоения всех образовательных областей наряду с задачами, отражающими специфику каждой образовательной области, с обязательным психологическим сопровождением, в соответствии с возрастом детей основными направлениями их развития.

Задачи образовательных областей по направлениям решаются во время образовательной деятельности:

- на специально организованных формах обучения (ОД);
- в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательной, 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. Физическое развитие.

**Цель:** формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие

**Задачи:**

- 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. Здоровье детей является главным условием и показателем личностно-направленного образования.

Оздоровительные мероприятия в подготовительной группе включают следующие приемы:

**Традиционные:**

- создание гигиенических условий;
- обеспечение чистого воздуха;

- рациональное сочетание температуры воздуха и одежды детей;
- закаливание воздухом;
- хождение босиком, в помещении и на улице;
- «Дорожки здоровья»; - водные процедуры: умывание холодной водой;
- полоскание рта и горла, водой комнатной температуры;
- солнечные ванны (летом). Нетрадиционные:
- психогимнастика, положительное (позитивное) мышление;
- смехотерапия;
- музотерапия;
- сказкотерапия;
- куклотерапия;
- пескотерапия;
- ритмическая гимнастика;
- оздоровительный бег на свежем воздухе;
- дыхательная гимнастика на свежем воздухе;
- физкультурные занятия, а также они способствуют формированию двигательных навыков и основных физических качеств детей (гибкость, быстрота, выносливость, сила, ловкость).

#### **Возраст от 3 до 4 лет.**

##### ***Задачи воспитателя:***

- Продолжать сохранять и укреплять здоровье детей;
- Учить детей согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп;
- Учить детей реагировать на сигнал и действовать в соответствии с ним;
- Учить детей самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя выполнять физические упражнения;
- Принимать активное участие в подвижных играх;
- Направленно развивать скоростно-силовые качества детей.

##### ***Содержание физических упражнений***

Построения: свободное, врассыпную, в полукруг, в колонну по одному, по два (парами), в круг.



Перестроение: из колонны в 2—3 звена по ориентирам.

Повороты, переступая на месте.

Исходные положения: стоя, ноги слегка расставив, сидя, лежа, стоя на коленях.

Положения и движения головы: вверх, вниз, повороты направо, налево (3—4 раза).

Положения и движения рук (одновременные, однонаправленные): вперед—назад, вверх, в стороны; махи (вперед—назад, перед собой, над головой), сжимание—разжимание пальцев (5—6 раз).

Положения и движения туловища: наклоны (вперед, влево, вправо), повороты (влево, вправо) — 3—4 раза.

Положения и движения ног: приседания, подскоки на месте (20—25 раз каждое).

Ходьба и упражнения в равновесии: ходьба обычная, на носках, на месте с высоким подниманием бедра («стайкой», в колонне по одному, парами, в разных направлениях, за ведущим по ориентирам; с заданиями: ходьба по кругу, «змейкой», с остановками, с приседанием, с изменением темпа; ходьба между линиями, шнурами, по доске (длина 2—3 м, ширина 20 см); то же с перешагиванием предметов (ширина 10—15 см), рейки лестницы; ходьба по наклонной доске (ширина 30—35 см, приподнята на 20 см).

Бег: «стайкой», враспынную, в колонне по одному, парами,\* по прямой и «змейкой», с остановками, между предметами, с ускорением и замедлением (с изменением темпа); бег на скорость (15—20 м), в медленном темпе.

Прыжки: на месте, с продвижением вперед (2—3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов и между ними; прыжки в глубину (20—25 см); прыжки в длину с места (до 50 см); прыжки в высоту с места: через линию, шнур, предмет (высота 5 см), через линии (4—6) поочередно.

Катание, бросание, ловля: катание мяча двумя руками друг другу (расстояние 1,5 м), под дуги (ширина 50—60 см), между предметами; ловля мяча, брошенного взрослым (расстояние 70—100 см); бросание мяча вверх, отбивание мяча об пол 2—3 раза подряд; метание предметов на дальность (не менее 2,5 м), в вертикальную цель (расстояние 1—1,5 м), в горизонтальную цель (расстояние 1,5—2 м).

Ползание и лазание: ползание на четвереньках по прямой (расстояние 3—6 м), «змейкой» между предметами (4—5 предметов), по наклонной доске; подлезание под скамейку (прямо и боком), под дуги (высота 40 см); перелезание через бревно; лазание по лесенкестремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).

Ходьба, бег под музыку в заданном темпе, выполнение упражнений с предметами (лентами, флажками, платочками, султанчиками) в соответствии с характером музыки.

Катание на санках кукол, друг друга с невысоких горок.

Подвижные игры с ходьбой, бегом, прыжками, подлезанием и лазанием, бросанием и ловлей. выполнять упражнения в заданном темпе; активно включаться в игры, выполнять основные правила игры.

**Средний возраст от 4 до 5 лет.**

**Задачи воспитателя:**

- Учить детей воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнения;
- Добиваться уверенного и активного выполнения основных элементов техники движений (общеразвивающие упражнения, основные движения, спортивные упражнения);
- Приучать детей оценивать движения сверстников и замечать их ошибки;
- Соблюдать и контролировать правила в подвижных играх;
- Побуждать детей к самостоятельному проведению подвижных игр и упражнений;
- Закреплять умения по ориентировке в пространстве;
- Целенаправленно развивать скоростно-силовые качества (преимущественно на основе силовых упражнений).

**Содержание физических упражнений.**

Построение в колонну по одному по росту.

Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего.

Перестроение в звенья на ходу,

Повороты направо, налево и кругом на месте, переступанием.

Исходные положения: стоя, стоя на левом, правом колене, сидя (ноги вперед, врозь, на пятках), лежа (на спине, на животе),

Положения и движения головы: вверх, вниз, повороты в сторону (4-5 раз), наклоны.

Положения и движения рук: однонаправленные и поочередные вверх вниз, смена рук; махи рук (вперед назад, перед собой), вращения (одновременные двумя руками вперед назад); сжатие и разжимание пальцев, вращение кистей рук (7 - 8 раз).

Положения и движения туловища: повороты, наклоны (вправо, влево, вперед), 4-5 раз,

Положения и движения ног: приседания (до 20), подскоки на месте (30х3=90).

Упражнения с отягощающими предметами: мешочек с песком (100 г), набивной мяч (0,5 кг).

Ходьба и равновесие: ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стопы, в полуприсяде, с поворотами, с заданиями (руки на поясе, к плечам, в стороны, за спину и т. д.); ходьба с перешагиванием через предметы (высота 15-20 см), по наклонной доске (высота 30 см, ширина 25 см), с предметами в руках, на голове, без предметов (высота 35-40 см, ширина 30 см); ходьба спиной вперед (2-3 м), «змейкой», со сменой темпа; ходьба приставным шагом, по шнуру и бревну (высота 20-25 см, ширина 10 см), с мешочком на голове. 40

Бег: в колонне по одному и парами, «змейкой» между предметами, со сменой ведущего и сменой темпа, между линиями (расстояние 30-90 см), с высоким подниманием колен; бег со старта из разных исходных позиций (стоя, стоя на коленях и др.); бег на скорость (15-20 м, 2-3 раза), в медленном темпе (до 2 мин), со средней скоростью -60 м (3-4 раза); челночный бег (5х3=15).

Прыжки: на двух ногах с поворотами кругом, со сменой ног; ноги вместе ноги врозь. С хлопками над головой, за спиной; прыжки с продвижением вперед (3-4 м), вперед-назад, с поворотами, боком' (вправо, влево); прыжки в ширину (спрыгивание с высоты 25 см); прыжки через предметы (2-3) высотой 5-10 см; прыжки в длину с места (50-70 см); прыжки вверх с места (впрыгивание), высота 15-20 см.

Бросание и ловля метание: катание мяча, обруча между предметами (расстояние 40-50 см).

Прокатывание мяча из разных исходных позиций одной и двумя руками; бросание мяча вверх и ловля (3-4 раза подряд), отбивание мяча одной и двумя руками (4-5 раз); бросание мяча друг другу двумя руками снизу, из-за головы (расстояние 2 м) и ловля его (расстояние 1,5 м); метание предмета на дальность (расстояние 5-6,5 м), в горизонтальную цель (расстояние 2-2,5 м), в вертикальную цель (расстояние 1,52 м).

Ползание и лазание: ползание на четвереньках (расстояние 10 м) между предметами, прокатывая мяч, с поворотами кругом.

Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках, подлезание под препятствия прямо и боком. Пролегание между рейками лестницы, поставленной боком; лазание с опорой на стопы и ладони по доске, наклонной лестнице, скату; лазание по гимнастической стенке (высота 2 м);

Перелезание с одного пролета на другой вправо, влево, не пропуская реек, чередуясь шагом.

Игры с бегом, прыжками, ползанием и лазанием, бросанием и ловлей, на ориентировку в пространстве и внимание.

Катание на санках лыжах и пр.; подъем с санками на горку, скатывание с горки, торможение при спуске; катание на санках друг друга; скольжение по ледяным дорожкам на двух ногах самостоятельно; передвижение на лыжах скользящим шагом, повороты на месте и переступания, подъемы на (горку «полуелочкой» и боком; ходьба на лыжах без времени (0,5 - 1 км); игры на лыжах («Карусель в лесу», «Чем дальше, тем лучше», «Воротца»).

Движения парами по кругу в танцах и хороводах; кружение по одному и парами; «пружинки», подскоки на месте, прямой галоп; постановка ноги на носок, на пятку.

### **Старший дошкольный возраст от 5 лет до 7 лет**

#### ***Шестой год жизни***

На шестом году жизни двигательный опыт детей заметно расширяется, активно развиваются двигательные и познавательные способности. В развитии мышц выделяются несколько «узловых» периодов.

Один из них возраст шесть лет, когда у детей активно развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабыми остаются мелкие мышцы, особенно кистей рук.

На шестом году жизни заметно улучшается устойчивость равновесия, столь необходимая при выполнении большинства движений. При этом девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками.

Детям легче выполнять упражнения, где имеется большая площадь опоры, но полезны и недлительные позы с опорой на одну ногу, например в подвижных играх: «Сделай фигуру», «Совушка», «Цапля» и др.

Резервные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем у детей шестого года жизни заметно расширяются, особенно при проведении занятий на открытом воздухе и применении беговых и прыжковых упражнений.

Общий объем бега на одном занятии для детей старшей группы в течение года может быть увеличен с 0,6 до 1,5 км, а количество прыжков на месте до 150-160 с двумя непродолжительными интервалами для отдыха.

Контроль и оценка как собственных движений, так и движений других детей позволяют ребенку понять связь между способом выполнения движения и полученным результатом, а также научиться постепенно планировать свои практические и игровые действия. двигательных действий: прыжков в длину и высоту с разбега, метания и др.

Играя и занимаясь с детьми, воспитатель способствует развитию у них двигательных умений и навыков, определенных физических качеств, нацеливает свое внимание на решение следующих задач:

- добиваться осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения детьми всех видов движений;
- учить детей анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей;
- формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях;
- воспитывать у детей желание самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами;
- побуждать к проявлению творчества в двигательной деятельности;
- целенаправленно развивать быстроту и общую выносливость.

### ***Содержание физических упражнений.***

Самостоятельные перестроения. Из шеренги в колонну, в две колонны, в два круга, по диагонали, «змейкой» без ориентиров.

Повороты направо, налево, на месте и в движении на углах.

Исходное положение. Стоя (пятки вместе, носки врозь), сидя, лежа на животе и спине.

Положения и движения головы: вверх, вниз, повороты в стороны, наклоны (4-5 раз), вращения.

Положения и движения рук. Одновременные и попеременные; одно направленные и разнонаправленные вверх (вниз), в стороны; махи и вращения (одновременно двумя руками и поочередно вперед назад); подъем рук вперед вверх со сцепленными в замок пальцами (кисти внутрь тыльной стороной); сжатие, разжатие, вращение кистей рук (8-10 раз).

Положения и движения туловища.

Повороты наклоны вперед, назад, в стороны, вращения.

Положения и движения ног.

Приседания (до 40 раз), махи вперед назад, держась за опору; выпады вперед, в стороны с движениями рук вперед, в стороны, вверх; подскоки на месте (40х3=120).

Упражнения с отягощающими предметами мешочки, гантели (150 г), набивные мячи (1 кг).

Ходьба и упражнения в равновесии.

Ходьба в полуприседе, с перекатом с пятки на носок, с задержкой на носке «петушиный шаг»), с заданиями (с хлопками, различными положениями рук), с закрытыми глазами (3-4 м).

Ходьба через предметы (высотой 20-25 см), по наклонной доске (высотой 35-40 см; шириной 20 см).

Ходьба по гимнастической скамейке с закрытыми глазами, с поворотами, различными движениями рук, остановками.

Ходьба по шнуру (8-10 м), бревну (ВЫСОТОЙ 25-30 см, шириной 10 см), с мешочком на голове (500 г), по пенькам, спиной вперед (3-4 м).

Поочередное выбрасывание ноги вперед в прыжке; приставной шаг с приседанием, шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперед и в кружении, полуприседание с выставлением ноги на пятку.

Бег. На носках, с высоким подниманием колен, через и между предметами, со сменой темпа. Бег в медленном темпе 350 м по пересеченной местности. Бег в быстром темпе 10 м (3-4 раза), 20-30 м (2-3 раза), челночный бег 3х10 м в медленном темпе (1,52 мин).

Прыжки. На месте: ноги скрестно ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге 4-5 м.

Прыжки через 5-6 предметов на двух ногах (высота 15-20 см), впрыгивание на предметы: пеньки, кубики, бревно (высотой до 20 см).

Подпрыгивание до предметов, подвешенных на 15-20 см выше поднятой руки.

Прыжки в длину с места (80-90 см), в высоту (30-40 см) с разбега 6-8 м; в длину (на 130-150 см) с разбега 8 м.

Прыжки. В глубину (с пенька, бревна, кубов высотой 30-40 см) в указанное место.

Прыжки через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад.

Бросание, ловля и метание.

Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами (ширина 40-30 см, длина 3-4 м).

Бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4-6 раз подряд. Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5-6 м).

Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю).

Метание в горизонтальную и вертикальную цель (на высоту 2,2 м) с расстояния 3,54 м. Метание вдаль на 5-9 м.

Ползание и лазание.

Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке.

Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне,

Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна).

Подлезание под дуги, веревки (высотой 40-50 см),

Лазание по гимнастической стенке чередующимся способом ритмично, с изменением темпа.

Лазание по веревочной лестнице, канату, шесту свободным способом.

### **Седьмой год жизни**

Движения детей седьмого года жизни отличаются достаточной координированностью и точностью,

Дети хорошо различают скорость, направление движения, смену темпа и ритма.

Растут возможности пространственной ориентировки, заметно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении отдельных упражнений, стремление добиться хорошего результата.

У детей этого возраста вырабатывается эстетическое отношение к движениям, они начинают воспринимать красоту и гармонию движений, Нередко проявляются личные вкусы в выборе физических упражнений.

В связи с этим в подготовительной группе появляется возможность реализации следующих задач:

- добиваться точного, энергичного и выразительного выполнения всех упражнений;
- закреплять умения в анализе движений (самоконтроль, самооценка, контроль и оценка движений других детей, элементарное планирование);
- закреплять умения в самостоятельной организации игр и упражнений со сверстниками и малышами;
- развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений;
- закреплять правила и двигательные умения в спортивных играх и упражнениях;
- целенаправленно развивать ловкость движений.

### **Основные движения.**

#### *Упражнения в ходьбе.*

Ходить в разных построениях (колонне по одному, парами, четверками, в круге, в шеренге); ходить, совершая различные движения руками. Ходить обычным, гимнастическим, скрестным шагом; ходить выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами,

#### *Упражнения в беге.*

Бегать легко, стремительно. Бегать, сильно сгибая ноги в коленях, спиной вперед; выбрасывая прямые ноги вперед; бегать через препятствия барьеры, набивные мячи (высотой 10 - 15 см), не задевая за них, сохраняя скорость бега. Бегать спиной вперед, сохраняя

направление и равновесие. Бегать со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну, Бегать из разных стартовых положений (сидя, сидя «по-турецки», лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т. п.).

Сочетать бег с ходьбой, прыжками, подрезанием и др.; с преодолением препятствий в естественных условиях,

*Упражнения в прыжках.*

Подпрыгивать на двух ногах на месте с поворотом кругом; смещая ноги вправо влево; сериями по 30 - 40 прыжков 3-4 раза. Прыгать, продвигаясь вперед на 5-6 м; перепрыгивать линию, веревку боком, с зажатым между ног мешочком с песком, с набитым мячом; перепрыгивать через 6 - 8 набивных мячей (вес 1 кг).

Перепрыгивать на одной ноге линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением вперед.

Выпрыгивать вверх из глубокого приседа.

Подпрыгивать на месте и с разбега с целью достать предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка на 25 - 30 см.

Впрыгивать с разбега в три шага на предметы высотой до 40 см, спрыгивать с них.

Прыгать в длину с места (не менее 100 см); в длину с разбега (не менее 180 - 190 см); в высоту с разбега (не менее 50 см), прыгать через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бегать со скакалкой.

Прыгать через длинную скакалку.

*Упражнения в бросании ловле метании.*

Бросать мяч вверх, о землю и ловить его двумя руками не менее 20, одной не менее 10 раз подряд с хлопками, поворотами и другими заданиями; из одной руки в другую с отскоком от пола.

Перебрасывать мяч друг другу снизу, изза головы (расстояние 3-4 м), из положения сидя «по-турецки», через сетку; перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг).

Бросать в цель из разных исходных положений (стоя на коленях, сидя и др.).

Метать в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 4-5 м; в движущуюся цель.

Метать вдаль на расстояние не менее 6 - 12 м.

*Упражнения в ползании лазании.*

Ползать на четвереньках по гимнастической скамейке; на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; проползать под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд.

Перелезать через гимнастическую стенку и спускаться с ее противоположной стороны.

Переходить с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

Влезать на лестницу и спускаться с нее быстро; менять темп лазания, сохранять координацию движений, используя перекрестную и одноименную координацию движений рук и ног.

Лазать по веревочной лестнице, по канату, захватывая канат ступнями ног и висая в положении стоя

*Упражнения в равновесии.*

Пройти по гимнастической скамейке: боком приставным шагом; неся мешочек с песком на спине; приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок.

Идти по гимнастической скамейке, посередине остановиться и перешагнуть палку (обруч, веревку), которую держат в руках; присесть и повернуться кругом, встать и идти дальше; перепрыгнуть ленточку, идти дальше.

Стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее; прыгать, продвигаясь вперед на двух ногах по наклонной поверхности.

Пройти по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком,

Стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх.

Балансировать на большом набивном мяче (вес 3 кг).

Кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру.

*Упражнения в построении и перестроении.*

Самостоятельно, быстро и организованно строиться в колонну по одному, парами, в круг, в несколько колонн (звеньев), в шеренгу. Равняться в колонне, в шеренге, в круге. Перестраиваться из одной колонны в несколько на ходу; из одного круга в несколько.

Делать повороты (направо и налево).

Рассчитываться на «первый-второй», после чего перестраиваться из одной шеренги в две. При построении в три колонны размыкаться и смыкаться приставными шагами.

Делать повороты на углах во время движения. Останавливаться после ходьбы всем одновременно.

### **Положения и движения рук, ног, туловища**

*Упражнения для рук и плечевого пояса.*

Поднимать руки вверх, вперед, в стороны, поднимаясь на носки, в положении стоя, пятки вместе, носки врозь; отставляя одну ногу назад на носок; прижимаясь к стене.

Поднимать руки вверх в стороны из положения руки перед грудью, руки к плечам. Поднимать и опускать плечи.

Энергично разгибать вперед и в стороны согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки): отводить локти назад два-три раза и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью.

*Упражнения для ног.*



Выставлять ногу вперед на носок скрестно. Приседать, держа руки за головой, сгибая к плечам.

Сгибать ноги в стойке ноги врозь поочередно, одну ногу раза подряд (пружинисто). Приседать в положении ноги врозь: переносить вес тела с одной ноги на другую (не подниматься).

Делать выпад вперед, в сторону,

Махом вперед доставать носком выпрямленной ноги ладони вытянутых вперед рук (одноименной и противоположной),

*Упражнения для туловища*

Опускать, поднимать голову, поворачивать ее в стороны.

Поворачиваться стороны, поднимая руки вверх, в стороны, из-за головы, из положения руки к плечам.

Наклоняться вперед, подняв руки вверх, медленно, подряд 2-3 раза, держа руки в стороны, стоя, вращать верхнюю часть туловища.

В упоре сзади сидя поднять обе ноги, оттянуть носки, удерживать ноги в этом положении.

Переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади.

## **2.2 Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей.**

Программа определяет описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей. Данная Программа включает в себя построение системы коррекционно – развивающей работы на физкультурных занятиях.

При организации и проведении занятий по физической культуре обязательно учитывается распределение воспитанников по группам здоровья и осуществляется дифференциация допустимой нагрузки. Работу с детьми основной группы ведёт инструктор по физической культуре, давая детям оптимальный уровень нагрузки. Дети подготовительной и специальной группы здоровья выполняют задания с учётом своих возможностей (упрощённые, более низкой интенсивности, скорости). При проведении массовых спортивных праздников и развлечений предусматриваются задания с разной степенью нагрузки, интенсивности, сложности, расстояния, соответствующие их индивидуальным возможностям. Детям, возможности которых ограничены по сравнению со сверстниками, подбираются задания или роли, поддерживающие их статус в глазах других детей.

## **2.3 Планирование коррекционно-развивающей работы с детьми с тяжелыми нарушениями речи.**

Программа также определяет содержание и организацию образовательного процесса логопедических групп для детей с тяжелыми нарушениями речи старшего дошкольного возраста. Данная Программа включает в себя построение системы коррекционно – развивающей работы на физкультурных занятиях. В двигательной деятельности с детьми с тяжелым нарушением речи упражнения занимают основное место: — Упражнение на освоение основных движений; — Упражнения на развитие ориентировки в пространстве; — Общеразвивающие

упражнения; — Упражнения в танцевальных движениях (навыки выразительного движения); — Упражнения для развития мелкой моторики и кисти руки; — Упражнения, регулирующие мышечный тонус; — Упражнения, активизирующие внимание. Структура занятий и развлечений должна быть гибкой, не шаблонной, с использованием всех известных методов и приемов, которые стимулируют двигательную активность детей.

## **2.4 Описание основных форм совместной деятельности взрослых и детей**

Виды деятельности

Возможные формы работы

Двигательная: основные движения (ходьба, бег, прыжки, лазания и др.), а также катание на самокате, санках, велосипеде, ходьба на лыжах, в спортивные игры

1. Игра с правилами Цель: овладения ребенком системой средств построения игровой деятельности. Задачи: поэтапная передача детям постепенно усложняющихся способов построения игры.
2. Игра с правилами также имеет свои культурные формы, классифицируемые по кругу задействованных в них компетенций: - игра на физическую компетенцию, подразумевающая конкуренцию на подвижность, ловкость, выносливость; - игра на умственную компетенцию (внимание, память, комбинаторика); - игры на удачу, где исход игры определяется вероятностью, и не связан со способностями играющих.
3. Игра с правилами во всей своей полноте (соблюдение формализованных правил, ориентация на выигрыш) складывается у ребенка не сразу, а постепенно, на протяжении всего дошкольного детства. В возрасте 2-4 лет ребенок начинает осваивать действия по правилу, затем, в возрасте 4-5 лет у него появляются представления о выигрыше в рамках игры, построенной на готовых правилах, и в возрасте 6-7 лет ребенок приобретает способность видоизменять правила по предварительной договоренности с другими играющими. Реализация всех указанных этапов возможна только в том случае, если взрослый своевременно будет знакомить ребенка с характерными для дошкольного детства культурными формами игр с правилами. Сначала это должны быть простейшие подвижные игры и игры на ловкость, затем игры на удачу, способствующие ориентации ребенка на выигрыш, и, в завершении дошкольного детства – игры на умственную компетенцию.
4. Игра с правилами на физическую компетенцию Усложнение игр с правилами на физическую компетенцию осуществляется в соответствии с функциональной возможностью осуществлять детьми игру самостоятельно.
  - 1) Игры с параллельными действиями играющих, в которой дети одновременно выполняют одинаковые действия по сигналу ведущего. Это является очень важным для формирования у детей способности к соблюдению элементарного правила. Все эти игры имеют аналогичную структуру: взрослый подаёт определенный сигнал, а дети параллельно выполняют заранее оговоренные действия, в чем и заключается выполнение правила игры. Сюжет игры должен быть предельно прост, и не должен заслонять от

детей основную цель игры – выполнение действий по сигналу взрослого. Сигнал должен быть краток и не должен содержать стихотворных форм длиннее двусишья.

2) Игры с поочередными действиями играющих Совместная деятельность детей раннего и большей части младшего дошкольного возраста преимущественно представляет собой параллельно-подражательные действия, как в сюжетной игре, так и в игре с правилами. Тем не менее, уже в раннем возрасте у детей могут осуществлять простейшее взаимодействие, основанное на слаженном повторении партнерами своих действий.

Содержание этих действий может быть самым разнообразным, например, ребенок толкает плечом другого, и смеется, когда он толкает его в ответ. Очевидно, как считают современные исследователи детской игры, это и есть прототип любой совместной формы игры, сюжетной или с правилами, и для формирования этого вида деятельности он необходим.

Эта прототипическая игра закладывает предпосылки для других, основанных на более сложных схемах, формах совместной деятельности. Формирование данного способа игры может заключаться в совместном катании детьми шара друг другу.

3) Игры, в которых ведущий не принимает непосредственного участия в игре Формирование способности играть самостоятельно, прежде всего, означает способность каждого из детей выполнить роль ведущего. Это качество появляется у детей не сразу. Для его формирования необходимо предлагать детям игры понятного им содержания и со все усложняющейся структурой. Первоначально, игра также проигрывается со взрослым, для того, чтобы дети запомнили основные правила игры. Затем, выполнив в одном цикле роль ведущего, взрослый предлагает детям самостоятельно выбрать ведущего в следующем цикле игры. Для выбора он предлагает использовать жеребьевку.

4) Игры, в которых ведущий выполняет не только сигнализирующую функцию, но и параллельно участвует в игре 5) Игры, в которых ребенок выполняет роль ведущего и водящего.

### **Проектная деятельность**

Цель: формирование социально-коммуникативных навыков и установок толерантного общения детей со сверстниками и взрослыми в ходе МИНИ и МЕГА-проектов. Задачи:

- организация воспитательно-образовательной работы по развитию у дошкольников навыков коммуникативной культуры в ходе организации проектной деятельности с использованием сказочных историй и выполнением творческих заданий к ним;
- разработка универсальной модели воспитательно-образовательной работы образовательной организации в ходе проведения обучающего тренинга для педагогов по формированию у дошкольников социально-коммуникативных навыков и установок толерантного общения со сверстниками и взрослыми;

- организация и проведение творческих встреч в родительском клубе с целью создания условий для активного участия родителей в МИНИ и МЕГА-проектах, направленных на формирование у детей установок позитивного общения со сверстниками и взрослыми средствами семейного воспитания.

## **СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ ОБРАЗОВАНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ИХ ПРИМЕНЕНИЮ ИХ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ**

Название метода

Определение метода

Рекомендация по их применению

Методы по источнику знаний

*Словесные*

Словесные методы подразделяются на следующие виды: рассказ, объяснение, беседа.

Словесные методы позволяют в кратчайший срок передать информацию детям.

*Наглядные*

Под наглядными методами образования понимаются такие методы, при которых ребенок получает информацию, с помощью наглядных пособий и технических средств.

Наглядные методы используются во взаимосвязи со словесными и практическими методами обучения. Наглядные методы образования условно можно подразделить на две большие группы: метод иллюстраций и метод демонстраций.

Метод иллюстраций предполагает показ детям иллюстративных пособий: плакатов, картин, зарисовок на доске и пр.

Метод демонстраций связан с показом мультфильмов, диафильмов и др.

Такое подразделение средств наглядности на иллюстративные и демонстрационные является условным. Оно не исключает возможности отнесения отдельных средств наглядности как к группе иллюстративных, так и демонстрационных.

В современных условиях особое внимание уделяется применению такого средства наглядности, как компьютер индивидуального пользования. Компьютеры дают возможность воспитателю моделировать определенные процессы и ситуации, выбирать из ряда возможных решений оптимальные по определенным критериям, т.е. значительно расширяют возможности наглядных методов в образовательном процессе при реализации ПООП дошкольного образования.

*Практические*

Практические методы обучения основаны на практической деятельности детей и формируют практические умения и навыки. Выполнение практических заданий проводится после знакомства детей с тем или иным содержанием и носят обобщающий характер. Упражнения могут проводиться не только в организованной образовательной деятельности, но и в самостоятельной деятельности.

Методы по характеру образовательной деятельности детей Информационно-рецептивный Воспитатель сообщает детям готовую информацию, а они ее воспринимают, осознают и фиксируют в памяти. Один из наиболее экономных способов передачи информации.

Однако при использовании этого метода обучения не формируются умения и навыки пользоваться полученными знаниями.

#### *Репродуктивный*

Суть метода состоит в многократном повторении способа деятельности по заданию воспитателя. Деятельность воспитателя заключается в разработке и сообщении образца, а деятельность детей – в выполнении действий по образцу.

#### *Проблемное изложение*

Воспитатель ставит перед детьми проблему – сложный теоретический или практический вопрос, требующий исследования, разрешения, и сам показывает путь ее решения, вскрывая возникающие противоречия.

Назначение этого метода – показать образцы научного познания, научного решения проблем.

Дети следят за логикой решения проблемы, получая эталон научного мышления и познания, образец культуры развертывания познавательных действий.

#### *Частично-поисковый*

Суть его состоит в том, что воспитатель расчленяет проблемную задачу на подпроблемы, а дети осуществляют отдельные шаги поиска ее решения.

Каждый шаг предполагает творческую деятельность, но целостное решение проблемы пока отсутствует.

#### *Исследовательский*

Этот метод призван обеспечить творческое применение знаний. В процессе образовательной деятельности дети овладевают методами познания, так формируется их опыт поисково-исследовательской деятельности.

#### *Активные методы*

Активные методы предоставляют дошкольникам возможность обучаться на собственном опыте, приобретать разнообразный субъективный опыт.

Активные методы обучения предполагают использование в образовательном процессе определенной последовательности выполнения заданий: начиная с анализа и оценки конкретных ситуаций, дидактическим играм. Активные методы должны применяться по мере их усложнения.

В группу активных методов образования входят дидактические игры – специально разработанные игры, моделирующие реальность и приспособленные для целей обучения.

*Метод социального экспериментирования*, актуализируется в старшем дошкольном возрасте.

Своеобразным объектом изучения и эксперимента становятся отношения ребенка со своим социальным окружением: сверстниками, другими детьми (более младшими или более старшими), детьми противоположного пола, с взрослыми (педагогами и близкими).

### **Взаимодействие педагога с семьей**

Одним из важнейших условий реализации Программы является сотрудничество педагогов с семьями воспитанников.

Дети, педагоги и родители – основные участники образовательных отношений. Семья – жизненно необходимая среда дошкольника, определяющая путь развития его личности. Основная цель взаимодействия педагога с семьей – создание необходимых условий для развития ответственных и взаимозависимых отношений с семьями воспитанников, обеспечивающих целостное развитие личности дошкольника, повышение компетентности родителей в области воспитания. Задачи, решаемые в процессе организации взаимодействия с семьями воспитанников:

Приобщение родителей к участию в жизни МАДОУ.

Изучение и обобщение лучшего опыта семейного воспитания.

Возрождение традиций семенного воспитания.

Повышение педагогической культуры родителей.

### **Виды взаимоотношений педагога с семьями воспитанников:**

– Сотрудничество

– общение на равных, где ни одной из сторон взаимодействия не принадлежит привилегия указывать, контролировать, оценивать.

– Взаимодействие – способ организации совместной деятельности, которая осуществляется на основании социальной перцепции и с помощью общения.

Изменение позиции педагога для выстраивания взаимодействия и сотрудничества с семьями воспитанников:

*Традиционная роль педагога*

Педагог-партнер

Выступающий лидер (указывает, как надо поступить)

Гид (ведет, опираясь на инициативу участников)

Руководит

Задаёт вопросы

Оценивает ребенка и предоставляет родителям информацию о его развитии

Спрашивает родителей о ребенке и вместе с ним оценивает его развитие

Ответы на все вопросы знает сам

Ищет решение проблем вместе с родителями

Ставит цель развития ребенка и группы в целом

Узнает цели и пожелания родителей в отношении их ребенка и группы в целом и добавляет к ним свои предложения

Ожидает, что родители будут относиться к нему как к знатоку-специалисту

Вместе с родителями обсуждает и находит те виды детской деятельности, которые подходят по условиям и стилю жизни

*Основные принципы взаимодействия с семьями воспитанников:*

– Открытость педагога для семьи.

– Сотрудничество педагогов и родителей в воспитании детей.

– Создание единой развивающей среды, обеспечивающей одинаковые подходы к развитию ребенка в семье и детском саду.

Система взаимодействия педагога с семьями воспитанников

*Направления взаимодействия*

*Формы взаимодействия*

Изучение семьи, запросов, уровня психологопедагогической компетентности.

Семейных ценностей |

Социологическое обследование по определению социального статуса и микроклимата семьи;

беседы

наблюдения за процессом общения членов семьи с ребенком;

анкетирование;

проведение мониторинга потребностей семей в дополнительных услугах.

*Информирование родителей*

информационные стенды;

личные беседы;

общение по телефону;

родительские собрания;

родительский клуб;

общение по электронной почте;

Консультирование родителей

Консультации по различным вопросам (индивидуальное, семейное, очное, дистанционное консультирование)

*Просвещение и обучение родителей*

По запросу родителей или по выявленной проблеме:

официальный сайт организации;

папки-передвижки;

папки-раскладушки.

Совместная деятельность педагога и семьи

организация совместных праздников;

совместная проектная деятельность;

досуги с активным вовлечением родителей.

*Структурно-функциональная модель взаимодействия с семьей*

*Информационно-аналитический блок*

Сбор и анализ сведений о родителях и детях;

изучение семей, их трудностей и запросов;

Для сбора необходимой информации используется анкетирование:

- родителей с целью узнать их мнение по поводу работы педагогов группы;
- педагогов группы с целью выявления проблем взаимодействия с родителями

*Практический блок*

В рамках блока собирается информация, направленная на решение конкретных задач.

Выявленные данные определяют формы и методы работы педагогов с семьями

Данный блок включает работу по двум взаимосвязанным направлениям:

- Просвещение родителей, передача информации по тому или иному вопросу (лекции, индивидуальное и подгрупповое консультирование, информационные листы, листы-памятки).
- Организация продуктивного общения всех участников образовательных отношений, т.е. обмен мыслями, идеями, чувствами.

*Контрольно-оценочный блок*

Анализ эффективности (количественной и качественной) мероприятий, которые проводятся педагогами МБДОУ.

Для осуществления контроля качества проведения того или иного мероприятия родителям предлагаются:

- оценочные листы, в которых они могут отразить свои отзывы;



- групповое обсуждение родителями и педагогами участия родителей в организационных мероприятиях в разных формах.

#### *Формы взаимодействия педагога с семьями воспитанников*

##### *Информационно-аналитические формы*

Цель: сбор, обработка и использование данных о семье каждого воспитанника, об общекультурном уровне родителей, о наличии у них необходимых педагогических знаний, об отношении в семье к ребенку, о запросах, интересах и потребностях родителей в психологопедагогической информации.

Только на аналитической основе возможно осуществление индивидуального, личностно-ориентированного подхода к ребенку в условиях дошкольного учреждения, повышение эффективности образовательной работы с детьми и построение грамотного общения с их родителями.

##### *Анкетирование*

Используется с целью изучения семьи, выяснения образовательных потребностей родителей, установления контакта с ее членами, для согласования воспитательных воздействий на ребенка

##### *Опрос*

Метод сбора первичной информации, основанный на непосредственном (беседа, интервью) или опосредованном (анкета) социально-психологическом взаимодействии исследователя и опрашиваемого.

Источником информации в данном случае служит словесное или письменное суждение человека.

##### *Интервью и беседа*

Позволяют получить исследователю ту информацию, которая заложена в словесных сообщениях опрашиваемых. Это, с одной стороны, позволяет изучать мотивы поведения, намерения, мнения и т.п. (все то, что неподвластно изучению другими методами), с другой – делает эту группу методов субъективной (не случайно у некоторых социологов существует мнение, что даже самая совершенная методика опроса никогда не может гарантировать полной достоверности информации).

##### *Познавательные формы*

Цель: повышение психолого-педагогической культуры родителей. А значит, способствуют изменению взглядов родителей на воспитание ребенка в условиях семьи, развивают рефлексию. Кроме того, данные формы взаимодействия позволяют знакомить родителей с особенностями возрастного и психологического развития детей, рациональными методами и приемами воспитания для формирования их практических навыков.

##### *Групповые родительские собрания*

Действенная форма взаимодействия воспитателей с коллективом родителей, форма организованного ознакомления их с задачами, содержанием и методами воспитания детей определенного возраста в условиях детского сада и семьи

### *Неделя открытых дверей*

Родители в течение недели (в любое время) могут прийти в детский сад и понаблюдать за педагогическим процессом, режимными моментами, общением ребенка со сверстниками, глубже проникнуть в его интересы и потребности

### *Эпизодические посещения*

Предполагают постановку конкретных педагогических задач перед родителями: наблюдение за играми. Непосредственно образовательной деятельностью, поведением ребенка, его взаимоотношениями со сверстниками, а также за деятельностью педагога и ознакомление с режимом жизни детского сада; у родителей появляется возможность увидеть своего ребенка в обстановке, отличной от домашней

### *Досуговые формы*

Цель: установление теплых неформальных отношений между педагогами и родителями, а также более доверительных отношений между родителями и детьми

### *Праздники, утренники, мероприятия (концерты, соревнования)*

Помогают создать эмоциональный комфорт в группе, сблизить участников педагогического процесса

### *Наглядно-информационные формы*

Цель: ознакомление родителей с условиями, содержанием и методами воспитания детей в условиях МАДОУ. Позволяют правильно оценить деятельность педагогов, пересмотреть методы и приемы домашнего воспитания, объективно увидеть деятельность воспитателя

### *Информационно ознакомительные*

Направлены на ознакомление родителей с дошкольным учреждением, особенностями его работы, с педагогом, занимающимся воспитанием детей, через страницу на сайте [www.edu.tatar.ru](http://www.edu.tatar.ru), выставки детских работ фотовыставки, видеофильмы; выставки детских работ; фотовыставки

### *Информационно просветительские*

Направлены на обогащение знаний родителей об особенностях развития и воспитания детей дошкольного возраста; их специфика заключается в том, что общение педагогов с родителями здесь не прямое, а опосредованное – через газеты, организацию тематических выставок; информационные стенды; записи видеофрагментов организации различных видов деятельности, режимных моментов; фотографии, выставки детских работ, ширмы, папки-передвижки

### *Планируемые результаты сотрудничества МАДОУ с семьями воспитанников:*

- Сформированность у родителей представлений о сфере педагогической деятельности.
- Овладение родителями практическими умениями и навыками воспитания и обучения детей дошкольного возраста.
- Формирование устойчивого интереса родителей к активному включению в общественную деятельность.

## *Содержание направлений работы с семьёй по образовательным областям*

### *Образовательная область «Физическое развитие»*

#### *Здоровье*

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

#### *Физическая культура*

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

### ***Способы и направления поддержки детской инициативы***

Активность ребенка является основной формой его жизнедеятельности, необходимым условием его развития, которая закладывает фундамент и дает перспективы роста интеллектуального, творческого потенциала ребенка.

Обеспечение использования собственных, в том числе «ручных», действий в познании различных количественных групп, дающих возможность накопления чувственного опыта предметно-количественного содержания.

Использование разнообразного дидактического материала, способствующего выполнению каждым ребенком действий с различными предметами, величинами.

Организация речевого общения детей, обеспечивающая самостоятельное использование слов, обозначающих математические понятия, явления окружающей действительности.

Организация обучения детей, предполагающая использование детьми совместных действий в освоении различных понятий.

Направления поддержки детской инициативы:

- позиция педагога при организации жизни детей в детском саду, дающая возможность самостоятельного накопления чувственного опыта и его осмысления.

Основная роль воспитателя - организация ситуаций для познания детьми отношений между предметами, когда ребенок сохраняет в процессе обучения чувство комфортности и уверенности в собственных силах.

- психологическая перестройка позиции педагога на личностно-ориентированное взаимодействие с ребенком в процессе обучения, содержанием которого является формирование у детей средств и способов приобретения знаний в ходе специально организованной самостоятельной деятельности.

- фиксация успеха, достигнутого ребенком, его аргументация создает положительный эмоциональный фон для проведения обучения, способствует возникновению познавательного интереса.

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

Обеспечение эмоционального благополучия через:

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

Поддержку индивидуальности и инициативы детей через:

- создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности;
- создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;

- недирективную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности (игровой, исследовательской, проектной, познавательной и т.д.)

*Установление правил взаимодействия в разных ситуациях:*

- создание условий для позитивных, доброжелательных отношений между детьми, в том числе принадлежащими к разным национально-культурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также имеющими различные (в том числе ограниченные) возможности здоровья.

- развитие коммуникативных способностей детей, позволяющих разрешать конфликтные ситуации со сверстниками; - развитие умения детей работать в группе сверстников;

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

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

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

### **III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

#### *1. Материально-техническое обеспечение*

Одним из условий качества образования является совершенствование материально-технической базы.

Учебно-материальное обеспечение

Оборудование физкультурного зала и дидактический материал подобраны в соответствии с реализующейся в МАДОУ основной образовательной программе ДОУ требованиями СанПиН и возрастными особенностями контингента воспитанников.

#### **2. Основные принципы организации среды**

Предметно-пространственная развивающая образовательная среда (далее –предметная среда), создаваемая в МАДОУ в соответствии с требованиями учетом ФГОС ДО и обеспечивает возможность педагогам эффективно развивать индивидуальность каждого ребёнка с учётом его склонностей, интересов, уровня активности.

Предметная среда в образовательной организации выполняет образовательную, развивающую, воспитывающую, стимулирующую, организационную, коммуникативную функции.

Но самое главное - работает на развитие самостоятельности и самостоятельности ребенка.

В ДОУ предметная среда имеет характер открытой, незамкнутой системы, способной к корректировке и развитию.

В соответствии с ФГОС дошкольного образования предметная среда обеспечивает:

- максимальную реализацию образовательного потенциала пространства (группы, участка);
- наличие материалов, оборудования и инвентаря для развития детских видов деятельности;
- охрану и укрепление здоровья детей, необходимую коррекцию особенностей их развития;
- возможность общения и совместной деятельности детей и взрослых (в том числе детей разного возраста) во всей группе и в малых группах;
- двигательную активность детей, а также возможность для уединения.

Наполняемость предметной среды отвечает принципу целостности образовательного процесса.

Для реализации содержания каждой из образовательных областей, представленных во ФГОС дошкольного образования, подготовлено необходимое оборудование, игровые, дидактические материалы и средства, соответствующие психолого-возрастным и индивидуальным особенностям воспитанников, специфике их образовательных потребностей.

Вместе с тем предметная среда создается с учетом принципа интеграции образовательных областей. Материалы и оборудование для реализации содержания одной образовательной области могут использоваться и в ходе реализации содержания других областей, каждая из которых соответствует детским видам деятельности (игровой, двигательной, поисковоисследовательской, изобразительной, конструктивной, восприятия художественной литературы, коммуникативной и др.).

При создании предметной развивающей педагоги соблюдают принцип стабильности и динамичности предметного окружения, обеспечивающий сочетание привычных и неординарных элементов эстетической организации среды; индивидуальную комфортность и эмоциональное благополучие каждого ребенка.

Уделяется внимание информативности предметной среды, предусматривающей разнообразие тематики материалов и оборудования для активности детей во взаимодействии с предметным окружением.

Правильно созданная предметная среда позволяет обеспечить каждому ребенку выбор деятельности по интересам, возможность взаимодействовать со сверстниками или действовать индивидуально. При реализации образовательной программы дошкольного образования в ДОО предметная развивающая среда отвечает:

- критериям оценки материально-технических и медико-социальных условий пребывания детей в образовательных организациях,
- санитарно-эпидемиологическим требованиям к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организациях.

### 3. Основные требования к организации среды

Создание предметно-пространственной развивающей образовательной среды, обеспечивающей реализацию основной образовательной программы дошкольного образования

1. Материалы и оборудование создают оптимально насыщенную (без чрезмерного обилия и без недостатка) целостную, многофункциональную, трансформирующуюся среду и обеспечивают реализацию основной общеобразовательной программы в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей.

2. При создании предметной среды учитываются принципы, определенными во ФГОС дошкольного образования:

- полифункциональности: предметная развивающая среда должна открывать перед детьми множество возможностей, обеспечивать все составляющие образовательного процесса и в этом смысле должна быть многофункциональной;
- трансформируемости: данный принцип тесно связан с полифункциональностью предметной среды, т.е. предоставляет возможность изменений, позволяющих, по ситуации, вынести на первый план ту или иную функцию пространства (в отличие от монофункционального зонирования, жестко закрепляющего функции за определенным пространством);
- вариативности: предметная развивающая среда предполагает периодическую сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирующих исследовательскую, познавательную, игровую, двигательную активность детей;
- насыщенности: среда соответствует содержанию образовательной программы, разработанной на основе одной из примерных программ, а также возрастным особенностям детей;
- доступности: среда обеспечивает свободный доступ детей к играм, игрушкам, материалам, пособиям;
- безопасности: среда предполагает соответствие ее элементов требованиям по обеспечению надежности и безопасности.

3. При создании предметной развивающей среды учитывается гендерная специфика и обеспечивает среду как общим, так и специфичным материалом для девочек и мальчиков.

4. В качестве ориентиров для подбора материалов и оборудования выступают общие закономерности развития ребенка на каждом возрастном этапе.
5. Подбор материалов и оборудования осуществляется для тех видов деятельности ребенка, которые в наибольшей степени способствуют решению развивающих задач на этапе дошкольного детства (игровая, продуктивная, познавательно-исследовательская, коммуникативная, трудовая, музыкально-художественная деятельности, а также для организации двигательной активности в течение дня), а также с целью активизации двигательной активности ребенка.
6. Материалы и оборудование должны иметь сертификат качества и отвечают гигиеническим, педагогическим и эстетическим требованиям.
7. Наиболее педагогически ценными являются игрушки, обладающие следующими качествами:
  - 7.1. Полифункциональностью: игрушки могут быть гибко использованы в соответствии с замыслом ребенка, сюжетом игры в разных функциях. Тем самым игрушка способствует развитию творчества, воображения, знаковой символической функции мышления и др.
  - 7.2. Возможностью применения игрушки в совместной деятельности. Игрушка должна быть пригодна к использованию одновременно группой детей (в том числе с участием взрослого как играющего партнера) и инициировать совместные действия – коллективные постройки, совместные игры и др.;
  - 7.3. Дидактическими свойствами. Игрушки должны нести в себе способы обучения ребенка конструированию, ознакомлению с цветом и формой и пр., могут содержать механизмы программированного контроля, например некоторые электрифицированные и электронные игры и игрушки;
  - 7.4. Принадлежностью к изделиям художественных промыслов. Эти игрушки являются средством художественно-эстетического развития ребенка, приобщают его к миру искусства и знакомят его с народным художественным творчеством.
8. При подборе материалов и определении их количества педагоги учитывают условия каждой образовательной организации: количество детей в группах, площадь групповых и подсобных помещений.
9. Подбор материалов и оборудования осуществляется исходя из того, что при реализации образовательной программы дошкольного образования основной формой работы с детьми является игра, которая в образовательном процессе задается взрослым в двух видах: сюжетная игра и игра с правилами.
10. Материал для сюжетной игры включает предметы оперирования, игрушки – персонажи и маркеры (знаки) игрового пространства.
11. Материал для игры с правилами должен включать материал для игр на физическое развитие, для игр на удачу (шансовых) и игр на умственное развитие.
12. Материалы и оборудование для продуктивной деятельности представлены двумя видами: материалами для изобразительной деятельности и конструирования, а также включают оборудование общего назначения.



Наличие оборудования общего назначения (доска для рисования мелом и маркером, фланелеграф, магнитные планшеты, доска для размещения работ по лепке и др.) являются обязательными и используются при реализации образовательной программы.

13. Набор материалов и оборудования для продуктивной (изобразительной) деятельности включает материалы для рисования, лепки и аппликации. Материалы для продуктивной (конструктивной) деятельности включают строительный материал, детали конструкторов, бумагу разных цветов и фактуры, а также природные и бросовые материалы.

14. Материалы и оборудование для познавательно-исследовательской деятельности включает материалы трех типов: объекты для исследования в реальном действии, образно-символический материал и нормативно-знаковый материал. Это оборудование поможет создать мотивационно-развивающее пространство для познавательно-исследовательской деятельности (н-р: телескоп, бинокль-корректор, детские мини-лаборатории, головоломки-конструкторы и т.д.).

15. При проектировании предметной развивающей среды учитываются следующие факторы:

- психологические факторы, определяющие соответствие параметров предметной развивающей среды возможностям и особенностям восприятия, памяти, мышления, психомоторики ребенка;
- психофизиологические факторы, обуславливающие соответствие объектов предметной развивающей среды зрительным, слуховым и другим возможностям ребенка, условиям комфорта и ориентирования.

При проектировании предметной развивающей среды учитываются контактные и дистантные ощущения, формирующиеся при взаимодействии ребенка с объектами предметной развивающей среды;

- зрительные ощущения.

Учитывать освещение и цвет объектов как факторы эмоционально-эстетического воздействия, психофизиологического комфорта и информационного источника.

При выборе и расположении источников света учитываются следующие параметры:

- уровень освещенности,
- отсутствие бликов на рабочих поверхностях,
- цвет света (длина волны);

- слуховые ощущения.

Учитывать совокупность звучания звукопроизводящих игрушек;

- тактильные ощущения.

Материалы, используемые для изготовления объектов предметной развивающей среды не должны вызывать отрицательные ощущения при контакте с кожей ребенка;

- физиологические факторы призваны обеспечить соответствие объектов предметной развивающей среды силовым, скоростным и биомеханическим возможностям ребенка;
- антропометрические факторы, обеспечивающие соответствие росто-возрастных характеристик параметрам предметной развивающей среды.

16. Следует всячески ограждать детей от отрицательного влияния игрушек, которые:

- провоцируют ребенка на агрессивные действия;
- вызывают проявление жестокости по отношению к персонажам игры - людям и животным), роли которых исполняют играющие партнеры (сверстник и взрослый);
- вызывают проявление жестокости по отношению к персонажам игр, в качестве которых выступают сюжетные игрушки (куклы, мишки, зайчики и др.);
- провоцируют игровые сюжеты, связанные с безнравственностью и насилием;
- вызывают нездоровый интерес к сексуальным проблемам, выходящим за компетенцию детского возраста.

### **Предметно-пространственная развивающая образовательная среда МАДОУ**

Успешное выполнение образовательной программы требует создания современной пространственной, предметно-развивающей среды, с учетом требований ФГОС.

В детском саду функционируют дополнительные помещения, обеспечивающие осуществление образовательного процесса за рамками Примерных требований по всем направлениям развития ребенка.

Физическое развитие

Помещение

Вид деятельности

Участники

Назначение

Спортивный зал

ОД

Воспитатель ФИЗО, воспитатели, подгруппы детей

Укрепление здоровья детей, приобщение к ЗОЖ, развитие способности к восприятию и передаче движений

*Утренняя гимнастика*

Воспитатель ФИЗО, воспитатели, возрастные группы

Спортивные праздники и развлечения Воспитатели ФИЗО, воспитатели, дети, родители

Помещение оборудовано в соответствии с санитарными нормами и их назначением.

Помещение эстетично оформлено, создана обстановка, которая обеспечивает психологически комфортное пребывание в детском саду.

Оборудование помещения соответствует действующим СанПиН.

Мебель соответствует росту и возрасту детей, игрушки – обеспечивают максимальный для данного возраста развивающий эффект.

*Физкультурный зал:*

Основное предназначение осуществляет обеспечение развития и оздоровления детей на утренней гимнастике, физкультурных занятий, индивидуальной и подгрупповой работы. Рациональная двигательная активность детей в многообразии условий предметной среды формирует у них привычку к регулярным занятиям физической культурой.

Оснащение: спортивное оборудование для прыжков, метания, лазания, равновесия, нетрадиционное физкультурное оборудование, мягкие коврики, массажная дорожка, массажные камушки, гимнастическая лестница, скамейки гимнастические, мячи, массажные коврики, обручи разного диаметра, детские гантели, мягкие модули, гимнастические палки, резиновые массажные ладошки и следы, мешочки с песком, гимнастические скакалки, канаты, шнуры, резиновые мячи, шведская стенка. степы, фитболы.

Оформлении игровой среды физкультурного зала вызывает у дошкольников положительные эмоции. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.

Жизненное пространство в детском саду такого, что дает возможность построения непересекающихся сфер активности. Поэтому предметно-развивающая среда в ДОУ позволяет детям в соответствии со своими интересами и желаниями свободно заниматься одновременно разными видами деятельности, не мешая друг другу. Перечень комплексных программ Программы: Общеобразовательная программа дошкольного образования МАДОУ на основе программы

" От рождения до школы» под ред. Н.Е.Вераксы, Т.С. Комаровой, М. А. Васильевой;

*Перечень парциальных программ и технологий*

1. И.А. Винер-Усманова, Н.М. Горбулина, О.Д. Цыганкова Основы физического воспитания в дошкольном детстве (Парциальная программа) Под редакцией И.А.Винер-Усмановой Просвещение - 2014

2. Региональная программа дошкольного образования, Р.К.Шаехова

Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Конспекты занятий. Перечень пособий

1. Пензулаева Л.И Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет.

2. Пензулаева Л.И. «Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3-5 лет»

3. Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 3-5 лет.

4. Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 3-5 лет

## 5. Аверина И.Е. Физкультурные минутки и динамические паузы в ДОУ

### *Наглядная информация*

1. Информационные плакаты
2. Фонотека
3. Мультимедиа

### *Картотека*

1. «Картотека игр малой подвижности»
2. «Картотека подвижных игр»
3. «Комплексы корригирующих упражнений»
4. «Игры и упражнения на релаксацию»
5. «Гимнастика для глаз»
6. «Пальчиковая гимнастика»

### **Организация режима пребывания детей**

Детский сад работает по графику пятидневной рабочей недели с двумя выходными днями (суббота, воскресенье) для всех возрастных групп. В детском саду разработан гибкий режим дня, учитывающий возрастные психофизиологические возможности детей, их интересы и потребности, обеспечивающий взаимосвязь планируемой непосредственно-образовательной деятельности с повседневной жизнью детей в детском саду. Гибкий режим рассматривается в вариантах:

- Организация жизни детей в группе в дни карантина;
- Распределение деятельности детей в зависимости от решаемых задач, погодных условий, объема и сложности предлагаемого детям обучающего материала;
- Разная длительность пребывания ребёнка в группе (по желанию родителя).

Режим дня в ДОУ соответствует функциональным возможностям ребенка, его возрасту и состоянию здоровья. При выборе режима учитываются возрастные и индивидуальные особенности ребёнка, некоторые состояния (период выздоровления после болезни, адаптация к детскому учреждению, время года).

В каждой возрастной группе организуется соответствующий возрастным особенностям режим дня. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3 - 7 лет составляет 5,5 - 6 часов, до 3 лет - в соответствии с медицинскими рекомендациями.

### **Образовательная деятельность.**

Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки, включая реализацию дополнительных образовательных программ, для детей дошкольного возраста составляет:

- в младшей группе (дети четвертого года жизни) - 2 часа 45 мин.,
- в средней группе (дети пятого года жизни) - 4 часа,
- в старшей группе (дети шестого года жизни) - 6 часов 15 минут,
- в подготовительной (дети седьмого года жизни) - 8 часов 30 минут.

Продолжительность непрерывной образовательной деятельности:

- для детей 4-го года жизни - не более 15 минут,
- для детей 5-го года жизни - не более 20 минут,
- для детей 6-го года жизни - не более 25 минут,
- для детей 7-го года жизни - не более 30 минут.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной 45 минут и 1,5 часа соответственно.

В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультминутку.

Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

Непосредственно образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна, но не чаще 2 - 3 раз в неделю. Ее продолжительность должна составлять не более 25 - 30 минут в день.

В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводят физкультминутку.

Непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию детей в возрасте от 3 до 7 лет организуют не менее 3 раз в неделю. Ее длительность зависит от возраста детей и составляет:

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

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

- Занятия по дополнительному образованию (студии, кружки, секции и т.п.) для детей дошкольного возраста, которые недопустимо проводить за счет времени, отведенного на прогулку и дневной сон.

Их проводят:

- для детей 6-го года жизни - не чаще 1 раз в неделю продолжительностью не более 25 минут;
- для детей 7-го года жизни - не чаще 1 раз в неделю продолжительностью не более 30 минут.

Непосредственно образовательная деятельность физкультурно-оздоровительного и эстетического цикла должна занимать не менее 50% общего времени, отведенного на непосредственно образовательную деятельность.

Домашние задания воспитанникам дошкольных образовательных организаций не задают.

В разновозрастных группах продолжительность непосредственно образовательной деятельности следует дифференцировать в зависимости от возраста ребенка. С целью соблюдения возрастных регламентов продолжительности занятий их следует начинать со старшими детьми, постепенно подключая к занятию детей младшего возраста.

- *Каникулы.*

В середине года (январь) для воспитанников дошкольных групп рекомендуется организовывать недельные каникулы, во время которых проводят непосредственно образовательную деятельность только эстетически-оздоровительного цикла (музыкальные, спортивные, изобразительного искусства).

В дни каникул и в летний период учебные непосредственно образовательную деятельность не проводятся.

Проводятся спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии и другие, а также увеличивается продолжительность прогулок.

Разные формы двигательной активности: утренняя гимнастика, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическая гимнастика, занятия на тренажерах, плавание и другие.

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

Предусмотрен объем двигательной активности воспитанников 5 - 7 лет в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности до 6 - 8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы дошкольных организаций.

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

- *Закаливание детей*, оно включает систему мероприятий:

- элементы закаливания в повседневной жизни:

умывание прохладной водой,

широкая аэрация помещений,

правильно организованная прогулка,

физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе;

- *специальные мероприятия:*

водные,  
воздушные  
солнечные.

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

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

Оздоровительная работа с детьми в летний период является составной частью системы профилактических мероприятий. Для достижения оздоровительного эффекта в летний период в режиме дня предусматривается максимальное пребывание детей на открытом воздухе, соответствующая возрасту продолжительность сна и других видов отдыха.

Для достижения достаточного объема двигательной активности детей необходимо использовать все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений с элементами соревнований, а также пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту (простейший туризм).

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

Примерная модель двигательного режима в МАДОУ № 84

*Формы организации*

Особенности организации

Утренняя гимнастика

1. Ежедневно на открытом воздухе или в зале, длительность- 10- 12 минут
2. Двигательная разминка во время. перерыва между занятиями Ежедневно в течение 7- 8 минут
3. Динамические паузы во время ОД Ежедневно, в зависимости от вида и содержания занятий
4. Подвижные игры и физические упражнения на прогулке Ежедневно с учетом уровней двигательной активности детей, длительность 12- 15 минут.
5. Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке Ежедневно во время прогулки, длительность- 12- 15 мин
6. Гимнастика после дневного сна в Ежедневно по мере пробуждения и подъема детей, длительность - не более 10 мин.

7. ОД по физической культуре 3 раза в неделю (одно на воздухе). Длительность- 15- 30 минут
8. Самостоятельная двигательная деятельность Ежедневно, под руководством воспитателя, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей
9. Физкультурно - спортивные праздники 2-4 раза в год (последняя неделя квартала)
10. Физкультурно - спортивные праздники 1- 2 раза в год на воздухе или в зале, длительность- не более 30 мин.
- 11 Игры. - соревнования между возрастными группами 1 раз в год не более 30 мин
- 12Спартакиады вне детского сада. Участвуют дети с высоким уровнем физической подготовленности
13. Физкультурные образовательная деятельность детей совместно с родителями учреждения Определяется воспитателем по обоюдному желанию родителей, воспитателей и детей
- 14Участие родителей во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, недели здоровья, туристических походов, посещения открытых занятий

*Модель организации образовательного процесса в МАДОУ на день*

Линии развития ребенка 1-я половина дня 2-я половина дня

Физическое развитие и оздоровление

- Прием детей на воздухе в теплое время года
- Утренняя гимнастика (подвижные игры, игровые сюжеты)
- Гигиенические процедуры (обширное умывание, полоскание рта)
- Закаливание в повседневной жизни (облегченная одежда в группе, одежда по сезону на прогулке, воздушные ванны)
- Дыхательная гимнастика
- Физкультминутки в процессе непосредственно образовательной деятельности статического характера
- Бодрящая гимнастика после сна
- Закаливание (воздушные ванны, ходьба босиком в спальне)
- Физкультурные досуги, игры и развлечения
- Самостоятельная двигательная деятельность
- Прогулка (индивидуальная работа по развитию движений)
- Физкультурные занятия (в зале, бассейне и на открытом воздухе)
- Прогулка в двигательной активности

В детском саду разработан гибкий режим дня, учитывающий возрастные психофизиологические возможности детей, их интересы и потребности, обеспечивающий взаимосвязь планируемых занятий с повседневной жизнью детей в детском саду.



Реализация рабочей программы осуществляется через регламентированную и нерегламентированную формы обучения: - различные виды занятий (комплексные, доминантные, тематические, авторские); - Самостоятельная досуговая деятельность ( нерегламентированная деятельность)

### **Перечень литературных источников**

- Примерная основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» Под.ред.Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой.-3-е изд., испр.и доп.-М.:МОЗАИКА
- СИНТЕЗ, 2014.-368с . — Региональной программой дошкольного образования «Соеенеч» – «Радость познания» под ред. Шаеховой Р.К., Казань2016г
- Физкультурные занятия в детском саду. Младшая группа. Конспекты занятий / Л. И. Пензулаева – М.: Мозаика-Синтез, 2015.
- Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. Конспекты занятий / Л. И. Пензулаева – М.: Мозаика-Синтез, 2015.
- Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий / Л. И. Пензулаева – М.: Мозаика-Синтез, 2015.
- Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий / Л. И. Пензулаева – М.: МозаикаСинтез, 2015
- Ж.Е.Фирилева, Е.Г. Сайкина «Фитнес-Данс», Санкт-Петербург 2007;
- К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду», Москва 2006;
- В.Я. Лысова, Т.С. Яковлева, М.Б. Зацепина, О.И.Воробьева «Спортивные праздники и развлечения», Москва 2000;
- А.И. Фомина «Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду», Москва 1984;
- Э.Й. Адашкявичене «Спортивные игры и упражнения в детском саду», Москва 1992;
- В.Т. Фролов «Физкультурные занятия на воздухе» Москва 1983;
- Т.Н. Осокина «Игры и развлечения на свежем воздухе» Москва 1983;
- Т.Н. Осокина «Физическая культура в детском саду» Москва 1983;
- В.Нищева. «Комплексная образовательная программа дошкольного образования для детей с ТНР (общим недоразвитием речи) с3 до 7лет». Издание 3-е, перераб.и доп.в соответствии с ФГОС ДО. – СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», 2016.-240с

**Образовательная область «Физическое развитие»**

**2 младшая группа**

**Сентябрь**

№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
1 неделя «___» _____ «___» _____ «___» _____	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	ОРУ без предметов (4- 9)	Ходьба и бег небольшими группами в прямом направлении. Игра «Пойдем в гости»	1. «Пройдем по дорожке». Ходьба между двумя линиями (расстояние 25 см). Расстояние между дорожками не менее 3 метров.	«Бегите ко мне» Ходьба стойкой за воспитателем в обход зала, в руках у педагога игрушка (мишка, зайка или кукла).	1. «Пройдем по дорожке». Ходьба между двумя линиями (расстояние 25 см). Расстояние между дорожками не менее 3 метров .
2 неделя «___» _____ «___» _____ «___» _____	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении; прыжках на двух ногах на месте.	ОРУ с флажками (4-12)	Ходьба и бег всей группой «стайкой». Игра «Пойдем в гости». Построение в круг.	1. Прыжки на двух ногах на месте (2–3 раза).	«Птички» Игровое задание «Найдем птичку».	Прыжки на двух ногах на месте (2–3 раза).
3 неделя «___» _____ «___» _____ «___» _____	Развивать умение действовать по сигналу; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.	ОРУ с малым мячом (4-15)	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий по сигналу: «Ворона!» – надо остановиться, сказать: «Кар – кар – кар!» – и продолжить ходьбу. По сигналу педагога: «Стрекозы!» – легкий бег, расставив руки в стороны – «расправили крылышки».	1. Прокатывание мячей - «Прокати и догони».	«Кот и воробышки» Ходьба в колонне по одному.	Прокатывание мячей - «Прокати и догони».

4 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур.	ОРУ с палками (4-17)	Ходьба и бег по кругу. Ходьба вокруг кубиков (половина круга), затем переход на бег – полный круг. Поворот в другую сторону, повторение задания. Темп упражнения умеренный. Упражнение заканчивается ходьбой.	1. Ползание с опорой на ладони и колени - «Доползи до погремушки».	«Быстро в домик» Игра «Найдем жучка»	Лазанье через шнур - «Пролезь и не задень».
Работа с воспитателями	1 Информационная папка раскладушка «Здоровый ребенок –это...» 2Консультация «Детские игры –классики» 3 Индивидуальная работа с воспитателями по созданию физкультурно-оздоровительной среды в группе 4рекомендации по изготовлению спортивного оборудования «султанчики»					
Работа с родителями	1 Консультация «Роль семьи в физическом воспитании ребенка» 2 Пака – раскладушка «Веселый тренинг» 3 Консультация «Роль подвижной игры в развитии основных движений у детей дошкольного возраста» 4 Индивидуальные беседы с родителями					
Индивидуальная работа						

**Образовательная область «Физическое развитие»**

**2 младшая группа**

**Октябрь**

№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
1 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	ОРУ без предметов (4-20)	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий по сигналу: «Лягушки» – дети останавливаются и присаживаются на корточки, затем поднимаются и продолжают ходьбу; бег в колонне по одному и врассыпную.	1. Равновесие - «Пойдем по мостику». 2. Прыжки через шнур в две шеренги.	«Догони мяч» Ходьба в колонне по одному с мячом в руках.	1.Равновесие - «Пойдем по мостику». 2. Прыжки через шнур в две шеренги. «Догони мяч»
2 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.	ОРУ с обручем (4-23)	Ходьба и бег по кругу. Вначале выполняется ходьба (примерно половина круга), затем бег (полный круг), переход на ходьбу и остановка. Поворот в другую сторону и повторение задания.	1. Прыжки из обруча в обруч. 2. «Прокати мяч».	«Ловкий шофер» Игровое задание «Машины поехали в гараж».	1. Прыжки из круга в круг. 2. «Прокати мяч». «Ловкий шофер»
3 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.	ОРУ на гимнастической скамейке (4-24)	Ходьба в колонне по одному, врассыпную, по всему залу, с выполнением заданий по сигналу: «Стрекозы» – бег, помахивая руками, как «крылышками»; переход на обычную ходьбу. На следующий сигнал: «Кузнечики» – прыжки на двух ногах – «кто выше». Упражнение повторяется.	1. Прокатывание мячей в прямом направлении - «Быстрый мяч». 2. Ползание между предметами, не задевая их - «Проползи – не задень».	«Зайка серый умывается» Игра «Найдем зайку».	1. Прокатывание мячей в прямом направлении - «Быстрый мяч». 2.Ходьба между предметами, не задевая их - «Пройди – не задень». «Зайка серый умывается»

4 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии	ОРУ с палками (4-27)	Ходьба в колонне по одному по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу; бег по кругу также с поворотом. Ходьба и бег проводятся в чередовании.	1.Ползание «Крокодилы». 2. Равновесие - «Пробеги – не задень».	«Кот и воробышки» Ходьба в колонне по одному за самым ловким «КОТОМ».	1. Пролезание через шнур - «Пролезь и не задень». 2. Равновесие - «Пробеги – не задень». «Кот и воробышки»
Работа с воспитателями	1. Консультация «Физкультура в детском саду» 2. Анкетирование 3. Папка –раскладушка « Дети в детском саду» 4. Индивидуальная работа с воспитателями					
Работа с родителями	1. Анкетирование « Выявление отношения к ЗОЖ» (№3) 2. Памятка для родителей по формированию ЗОЖ у детей. 3. Информация «Здоровьесберегающие технологии» 4. Индивидуальные беседы с родителями					
Индивидуальная работа						

Образовательная область «Физическое развитие»

**2 младшая группа**

**Ноябрь**

№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
1 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	ОРУ без предметов (4-30)	Игровое задание «Веселые мышки». Ходьба в колонне по одному. По сигналу: «Мышки!» – дети переходят к ходьбе на носках короткими, семенящими шагами, руки на поясе. По сигналу: «Бабочки!» – к бегу. Ходьба и бег проводятся в чередовании.	1. Равновесие «В лес по тропинке». 2. Прыжки «Зайки – мягкие лапочки».	Игра «Найдем зайчонка» «Ловкий шофер»	1. Равновесие «В лес по тропинке». 2. Прыжки «Зайки – мягкие лапочки».
2 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер.	ОРУ с короткой скакалкой (4-33)	Ходьба в колонне по одному с высоким подниманием колен, широким свободным шагом; руки на пояс – «лошадки». Бег, руки в стороны – «стрекозы». Ходьба и бег в чередовании. Построение в виде буквы «П».	1. Прыжки «Через болото». 2. Прокатывание мячей «Точный пас».	Игра «Где спрятался мышонок?» «Мыши в кладовой»	1. Прыжки «Через болото». 2. Прокатывание мячей «Точный пас».
3 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Развивать умение действовать по сигналу; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.	ОРУ с кубиками (4-35)	Игровое упражнение «Твой кубик».	1. Игровое задание с мячом «Прокати – не задень». 2. «Проползи – не задень». Ползание на четвереньках (с опорой на ладони и колени) между предметами, не задевая их («змейкой») 3. Игровое задание «Быстрые жучки».	Ходьба в колонне по одному или игра малой подвижности по выбору детей. По ровненькой дорожке»	1. Игровое задание с мячом «Прокати – не задень». 2. «Пройди – не задень».

4 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.	ОРУ без предметов (4-37)	Ходьба в колонне по одному с выполнением задания, бег в колонне по одному: «Лягушки!» – присесть, руки положить на колени, затем встать и продолжить ходьбу; «Бабочки!» – остановиться и помахать руками, как крылышками. Ходьба и бег проводится в чередовании.	1. Ползание. Игровое задание – «Паучки». 2. Равновесие. Сбоку от каждой доски, примерно на середине, на полу ставят кубик (или любой предмет). Выполняется ходьба в умеренном темпе на небольшом расстоянии друг от друга – руки в стороны, свободно балансируют, помогая устойчивому равновесию. Около кубика надо остановиться, выполнить присед (не очень глубокий) и продолжить ходьбу.	Ходьба в колонне по одному за «комаром». «Поймай комара»	1. Подлезание через шнур. Игровое задание – «Паучки». 2. Равновесие. Сбоку от каждой доски, примерно на середине, на земле ставят кубик (или любой предмет). Выполняется ходьба в умеренном темпе на небольшом расстоянии друг от друга – руки в стороны, свободно балансируют, помогая устойчивому равновесию. Около кубика надо остановиться, выполнить присед (не очень глубокий) и продолжить ходьбу.
Работа с воспитателями	1. Консультация использование физкультурного оборудования для повышения ДА детей во время прогулки» 2. Рекомендации по индивидуальной работе. 3. Консультация «Роль педагогического коллектива в оздоровлении дошкольников»» 4. Изготовление атрибутов к спортивным соревнованиям					
Работа с родителем-ми	1. Консультация «Формирование культуры здоровья у дошкольников» 2. Плакаты «Высказывание великих людей о женщине –матери» 3. Индивидуальные беседы с родителями. 4. Изготовление атрибутов к празднику «День матери»					
Индивидуальная работа						

**Образовательная область «Физическое развитие»**

**2 младшая группа**

**декабрь**

№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
1 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	ОРУ в парах (4-40)	Ходьба и бег в колонне по одному. Ходьба и бег врассыпную. Ходьба в колонне по одному. Построение.	1. Равновесие. Игровое упражнение «Пройди – не задень». 2. Прыжки. Игровое упражнение «Лягушки-попрыгушки».	«Коршун и птенчики» Ходьба в колонне по одному. Игра «Найдем птенчика».	1. Равновесие. Игровое упражнение «Пройди – не задень». 2. Прыжки. Игровое упражнение «Лягушки-попрыгушки».
2 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.	ОРУ без предметов (4-42)	Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу: «Самолеты!» – дети выполняют бег врассыпную, покачивая руками, как крыльями, затем ходьбу врассыпную. Ходьба и бег проводятся в чередовании.	1. Прыжки со скамейки (высота 20 см) на резиновую дорожку или мат. 2. Прокатывание мячей друг другу.	«Найди свой домик» Ходьба в колонне по одному.	1. Прыжки со скамейки (высота 20 см) на резиновую дорожку или мат. 2. Прокатывание мячей друг другу.
3 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.	ОРУ с малым мячом (4-45)	Ходьба в колонне по одному с выполнением задания по сигналу: «Воробышки!» – дети останавливаются и произносят «чик-чирик», затем продолжают ходьбу; бег в колонне по одному; ходьба и бег проводятся в чередовании.	1. Прокатывание мяча между предметами. Игровое задание «Не упусти!». 2. Ползание под дугу «Проползи – не задень» (высота 50 см).	«Лягушки» Игра малой подвижности «Найдем лягушонка».	1. Прокатывание мяча между предметами. Игровое задание «Не упусти!». 2. Пролезание под шнур «Пролезь – не задень».



4 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре; и сохранении равновесия при ходьбе по доске.	ОРУ без предметов (4-47)	Ходьба в колонне по одному с выполнением задания на сигнал: «На прогулку!» – всем детям предлагается разбежаться по всему залу; переход на ходьбу врассыпную и снова на бег.	1. Ползание. Игровое упражнение «Жучки на бревнышке». 2. Равновесие. «Пройдем по мостику».	«Птица и птенчики» Игра малой подвижности «Найдем птенчика».	1. Ползание. Игровое упражнение «Жучки на бревнышке». 2. Равновесие. «Пройдем по мостику».
Работа с воспитателями	1.Консультация «Физкультура в детском саду» 2.Анкетирование 3.Папка –раскладушка « Здравствуй снег, мороз и лёд, игр зимних хоровод» 4.Индивидуальные работа с воспитателями					
Работа с родителями	1.Конкурс рисунков детей и родителей «Выпал беленький снежок» 2.Папка – передвижка «Десять советов родителям» 3.Информация «Зимние травмы» 4.Индивидуальные беседы с родителями					
Индивидуальная работа						

**Образовательная область «Физическое развитие»**

**2 младшая группа**

**январь**

№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
1 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.	ОРУ с гимнастической палкой (4-50)	Ходьба в колонне по одному. По сигналу: «Великаны!» – дети выполняют ходьбу на носках, руки прямые вверх, переход на обычную ходьбу, затем бег в колонне по одному, с поворотом в другую сторону. Ходьба и бег в чередовании.	1. Равновесие «Пройди – не упади». 2. Прыжки «Из ямки в ямку».	«Коршун и цыплята» Игра малой подвижности «Найдем цыпленка?».	«Коршун и цыплята» Игра малой подвижности «Найдем цыпленка?».
2 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	ОРУ с кубиками (4-52)	Игровое упражнение «На полянке».	1. Прыжки «Зайки – прыгуны». 2. Прокатывание мяча между предметами	«Птица и птенчики» Ходьба в колонне по одному.	«Птица и птенчики» Ходьба в колонне по одному.
3 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять в умении действовать по сигналу в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений.	ОРУ с малым мячом (4-55)	Ходьба вокруг кубиков и по сигналу: «Взять кубик!» – каждый ребенок берет кубик (который находится ближе к нему), поднимает над головой. На след сигнал дети кладут кубик на место и продолжают ходьбу. После ходьбы – бег вокруг кубиков в обе стороны. Упражнения чередуются.	1. «Прокати – поймай». 2. «Медвежата».	«Найди свой цвет» Ходьба в колонне по одному.	«Найди свой цвет» Ходьба в колонне по одному.

4 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Ору со скакалкой (4-57)	«Лягушки и бабочки». Ходьба в колонне по одному, на сигнал: «Лягушки» – дети останавливаются, приседают, кладут руки на колени (можно произнести «ква-ква-ква»). Поднимаются и продолжают обычную ходьбу. На сигнал: «Бабочки!» – дети останавливаются и машут руками, «как крылышками». Бег в колонне по одному в обе стороны.	1. Ползание под дугу, не касаясь руками пола 2. Равновесие «По тропинке».	«Лохматый пес» Ходьба в колонне по одному	«Лохматый пес» Ходьба в колонне по одному
Работа с воспитателями	1.Консультация «Здоровый ребенок –это...» 2.Папка-передвижка «Стадион дома» 3.Папка –раскладушка « Забавы зимушки -зимы» 4.Индивидуальные работа с воспитателями					
Работа с родителями	1.Конкурс снежных построек для ДА детей во время прогулки 2.Папка – передвижка «Учимся кататься на лыжах» 3.Информация «Зимние травмы» 4.Индивидуальные беседы с родителями					
Индивидуальная работа						

**Образовательная область «Физическое развитие»**

**2 младшая группа**

**февраль**

№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
1 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.	ОРУ с обручем (4-59)	Ходьба и бег по кругу, выложенному кольцами (от кольца-броса): ходьба – примерно три четверти круга и бег – полный круг: остановка, поворот в другую сторону, повторение упражнений	1. Равновесие. «Перешагни – не наступи». 2. Прыжки. «С пенька на пенек».	«Найди свой цвет» Игра малой подвижности по выбору детей.	1. Равновесие. «Перешагни – не наступи». 2. Прыжки. «С пенька на пенек».
2 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.	ОРУ с гимнастической палкой (4-61)	. Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий на сигнал: «Мышки!» переход на ходьбу мелким, семенящим шагом, затем на обычную ходьбу. На слово: «Лошадки!» – бег, высоко поднимая колени, переход на обычный бег. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.	1. Прыжки «Веселые воробышки». 2. Прокатывание мяча «Ловко и быстро!».	«Воробышки в гнездышках» Игра «Найдем воробышка».	1. Прыжки «Веселые воробышки». 2. Прокатывание мяча «Ловко и быстро!».
3 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.	ОРУ без предметов (4-63)	Ходьба в колонне по одному, перешагивая через шнуры попеременно правой и левой ногой. Бег враспынную.	1. Бросание мяча через шнур двумя руками 2. Подлезание под шнур в группировке, не касаясь руками пола.	«Воробышки и кот» Ходьба в колонне по одному с мячом в руках	1. Бросание мяча через шнур двумя руками 2. Подлезание под шнур в группировке, не касаясь руками пола.

4 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	. Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.	ОРУ с большим мячом (4-65)	Построение в одну шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному; по сигналу переход на ходьбу врассыпную, затем на бег врассыпную. Ходьба и бег врассыпную в чередовании.	1. Лазание под дугу в группировке «Под дугу». 2. Равновесие. Ходьба по доске, на середине присесть и хлопнуть в ладоши перед собой и пройти дальше до конца доски.	«Лягушки» (прыжки) Игра «Найдем лягушонка».	1. Лазание под дугу в группировке «Под дугу». 2. Равновесие. Ходьба по доске, на середине присесть и хлопнуть в ладоши перед собой и пройти дальше до конца доски.
Работа с воспитателями	1.Консультация «Физкультура в детском саду» 2.Участие воспитанников детского сада на городском конкурсе 3.Папка –раскладушка « Дарите детям свою любовь и заботу» 4.Индивидуальные работа с воспитателями					
Работа с родителями	1.Конкурс мини-плакатов «Мой спортивный выходной» 2.Папка – передвижка «Десять советов родителям» 3.Информация «Зимние травмы» 4.Индивидуальные беседы с родителями					
Индивидуальная работа						

**Образовательная область «Физическое развитие»**

**2 младшая группа**

**март**

№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
1 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.	ОРУ с малым мячом (4-72)	Ходьба и бег по кругу в умеренном темпе с поворотом в другую сторону. Ходьба и бег чередуются.	1. «Ровным шагом». 2. Прыжки «Змейкой».	«Кролики» Ходьба в колонне по одному	1. «Ровным шагом». 2. Прыжки «Змейкой».
2 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.	ОРУ с флажками (4-74)	Ходьба в колонне по одному; ходьба врассыпную; с выполнением заданий на сигнал: «На прогулку!» – дети расходятся по всему залу, затем подается команда к бегу врассыпную. Ходьба и бег проводятся в чередовании.	1. Прыжки «Через канавку». 2. Катание мячей друг другу «Точно в руки».	«Найди свой цвет» Ходьба в колонне по одному.	1. Прыжки «Через канавку». 2. Катание мячей друг другу «Точно в руки»
3 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Развивать умение действовать по сигналу. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.	ОРУ с гимнастической палкой (4-76)	Ходьба в колонне по одному. На сигнал: «Лошадки!» – ходьба, высоко поднимая колени, руки на пояс (темп упражнений замедляется); переход на обычную ходьбу. На сигнал: «Бабочки!» – бег в колонне по одному, помахивая руками, как «крылышками». Упражнения в ходьбе и беге чередуются	1. «Брось – поймай». 2. Ползание на повышенной опоре (скамейке). Игровое упражнение «Муравьишки».	«Зайка серый умывается» Игра «Найдем зайку?».	1. «Брось – поймай». 2. Ползание на повышенной опоре (скамейке). Игровое упражнение «Муравьишки».

4 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	ОРУ без предметов (4-79)	Ходьба и бег между предметами По одной стороне ходьба «змейкой» между предметами, по другой – бег.	1. Ползание «Медвежата». 2. Равновесие. Ходьба по гимнастической скамейке (высота – 25 см) в колонне по одному, в умеренном темпе, свободно балансируя руками (2–3 раза).	«Автомобили» Ходьба в колонне по одному – «автомобили поехали в гараж».	1. Подлезание «Подлезь - не задень». 2. Равновесие. Ходьба по гимнастической скамейке (высота – 25 см) в колонне по одному, в умеренном темпе, свободно балансируя руками (2–3 раза).
Работа с воспитателями	1.Консультация «Физкультурный уголок в группе» 2. изготовление нестандартного физкультурного оборудования 3.Папка –раскладушка « Физические упражнения» 4.Индивидуальные работа с воспитателями					
Работа с родителями	1.Конкурс рисунков детей и родителей «Выпал беленький снежок» 2.Папка – передвижка «Пессимизм и здоровье» 3.Информация «Зимние травмы» 4.Индивидуальные беседы с родителями					
Индивидуальная работа						

**Образовательная область «Физическое развитие»**

**2 младшая группа**

**Апрель**

№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
1 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	ОРУ с малым мячом (4-81)	Ходьба вокруг кубиков (по 2 кубика на каждого ребенка). Выполняется ходьба по кругу, затем бег. Остановка, поворот в другую сторону и продолжение ходьбы и бега вокруг кубиков.	1. Равновесие. Ходьба боком, приставным шагом, по гимнастической скамейке (высота 25 см), руки на поясе, на середине присесть, руки вынести вперед; выпрямиться и пройти дальше. В конце скамейки сделать шаг вперед вниз, то есть сойти не прыгая. 2. Прыжки «Через канавку».	«Тишина» Игра «Найдем лягушонка».	1. Равновесие. Ходьба боком, приставным шагом, по гимнастической скамейке (высота 25 см), руки на поясе, на середине присесть, руки вынести вперед; выпрямиться и пройти дальше. В конце скамейки сделать шаг вперед вниз, то есть сойти не прыгая. 2. Прыжки «Через канавку».
2 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	ОРУ с обручем (4-83)	Ходьба в колонне по одному; по сигналу: «Жуки полетели!» – дети разбегаются враспынную по залу. На сигнал: «Жуки отдыхают!» – дети ложатся на спину и двигают руками и ногами, как бы шевелят лапками. Затем жуки поднимаются и снова летают и опять отдыхают (можно использовать музыкальное сопровождение).	1. Прыжки из кружка в кружок. 2. Упражнения с мячом - «Точный пас».	«По ровненькой дорожке» Ходьба в колонне по одному у.	1. Прыжки из кружка в кружок. 2. Упражнения с мячом - «Точный пас».



3 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	ОРУ без предметов (4-85)	Ходьба в колонне по одному. По сигналу: «Великаны!» – ходьба на носках, руки вверх; переход на обычную ходьбу. По сигналу: «Гномы!» – присед, руки положить на колени.	1. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке «Медвежата».	« Мы топаем ногами» Ходьба в колонне по одному.	1. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке «Медвежата».
4 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	ОРУ на гимнастической скамейке (4-87)	Ходьба в колонне по одному. На слово «воробышки» остановиться и сказать «чик-чирик»; продолжение ходьбы, на слово «лягушки» присесть, руки положить на колени. Переход на бег в умеренном темпе и на слово «лошадки» – бег с подскоком. Упражнения в ходьбе и беге чередуются	1. Ползание «Проползи – не задень». 2. Равновесие «По мостику».	«Огуречик, огуречик» Ходьба в колонне по одному.	1. Ходьба «Пройди – не задень». 2. Равновесие «По мостику».
Работа с воспитателями	1.Консультация «Физкультура в детском саду» 2. создание книжек малышек про загадки о спорте. 3.Папка –раскладушка « Птичьи забавы»» 4.Индивидуальные работа с воспитателями					
Работа с родителями	1.конкурс – «Рецепт на здоровье» 2.Папка – передвижка «Умные или счастливые» 3.Информация «Четыре заповеди мудрого родителя» 4.Индивидуальные беседы с родителями					
Индивидуальная работа						

**Образовательная область «Физическое развитие»**

**2 младшая группа**

**май**

№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
1 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.	ОРУ с обручем (4-89)	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную по всему залу. Упражнения в ходьбе и беге чередуются (музыкальное сопровождение).	1. Равновесие. Ходьба по гимнастической скамейке (высота 30 см). 2. Прыжки через шнуры (расстояние между ними 30–40 см) на двух ногах.	«Мыши в кладовой» «Где спрятался мышонок?»	1. Равновесие. Ходьба по гимнастической скамейке (высота 30 см). 2. Прыжки через шнуры (расстояние между ними 30–40 см) на двух ногах.
2 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.	ОРУ с большим мячом (4-91)	Ходьба и бег в колонне по одному между предметами (между кубиками «змейкой», а между набивными мячами – бег).	1. Прыжки «Паращютисты». 2. Прокатывание мяча друг другу (исходное положение – сидя ноги врозь или в стойке на коленях, сидя на пятках).	«Воробышки и кот» Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности.	1. Прыжки «Паращютисты». 2. Прокатывание мяча друг другу (исходное положение – сидя ноги врозь или в стойке на коленях, сидя на пятках).
3 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Ходьба с выполнением заданий по сигналу: упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.	ОРУ без предметов (4-92)	Ходьба в колонне по одному. По сигналу: «Пчелки!» – дети выполняют бег врассыпную, помахивая руками, как крылышками, и, произнося «жу-жу-жу!», переходят к ходьбе врассыпную. Ходьба и бег чередуются несколько раз.	1. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. 2. Ползание по скамейке с опорой на ладони и колени.	«Огуречик, огуречик» Ходьба в колонне по одному.	1. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. 2. Ползание по скамейке с опорой на ладони и колени

4 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии.	ОРУ с палкой (4-95)	Ходьба в колонне по одному; по сигналу переход на ходьбу мелким, семенящим шагом – «как мышки»; бег врассыпную по всему залу.	1. Лазание на наклонную лесенку (не более трех детей). 2. Ходьба по доске, положенной на пол (руки на пояс), голову и спину держат прямо.	«Коршун и наседка» Ходьба в колонне по одному	1. Лазание на наклонную лесенку (не более трех детей). 2. Ходьба по доске, положенной на пол (руки на пояс), голову и спину держат прямо..
Работа с воспитателями	1.Консультация «Организация режима дня и оздоровительно-воспитательной работы с детьми» 2.Папка –передвижка «Классики» 3.Папка –раскладушка «Физкультминутка, как формы активного отдыха» 4.Индивидуальные работа с воспитателями					
Работа с родителями	1.Конкурс рисунков детей и родителей «Безопасность детей летом, или что можно, а что нельзя» 2.Папка – передвижка «Безопасность детей на улице» 3.Информация « Всем без исключения о правилах движения» 4.Индивидуальные беседы с родителями					
Индивидуальная работа						

Образовательная область «Физическое развитие»

**Средняя группа**

**Сентябрь**

№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
1 неделя «__»____ «__»____ «__»____	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при подпрыгивании.	ОРУ без предметов (4- 9)	Построение в шеренгу, проверка равнения. Ходьба и бег в колонне по одному, в чередовании. Перестроение в три колонны.	1. Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (длина – 3м, ширина – 15см.). 2. Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево (на месте). 3. Ходьба и бег между двумя линиями (ширина 20см.). 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до кубика (кегли), на расстояние 3-4 м.	«Найди себе пару» Ходьба в колонне по одному, помахивая платочками над головой	1. «Не пропусти мяч». 2. «Не задень».
2 неделя «__»____ «__»____ «__»____	Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча.	ОРУ с флажками (4-12)	Ходьба и бег в колонне по одному, в чередовании, с остановкой по сигналу. Перестроение в три колонны.	1. Прыжки «Достань до предмета» - подпрыгивание на месте на двух ногах. 2. Прокатывание мячей друг другу (расстояние 2 м.), стоя на коленях. 3. Прыжки на двух ногах вверх – «Достань до предмета». 4. Прокатывание мячей друг другу. 5. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 5 метров) до обозначенного места	«Самолеты» Ходьба в колонне по одному.	1. «Прокати обруч». 2. «Вдоль дорожки».

3 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную; упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур.	ОРУ с малым мячом (4-15)	Ходьба в колонне по одному между двумя линиями; бег врассыпную. Перестроение в круг.	1. Прокатывание мячей друг другу двумя руками (исходное положение - стойка на коленях). 2. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 3. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. 4. Подлезание под дугу, поточно 2 колоннами. 5. Прыжки на двух ногах между кеглями	«Огуречик, огуречик» Ходьба с положением рук: за спиной, в стороны, за головой	1. «Мяч через сетку». 2. «Кто быстрее добежит до кубика» 3. «Подбрось-поймай»
4 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры	ОРУ с палками (4-17)	Ходьба в колонне по одному с выполнением задания; бег врассыпную. Ходьба и бег в чередовании. Построение в три колонны.	1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола, в группировке. 2. Ходьба на носках по доске, лежащей на полу. 3. Ходьба по доске, лежащей на полу (высота - 15см), перешагивая через кубики, руки на поясе. 4. Подлезание под шнур с опорой на ладони и колени. 5. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до обозначенного места.	«У медведя во бору» «Где постучали?»	1. «Перебрось-поймай». 2. «Успей поймать». 3. «Вдоль дорожки».
Работа с воспитателями	1 Информационная папка раскладушка «Здоровый ребенок –это...» 2 Консультация «Детские игры –классики» 3 Индивидуальная работа с воспитателями по созданию физкультурно-оздоровительной среды в группе 4 рекомендации по изготовлению спортивного оборудования «султанчики»					
Работа с родителя-ми	1 Консультация «Роль семьи в физическом воспитании ребенка» 2 Пака – раскладушка «Веселый тренинг» 3 Консультация «Роль подвижной игры в развитии основных движений у детей дошкольного возраста» 4 Индивидуальные беседы с родителями					

Индивидуальна ая работа						
Образовательная область «Физическое развитие»						
Средняя группа						
Октябрь						
№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
1 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	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.	ОРУ без предметов (4-20)	Ходьба в колонне по одному, с перешагиванием через шнуры (расстояние между шнурами-40 см). Упражнения в перешагивании (перепрыги-вании) в беге (расстояние между шнурами 60 см).	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине скамейки присесть, руки в стороны, встать, пройти до конца скамейки и сойти, не спрыгивая (3-4 раза). 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до предмета (кубик, кегля). 3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе (3-4 раза). 4. Прыжки на двух ногах до косички, перепрыгнуть через нее.	«Кот и мыши» Ходьба в колонне по одному на носках	«Мяч через шнур (сетку)». «Кто быстрее доберется до кегли».

<p>2 неделя</p> <p>«__» _____</p> <p>«__» _____</p> <p>«__» _____</p>	<p>Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения.</p>	<p>ОРУ с обручем (4-23)</p>	<p>Построение в шеренгу. Ходьба врассыпную и бег врассыпную. Построение в три колонны.</p>	<p>1. Прыжки-перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах (2-3 раза). 2. Прокатывание мячей друг другу (10-12 раз). 3. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч поточным способом. 4. Прокатывание мяча между 4-5 предметами (кубики или набивные мячи), поставлен-ными в один ряд.</p>	<p>«Автомобили» «Автомобили поехали в гараж» (в колонне по одному)</p>	<p>«Подбрось – поймай». «Кто быстрее» (эстафета).</p>
<p>3 неделя</p> <p>«__» _____</p> <p>«__» _____</p> <p>«__» _____</p>	<p>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>ОРУ на гимнастическ ой скамейке (4-24)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, с перешагиванием через бруски, положенные на расстоянии двух шагов ребенка. Бег врассыпную по всему залу. Упражнения в ходьбе и беге чередуются. Построение в круг.</p>	<p>1. Прокатывание мяча в прямом направлении. 2. Лазанье под шнур, не касаясь руками пола. 3. Лазанье под дугу двумя колоннами поточным способом. 4. Прыжки на двух ногах через 4-5 линий. 5. Подбрасывание мяча двумя руками (мячи лежат в 2-3 обручах большого диаметра).</p>	<p>«У медведя во бору» «Угадай, где спрятано»</p>	<p>«Прокати- не урони». «Вдоль дорожки».</p>

4 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге врассыпную; повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры.	ОРУ с палками (4-27)	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; ходьба и бег в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную.	1.Подлезания под дугу (высота 50 см), не касаясь руками пола 2. Ходьба по доске (ширина 15 см), положенной на пол, перешагивая через кубики. 3. Прыжки на двух ногах между набивными мячами (4-5 штук), положенными в две линии. 1. Лазанье под шнур с мячом в руках. 2. Прокатить мяч по дорожке в прямом направлении	«Кот и мыши» «Угадай, кто позвал?»	«Подбрось – поймай». «Мяч в корзину». «Кто скорее по дорожке».
Работа с воспитателями	5. Консультация «Физкультура в детском саду» 6. Анкетирование 7. Папка –раскладушка « Дети в детском саду» 8. Индивидуальные работа с воспитателями					
Работа с родителями	5. Анкетирование « Выявление отношения к ЗОЖ» (№3) 6. Памятка для родителей по формированию ЗОЖ у детей. 7. Информация «Здоровьесберегающие технологии» 8. Индивидуальные беседы с родителями					
Индивидуальная работа						



## Образовательная область «Физическое развитие»

**Средняя группа****Ноябрь**

№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
1 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре.	ОРУ без предметов (4-30)	Ходьба и бег между кубиками, поставленными по всему залу произвольно, стараясь не задевать друг друга и кубики. Повторить 2-3 раза. Построение около кубиков.	1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед между кубиками. 3. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки в стороны. 4. Прыжки на двух ногах через 5-6 линий (шнуров). 5. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками.	«Салки» Игра малой подвижности «Найди и промолчи».	«Кролики» Ходьба в колонне по одному.
2 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча.	ОРУ с короткой скакалкой (4-33)	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по кругу с поворотом в другую сторону по сигналу. Ходьба и бег врассыпную; ходьба на носках, «как мышки», переход на обычную ходьбу.	1. Прыжки на двух ногах через 5-6 линий (шнуров). 2. Прокатывание мячей друг другу (стойка на коленях). 3. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед между предметами. 4. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками снизу.	«Самолеты» Ходьба в колонне по одному, впереди звено, победившее в игре «Самолеты».	«Найди себе пару» Ходьба в колонне по одному.

3 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках	ОРУ с кубиками (4-35)	Ходьба в колонне по одному, на сигнал изменить направление (поворот кругом в движении); ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, руки на поясе; переход на обычную ходьбу, бег врассыпную.	1. Броски мяча о землю и ловля его двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. 3. Броски мяча о пол одной рукой и ловля его двумя руками после отскока. 4. Ползание в шеренгах в прямом направлении с опорой на ладони и ступни - «как медвежата». 5. Прыжки на двух ногах между предметами.	«Лиса и куры» Ходьба в колонне по одному.	«Догони пару». Ходьба в колонне по одному
4 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия.	ОРУ без предметов (4-37)	Ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную - по сигналу остановиться и принять какую-либо позу.	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 2. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. 4. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. 5. Прыжки на двух ногах до кубика (или кегли).	«Цветные автомобили» Ходьба в колонне по одному.	«Самолеты». Игра малой подвижности по выбору детей.
Работа с воспитателями	5. Консультация по использованию физкультурного оборудования для повышения ДА детей во время прогулки» 6. Рекомендации по индивидуальной работе. 7. Консультация «Роль педагогического коллектива в оздоровлении дошкольников»» 8. Изготовление атрибутов к спортивным соревнованиям					
Работа с родителями	5. Консультация «Формирование культуры здоровья у дошкольников» 6. Плакаты «Высказывание великих людей о женщине – матери» 7. Индивидуальные беседы с родителями. 8. Изготовление атрибутов к празднику «День матери»					

Индивидуальна я работа						
	Образовательная область «Физическое развитие»					
Средняя группа						
декабрь						
№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД ( с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
1 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие.	ОРУ в парах (4-40)	Ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную; перестроение в колонну по одному.	1. Равновесие - ходьба по шнуру. 2. Прыжки через бруски, помогая себе взмахом рук. 3. Прыжки на двух ногах через шнуры. 4. Прокатывание мяча между предметами, подталкивая его двумя руками снизу.	«Лиса и куры» Игра м/п «Найдем цыпленка»	«Веселые снежинки». «Кто быстрее до снеговика». «Кто дальше бросит».
2 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами.	ОРУ без предметов (4-42)	Ходьба и бег в колонне по одному. Построение в шеренгу.	1. Прыжки со скамейки на резиновую дорожку. 2. Прокатывание мяча между предметами. 3. Бег по дорожке.	«У медведя во бору» Игра малой подвижности	«Пружинка» Во время упражнений одной подгруппы дети второй подгруппы лепят снежки, снежную бабу или катают друг друга на санках - в пределах видимости инструктора.

3 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках	ОРУ с малым мячом (4-45)	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную, по сигналу воспитателя остановиться и принять какую-либо позу.	1.Перебрасывание мячей друг другу. 2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. 4. Ползание в прямом направлении на четвереньках с опорой на ладони и стопы - «по-медвежьи». 5. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, высоко поднимая колени, руки на поясе, не задевая мячи.	«Зайцы и волк» Игра м/п «Где спрятался зайка?».	«Кто дальше?». «Снежная карусель».
4 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять в действиях по заданию инструктора в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнение в равновесии.	ОРУ без предметов (4-47)	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную, по сигналу остановиться и принять какую-либо позу. Ходьба и бег повторяются.	1.Ползание по гимнастической скамейке с выполнением заданий. 2.Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки за головой. 3.Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. 4. Прыжки на двух ногах до лежащего на полу (на земле) обруча, прыжок в обруч и из обруча.	«Птички и кошка» Ходьба в колонне по одному.	«Петушки ходят». «По снежному валу». «Снайперы».
Работа с воспитателями	1.Консультация «Физкультура в детском саду» 2.Анкетирование 3.Папка –раскладушка « Здравствуй снег, мороз и лёд, игр зимних хоровод» 4.Индивидуальные работа с воспитателями					
Работа с родителями	1.Конкурс рисунков детей и родителей «Выпал беленький снежок» 2.Папка – передвижка «Десять советов родителям» 3.Информация «Зимние травмы» 4.Индивидуальные беседы с родителями					

Индивидуальная работа	
-----------------------	--

Образовательная область «Физическое развитие»

**Средняя группа**

**январь**

№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
1 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках.	ОРУ с гимнастической палкой (4-50)	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между предметами, поставленными враспынную по всему залу. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.	1. Равновесие-ходьба по канату с выполнением заданий. 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед вдоль каната и перепрыгивая через него справа и слева. 3. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками, произвольно (дети свободно располагаются по залу) каждый в своем темпе.	«Кролики» Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности «Найдем кролика!».	«Снежинки-пушинки». «Кто дальше».

<p>2 неделя</p> <p>«__» _____</p> <p>«__» _____</p> <p>«__» _____</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу.</p>	<p>ОРУ с кубиками (4-52)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего; ходьба и бег врассыпную.</p>	<p>1.Прыжки с гимнастической скамейки.</p> <p>2.Перебрасывание мячей друг другу (способ - двумя руками снизу).</p> <p>3.Отбивание малого мяча одной рукой о пол и ловля его двумя руками.</p> <p>4.Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед, - прыжком ноги врозь, прыжком ноги вместе и так далее.</p> <p>5.Равновесие-ходьба на носках между предметами.</p>	<p>«Найди себе пару»</p> <p>Ходьба в колонне по одному.</p>	<p>«Снежная карусель».</p> <p>«Прыжки к елке».</p>
<p>3 неделя</p> <p>«__» _____</p> <p>«__» _____</p> <p>«__» _____</p>	<p>Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом.</p>	<p>ОРУ с малым мячом (4-55)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному «змейкой», между предметами; ходьба с перешагиванием через шнуры; бег врассыпную. Ходьба и бег врассыпную.</p>	<p>1. Отбивание мяча о пол.</p> <p>2.Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни.</p> <p>3. Прокатывание мячей друг другу в парах.</p> <p>4. Ползание в прямом направлении на четвереньках с опорой на ладони и ступни.</p> <p>5. Прыжки на двух ногах справа и слева от шнура, продвигаясь вперед.</p>	<p>«Лошадки»</p> <p>Ходьба в колонне по одному в обход зала.</p>	<p>«Кто дальше бросит?»</p> <p>«Перепрыгни - не задень».</p>
<p>4 неделя</p> <p>«__» _____</p> <p>«__» _____</p> <p>«__» _____</p>	<p>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>Ору со скакалкой (4-57)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего. Бег врассыпную.</p>	<p>1. Лазанье под шнур разными способами.</p> <p>2. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке с выполнением заданий.</p> <p>3. Прыжки на двух ногах предметами,</p>	<p>«Автомобили»</p> <p>Ходьба в колонне по одному</p>	<p>«Кто дальше бросит?»</p> <p>«Перепрыгни - не задень».</p>

Работа с воспитателями	1.Консультация «Здоровый ребенок –это...» 2.Папка-передвижка «Стадион дома» 3.Папка –раскладушка « Забавы зимушки -зимы» 4.Индивидуальные работа с воспитателями
Работа с родителями	1.Конкурс снежных построек для ДА детей во время прогулки 2.Папка – передвижка «Учимся кататься на лыжах» 3.Информация «Зимние травмы» 4.Индивидуальные беседы с родителями
Индивидуальная работа	

Образовательная область «Физическое развитие»						
Средняя группа						
февраль						
№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД ( с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
1 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задание в прыжках.	ОРУ с обручем (4-59)	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег между предметами; ходьба и бег враспынную. Построение в три колонны.	1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке. 2. Прыжки через бруски. 3. Ходьба, перешагивая через набивные мячи. 4. Прыжки через шнур, положенный вдоль зала 5. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах.	«Котят и щенята» Игра малой подвижности. «У медведя во бору»	«Змейкой» между санками. «Добрось до кегли».

2 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами.	ОРУ с гимнастической палкой (4-61)	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий по сигналу; бег врассыпную по всему залу.	1. Прыжки из обруча в обруч на двух ногах. 2. Прокатывание мячей между предметами. 3. Прыжки на двух ногах через короткие шнуры. 4. Прокатывание мячей друг другу в шеренгах. 5. Ходьба на носках, руки на поясе, в чередовании с обычной ходьбой.	Ходьба в колонне по одному с хлопком в ладоши на каждый четвертый счет.	«Покружись». «Кто дальше бросит».
3 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках.	ОРУ без предметов (4-63)	Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя дети переходят на ходьбу на носках, руки за голову; обычная ходьба, руки в стороны; переход на бег врассыпную. Ходьба и бег в чередовании	1. Перебрасывание мячей друг другу. 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. 3. Метание мешочков в вертикальную цель. 4. Прыжки на двух ногах между предметами, поставленными в шахматном порядке.	«Воробышки и автомобиль» Ходьба в колонне по одному.	«Кто дальше бросит снежок». «Найдем снегурочку!»



4 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами.	ОРУ с большим мячом (4-65)	Ходьба в колонне по одному. Ходьба и бег врассыпную по всему залу, перестроение в ходьбе в колонну по одному.	1. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. 2. Равновесие - ходьба, перешагивая через набивные мячи, высоко поднимая колени. 2. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом: на середине скамейки присесть, руки вынести вперед; подняться и пройти дальше, в конце скамейки сделать шаг вперед-вниз (не прыгать). 3. Прыжки на правой и левой ноге, используя взмах рук	«Перелет птиц» Ходьба в колонне по одному	«Точно в цель». «Туннель». Катание на санках друг друга.
Работа с воспитателями	1.Консультация «Физкультура в детском саду» 2.Участие воспитанников детского сада на городском конкурсе 3.Папка –раскладушка « Дарите детям свою любовь и заботу» 4.Индивидуальные работа с воспитателями					
Работа с родителями	1.Конкурс мини-плакатов «Мой спортивный выходной» 2.Папка – передвижка «Десять советов родителям» 3.Информация «Зимние травмы» 4.Индивидуальные беседы с родителями					
Индивидуальная работа						

Образовательная область «Физическое развитие»

**Средняя группа**

**март**

№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
1 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	ОРУ с малым мячом (4-72)	Ходьба в колонне по одному, переход к ходьбе по кругу. По сигналу поворот кругом в движении и продолжение ходьбы; переход на бег. Ходьба и бег в чередовании. Ходьба и бег врассыпную с остановкой по сигналу.	1. Ходьба на носках между предметами, 2. Прыжки через шнур справа и слева, продвигаясь вперед. 3. Равновесие - ходьба и бег по наклонной доске. 4. Прыжки на двух ногах через короткую скакалку.	«Перелет птиц» Игра малой подвижности «Найди и промолчи».	«Быстрые и ловкие». «Сбей кеглю».
2 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег врассыпную.	ОРУ с флажками (4-74)	Ходьба в колонне по одному. На сигнал педагога: «Лошадки!» - дети выполняют ходьбу, высоко поднимая колени, руки на пояс (темп средний), переход на обычную ходьбу. На сигнал: «Мышки!» ходьба на носках, руки за голову. Ходьба и бег врассыпную.	1. Прыжки в длину с места. 2. Перебрасывание мячей через шнур. 3. Прокатывание мяча друг другу.	«Бездомный заяц» Ходьба в колонне по одному.	«Подбрось-поймай». «Прокати - не задень».

3 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке.	ОРУ с гимнастической палкой (4-76)	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по кругу с выполнением заданий: ходьба на носках, ходьба в полуприсяде, руки на коленях; переход на обычную ходьбу.	1. Прокатывание мяча между предметами. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков. 3. «Проползи - не урони». 4. Равновесие - ходьба по скамейке с мешочком на голове.	«Самолеты» Игра малой подвижности.	«На одной ножке вдоль дорожки». «Брось через веревочку».
4 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, с остановкой по сигналу; повторить ползание по скамейке «по-медвежьи»; упражнения в равновесии и прыжках.	ОРУ без предметов (4-79)	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную, по сигналу остановиться.	1. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни «по-медвежьи». 2. Равновесие - ходьба по доске, положенной на пол. 3. Прыжки через шнуры. 4. Лазанье по гимнастической стенке и передвижение по третьей рейке. 5. Прыжки на двух ногах через шнуры	«Охотник и зайцы» Игра малой подвижности «Найдем зайку»	«Перепрыгни ручеек». «Бег по дорожке».
Работа с воспитателями	1. Консультация «Физкультурный уголок в группе» 2. изготовление нестандартного физкультурного оборудования 3. Папка –раскладушка « Физические упражнения» 4. Индивидуальные работа с воспитателями					
Работа с родителями	1. Конкурс рисунков детей и родителей «Выпал беленький снежок» 2. Папка – передвижка «Пессимизм и здоровье» 3. Информация «Зимние травмы» 4. Индивидуальные беседы с родителями					
Индивидуальная работа						



Образовательная область «Физическое развитие»

**Средняя группа**

**Апрель**

№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
1 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить задания в равновесии и прыжках.	ОРУ с малым мячом (4-81)	Ходьба в колонне по одному, по сигналу дети переходят к ходьбе с перешагиванием через бруски попеременно правой и левой ногой; бег врассыпную. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.	1. Равновесие - ходьба по доске, лежащей на полу, с мешочком на голове, руки в стороны. 2. Прыжки на двух ногах через препятствия. 3. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове. 4. Метание мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой.	«Пробеги тихо» Игра малой подвижности «Угадай, кто позвал».	«Прокати и поймай». «Сбей булаву (кеглю). Катание на велосипеде.
2 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	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.	ОРУ с обручем (4-83)	Ходьба в колонне по одному в обход зала, ходьба по кругу, взявшись за руки. Остановка, поворот в другую сторону и продолжение ходьбы. Ходьба и бег врассыпную	1. Прыжки в длину с места. 2. Метание мешочков в горизонтальную цель. 2. Метание мячей в вертикальную цель. 3. Отбивание мяча одной рукой несколько раз подряд и ловля его двумя руками.	«Совушка» Ходьба в колонне по одному, на носках; обычным шагом.	«По дорожке». «Не задень» «Перепрыгни - не задень»

3 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках.	ОРУ без предметов (4-85)	Ходьба в колонне по одному. По сигналу: «Лягушки!» - дети приседают и кладут руки на колени, поднимаются и продолжают ходьбу. На сигнал: «Бабочки!» - переходят на бег, помахивая руками-«крылышками». Упражнения в ходьбе и беге чередуются.	1. Метание мешочков на дальность. 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. 3. Прыжки на двух ногах.	«Совушка» Ходьба в колонне по одному	«Успей поймать». «Подбрось - поймай».
4 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	ОРУ на гимнастической скамейке (4-87)	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег враспынную; по сигналу: «Лошадки!» - ходьба, высоко поднимая колени; по сигналу: «Мышки!» - ходьба на носках семенящими шагами; ходьба и бег в чередовании.	1. Равновесие - ходьба по доске, лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на пояс. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом. 2. Прыжки на двух ногах между предметами.	«Птички и кошка» Ходьба в колонне по одному.	«Пробеги - задень». «Накинь кольцо». «Мяч через сетку».
Работа с воспитателями	1.Консультация «Физкультура в детском саду» 2. создание книжек малышек про загадки о спорте. 3.Папка –раскладушка « Птичьи забавы»» 4.Индивидуальные работа с воспитателями					
Работа с родителями	1.конкурс – «Рецепт на здоровье» 2.Папка – передвижка «Умные или счастливые» 3.Информация «Четыре заповеди мудрого родителя» 4.Индивидуальные беседы с родителями					
Индивидуальная работа						

## Образовательная область «Физическое развитие»

**Средняя группа****май**

№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
1 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места.	ОРУ с обручем (4-89)	Ходьба и бег парами, ходьба и бег враспынную. Перестроение в три колонны.	1. Ходьба по доске, лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на пояс.; ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше. 2. Прыжки в длину с места через шнуры. 3. Прокатывание мяча между кубиками «змейкой».	«Котят и щенята» Игра малой подвижности «Котят и щенята»	1. «Достань до мяча». 2. «Перепрыгни ручеек». 3. «Пробеги-не задень».

2 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	ОРУ с большим мячом (4-91)	Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего. Ходьба и бег враспынную по всему залу.	1. Прыжки в длину с места через шнур. 2. Перебрасывание мячей друг другу в парах. 3. Прыжки через короткую скакалку на двух ногах на месте. 4. Метание мешочков на дальность (правой и левой рукой).	Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности по выбору детей.	1. «Попади в корзину». 2. «Подбрось - поймай».
3 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге враспынную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель.	ОРУ без предметов (4-92)	Ходьба в колонне по одному; на сигнал: «Лошадки!» - дети идут, высоко поднимая колени, руки на поясе; бег враспынную.	1. Метание в вертикальную цель. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе; с опорой на ладони и ступни («по-медвежьи») 3. Прыжки через короткую скакалку.	«Зайцы и волк» Игра малой подвижности «Найдем зайца».	1. «Не урони». 2. «Не задень». 3. «Бегом по дорожке».
4 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках.	ОРУ с палкой (4-95)	Ходьба в колонне по одному; по сигналу – ходьба в полуприседе, ходьба, высоко поднимая колени, ходьба мелким, семенящим шагом в чередовании с обычной ходьбой; бег в колонне по одному..	1. Равновесие - ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки в стороны; ходьба по доске, лежащей на полу, на носках, руки за головой. 2. Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева, продвигаясь вперед.. 4. Лазанье на гимнастическую стенку и спуск с нее. 5. Прыжки на двух ногах через шнуры	«У медведя во бору». Ходьба в колонне по одному	1. «Подбрось-поймай». 2. «Кто быстрее по дорожке».
Работа с воспитателями	1. Консультация «Организация режима дня и оздоровительно-воспитательной работы с детьми» 2. Папка –передвижка «Классики» 3. Папка –раскладушка «Физкультминутка, как формы активного отдыха» 4. Индивидуальные работа с воспитателями					



Работа с родителями	1.Конкурс рисунков детей и родителей «Безопасность детей летом, или что можно, а что нельзя»» 2.Папка – передвижка «Безопасность детей на улице» 3.Информация « Всем без исключения о правилах движения» 4.Индивидуальные беседы с родителями
Индивидуальная работа	

**Образовательная область «Физическое развитие»**

**Старшая группа**

**Сентябрь**

№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
1 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге врассыпную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча.	ОРУ без предметов (4- 9)	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения: перестроение в колонну по одному, ходьба в колонне по одному на носках; бег в колонне по одному; по сигналу ходьба и бег врассыпную; перестроение в колонну по два в движении.	1. Равновесие ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через препятствия. 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. 3. Перебрасывание мячей друг другу.	«Мышеловка» Игра м/п «У кого мяч?»..	1.«Пингвины». 2.«Не промахнись». 3.«По мостику».
2 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках; развивать координацию движений в прыжках в высоту (достань до предмета) и ловкость в бросках мяча вверх.	ОРУ с флажками (4-12)	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба на носках, руки на поясе; ходьба и бег между предметами. Ходьба и бег в чередовании.	1. Прыжки на двух ногах - «Достань до предмета». 2. Подбрасывание малого мяча (диаметр 6—8 см) вверх двумя руками. 3. Бег в среднем темпе (до 1,5 мин). 4. Ползание на четвереньках между предметами	«Фигуры» Игра м/п «Найди и промолчи».	1. «Передай мяч». 2. «Не задень».
3 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге (до 1 мин); в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; в подбрасывание мяча вверх; развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры	ОРУ с малым мячом (4-15)	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному (прыжком). Ходьба с высоким подниманием колен, руки на поясе. Бег в колонне по одному (до 1 мин), темп бега умеренный. Переход на обычную ходьбу.	1.Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; предплечья и колени. 2. Ходьба по канату боком приставным шагом; с мешочком на голове. 3. Броски мяча вверх двумя руками и ловля его; перебрасывание мяча друг другу двумя .	«Удочка» Ходьба в колонне по одному	1. «Не попадись». 2. «Мяч о стенку».

4 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	ОРУ с палками (4-17)	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Ходьба в различном темпе в чередовании с обычной ходьбой.	1. Пролезание в обруч прямо и боком (не задевая за верхний край) в группировке. 2. Ходьба, перешагивая через препятствие; с мешочком на голове. 3. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед; с мешочком, зажатым между колен,— «Пингвины».	. «Мы веселые ребята» Ходьба в колонне по одному, выполняя задания для рук.	1. «Поймай мяч». 2. «Будь ловким». 3. «Найди свой цвет».
Работа с воспитателями	1 Информационная папка раскладушка «Здоровый ребенок –это...» 2Консультация «Детские игры –классики» 3 Индивидуальная работа с воспитателями по созданию физкультурно-оздоровительной среды в группе 4рекомендации по изготовлению спортивного оборудования «султанчики»					
Работа с родителя-ми	1 Консультация «Роль семьи в физическом воспитании ребенка» 2 Пака – раскладушка «Веселый тренинг» 3 Консультация «Роль подвижной игры в развитии основных движений у детей дошкольного возраста» 4 Индивидуальные беседы с родителями					
Индивидуальн ая работа						

**Образовательная область «Физическое развитие»**

**Старшая группа**

**Октябрь**

№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
1 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в беге (до 1 мин.); в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча.	ОРУ без предметов (4-20)	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Ходьба в колонне по одному, бег колонной по одному (до 1 мин.); переход на ходьбу.	1. Ходьба по гимнастической скамейке с выполнением заданий. 2. Прыжки на двух ногах через шнуры. 3. Броски мяча двумя руками.	«Перелет птиц» Игра «Найди и промолчи»	1.Отбивание мяча правой и левой рукой. 2.Передача мяча правой и левой ногой.
2 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Разучить поворот по сигналу во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча.	ОРУ с обручем (4-23)	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному с выполнением поворота на сигнал. Бег с перешагиванием через бруски. Ходьба и бег в чередовании.	1. Прыжки со скамейки. 2. Перебрасывание мяча друг другу. 3. Ползание на четвереньках.	«Не оставайся на полу» Игра «У кого мяч?»	1. «Проведи мяч» (баскетбольный вариант). 2. «Мяч водящему».
3 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии.	ОРУ на гимнастической скамейке (4-24)	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба с изменением темпа движения на сигнал (в чередовании). Бег врассыпную	1. Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой. 2. Лазанье - ползание под дугу в группировке разными способами; ползание на четвереньках между предметами. 3. Равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи. 4. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.	«Удочка» Ходьба в колонне по одному	1. «Пас друг другу». 2. «Отбей волан». 3.«Будь ловким» (эстафета).

4 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках.	ОРУ с палками (4-27)	Построение в шеренгу, проверка равнения и осанки. Построение в колонну по два (пары). Ходьба в колонне по два с выполнением поворота на сигнал. Бег врассыпную; ходьба и бег в колонне по одному.	1. Ползание – пролезание в обруч; ползание на четвереньках с преодолением препятствий. 2. Ходьба по гимнастической скамейке с выполнением заданий. 3. Прыжки на ногах на препятствие.	«Гуси- лебеди» Игра «Летает – не летает»	1. «Посадка картофеля». 2. «Попади в корзину» (баскетбольный вариант). 3. «Проведи мяч».
Работа с воспитателями	9. Консультация «Физкультура в детском саду» 10. Анкетирование 11. Папка –раскладушка « Дети в детском саду» 12. Индивидуальные работа с воспитателями					
Работа с родителями	9. Анкетирование « Выявление отношения к ЗОЖ» (№3) 10. Памятка для родителей по формированию ЗОЖ у детей. 11. Информация «Здоровьесберегающие технологии» 12. Индивидуальные беседы с родителями					
Индивидуальн ая работа						

**Образовательная область «Физическое развитие»**

**Старшая группа**

**Ноябрь**

№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
1 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Продолжать отрабатывать навык ходьбы с высоким подниманием колен, бег врассыпную; разучить перекладывание малого мяча из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча в шеренгах.	ОРУ без предметов (4-30)	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя ходьба с высоким подниманием колен, бег врассыпную, бег между кеглями, поставленными в одну	1. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, перекладывая малый мяч из правой руки в левую перед собой и за спиной (2—3 раза). 2. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями (расстояние 5 м), вначале на одной ноге, затем на другой ( 3. Перебрасывание мяча двумя руками снизу, ноги на ширине плеч (стоя в шеренгах на расстоянии 3 м).	«Пожарные на учении» Игра малой подвижности «Найди и промолчи».	
2 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Повторить ходьбу с изменением направления движения, бег между предметами; учить прыжкам на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед; упражнять в ползании по скамейке на животе и ведении мяча между предметами.	ОРУ с короткой скакалкой (4-33)	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя изменить направление движения (к окну, к двери, к флажку или кегле и т. д.). Бег между кеглями, поставленными в один ряд.	1. Прыжки с продвижением вперед — поочередное подпрыгивание (по два прыжка) на правой, затем на левой ноге (расстояние 4 м) 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками (хват с боков скамейки) 3. Отбивание мяча о землю, продвигаясь вперед шагом (расстояние 5 м)	«Не оставайся на полу» Игра малой подвижности «Найди и промолчи».	

3 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в беге с изменением темпа движения, в ходьбе между предметами («змейкой»); повторить ведение мяча в ходьбе, продвигаясь до обозначенного места; упражнять в пролезании через обруч с мячом в руках, в равновесии.	ОРУ с кубиками (4-35)	Ходьба по сигналу воспитателя с ускорением и замедлением темпа движения; бег между предметами; ходьба враспынную	1. Отбивание мяча одной рукой с продвижением вперед (расстояние 5 м) — 2—3 раза. 2. Пролезание в обруч с мячом в руках в группировке, не касаясь верхнего обода (2—4 раза). 3. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой	«Удочка» Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий для рук по сигналу воспитателя.	
4 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Продолжать отрабатывать навык ходьбы в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять в подлезании под шнур боком, в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	ОРУ без предметов (4-37)	Ходьба в колонне по одному, враспынную (по сигналу воспитателя) с выполнением «фигуры»; бег враспынную. Ходьба и бег повторяются в чередовании.	1. Лазанье — подлезание под шнур (высота 40 см) боком, не касаясь руками пола и не задевая за верхний край шнура (5—6 раз). 2. Прыжки на правой, затем на левой ноге до предмета (расстояние 5 м). 3. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе	«Пожарные на учении» Игра м/п «У кого мяч»	
Работа с воспитателями	9. Консультация по использованию физкультурного оборудования для повышения ДА детей во время прогулки» 10. Рекомендации по индивидуальной работе. 11. Консультация «Роль педагогического коллектива в оздоровлении дошкольников» 12. Изготовление атрибутов к спортивным соревнованиям					
Работа с родителем-ми	9. Консультация «Формирование культуры здоровья у дошкольников» 10. Плакаты «Высказывание великих людей о женщине –матери» 11. Индивидуальные беседы с родителями. 12. Изготовление атрибутов к празднику «День матери»					
Индивидуальная работа						

Образовательная область «Физическое развитие»						
Старшая группа						
декабрь						
№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
Построение и перестроение : 1-2 Ходьба в колонне по одному с остановкой по сигналу педагога, перестроение в три колонны 3-4 Ходьба в колонне по одному с ускорением и замедлением, выполнение поворотом, налево, направо						
1 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в беге колонной по одному, в беге между предметами; разучить ходьбу по наклонной доске; отрабатывать навык прыжка на двух ногах с преодолением препятствий; упражнять в перебрасывании мяча друг другу.	ОРУ в парах (4-40)	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, Перестроение в колонну по одному, ходьба в колонне по одному, бег между предметами (мячами).	1. Равновесие — ходьба по наклонной доске прямо, руки в стороны (2—3 раза). 2. Прыжки — перепрыгивание на двух ногах через бруски (расстояние между брусками 50 см) — 2—3 раза. 3. перебрасывание мяча двумя руками из-за головы друг другу, стоя в шеренгах (способ — стоя на коленях)	«Кто скорее до флажка» Игра м/п «Сделай фигуру»	
2 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; разучить прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед; упражнять в ползании на четвереньках между кеглями, подбрасывании и ловле мяча.	ОРУ без предметов (4-42)	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному. Построение в круг; бег в обе стороны поочередно. Перестроение в колонны.	1. Прыжки — подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед, на расстояние 5 м (2—3 раза). 2. Подбрасывание мяча двумя руками вверх и ловля его после хлопка в ладоши (10—12 раз). 3. Ползание на четвереньках между кеглями, не задевая за них	«Не оставайся на полу» Игра м/п «У кого мяч?»	



3 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер, упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе и сохранении равновесия	ОРУ с малым мячом (4-45)	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнение. Перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя остановиться и «сделать фигуру», затем снова ходьба; бег враспынную	1. Перебрасывание мяча стоя в шеренгах (двумя руками снизу) с расстояния 2,5 м. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками (хват рук с боков скамейки) — 2—3 раза. 3. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки в стороны (или на поясе	«Охотники и зайцы» Игра м/п «Летает не летает».	
4 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; учить влезать на гимнастическую стенку; упражнять в равновесии и прыжках.	ОРУ без предметов (4-47)	Построение в колонну по одному; ходьба и бег по кругу, взявшись за руки. По сигналу воспитателя поворот в правую и левую сторону. Ходьба и бег враспынную с остановкой на сигнал воспитателя	1. Лазанье — влезание по гимнастической стенке до верха, не пропуская реек (2 раза). 2. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов ребенка — 2 раза. 3. Прыжки на Правой и левой ноге между кеглями (расстояние между кеглями 40 см	«Хитрая лиса» Ходьба в колонне по одному.	
Работа с воспитателями	1. Консультация «Физкультура в детском саду» 2. Анкетирование 3. Папка –раскладушка « Здравствуй снег, мороз и лёд, игр зимних хоровод» 4. Индивидуальные работа с воспитателями					
Работа с родителями	1. Конкурс рисунков детей и родителей «Выпал беленький снежок» 2. Папка – передвижка «Десять советов родителям» 3. Информация «Зимние травмы» 4. Индивидуальные беседы с родителями					

Индивидуальная работа	
-----------------------	--

Образовательная область «Физическое развитие»						
Старшая группа						
январь						
№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
Построение и перестроение : 1-2 Ходьба по кругу, перестроение в три колонны 3-4 Построение в шеренгу, перестроение в 1, 2, 4 колонны. повороты направо, налево, кругом.						
I неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо.	ОРУ с гимнастической палкой (4-50)	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между кубиками, положенными в шахматном порядке.	1. Равновесие —ходьба и бег по наклонной доске (выс 40 см, шир 20 см) 2. Прыжки на правой и левой ноге между кубиками (расстояние 5 м) 3. Метание — забрасывание мяча в корзину двумя руками	«Медведи и пчелы». Игра малой подвижности по выбору детей.	

2 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках, прокатывая мяч перед собой головой	ОРУ с кубиками (4-52)	Ходьба по кругу вправо, бег по кругу, затем остановка, перехват шнура в другую руку и повторение ходьбы и бега в левую сторону.	1. Прыжки в длину с места (расстояние 40 см) 2. Проползание под дугами на четвереньках, подталкивая мяч головой перед собой. 3. Бросание мяча вверх.	«Совушка» Игра м/п «Летает- не латает».	
3 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Повторить ходьбу и бег между предметами; закрепить умение перебрасывать мяч друг другу; упражнять в пролезании в обруч и равновесии.	ОРУ с малым мячом (4-55)	Ходьба и бег в колонне по одному между предметами, не задевая их; ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя; бег враспынную. Ходьба и бег проводятся в чередовании.	1. Перебрасывание мяча друг другу (двумя руками от груди), стоя в шеренгах на расстоянии 3 м (8—10 раз). 2. Пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего края обода, в группировке (3—4 раза). 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на поясе	«Не оставайся на полу» Игра малой подвижности.	
4 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Отрабатывать ходьбу и бег по кругу, держась за шнур; продолжать учить влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по скамейке, в прыжках с продвижением вперед и ведении мяча в прямом направлении.	Ору со скакалкой (4-57)	Ходьба и бег по кругу вправо и влево, держась за шнур, меняя направление движения (по сигналу воспитателя), не останавливаясь. Воспитатель выполняет данное упражнение вместе с детьми. Ходьба и бег чередуются.	1. Влезание на гимнастическую стенку и ходьба по четвертой рейке, спуск вниз (2 раза). 2. Ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой (2 раза). 3. Прыжки через шнуры (6—8 шт.) на двух ногах без паузы; расстояние между ними 50 см (2—3 раза). 4. Ведение мяча до обозначенного места.	«Хитрая лиса» Игра «Мяч водящему».	
Работа с воспитателями	1. Консультация «Здоровый ребенок – это...» 2. Папка-передвижка «Стадион дома» 3. Папка –раскладушка « Забавы зимушки -зимы» 4. Индивидуальные работа с воспитателями					

Работа с родителями	1.Конкурс снежных построек для ДА детей во время прогулки 2.Папка – передвижка «Учимся кататься на лыжах» 3.Информация «Зимние травмы» 4.Индивидуальные беседы с родителями
Индивидуальная работа	

Образовательная область «Физическое развитие»						
Старшая группа						
февраль						
№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
Построение и перестроение : 1-2 Построение в шеренгу, перестроение в колонну, в 2, 3, колонны, повороты направо, налево, кругом. 3-4 Построение в шеренгу, перестроение в 1, 2, 4 колонны. повороты направо, налево, кругом.						
1 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, в непрерывном беге до 1,5 мин; продолжат учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске; упражнять в перепрыгивании через бруски и забрасывании мяча в корзину.	ОРУ с обручем (4-59)	Ходьба в колонне по одному. На сигнал воспитателя ходьба врассыпную, построение в колонну по одному, бег до 1,5 мин в умеренном темпе с изменением направления движения; ходьба в колонне по одному. Перестроение в три колонны.	1. Ходьба по наклонной доске (ширина 15 см, высота 30 см), руки в стороны (2—3 раза). 2. Прыжки - перепрыгивание через бруски (6-8 шт. высотой до 10 см) без паузы (2-3 раза). 3. Забрасывание мячей в корзину (кольцо) с расстояния 2 м двумя руками из-за головы.	«Охотники и зайцы» Игра малой подвижности. «Не оставайся на полу»	
2 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в ходьбе и беге врассыпную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги при прыжках в длину с места; упражнять в подлезании под дугу и отбивании мяча о землю.	ОРУ с гимнастической палкой (4-61)	Построение в шеренгу, объяснение задания. Перестроение в колонну по одному, затем в круг; ходьба и бег по кругу, взявшись за руки; ходьба и бег врассыпную с остановкой на сигнал воспитателя. «Сделай фигуру!»	1. Прыжки в длину с места (расстояние 50 см) — 8—10 раз. 2. Отбивание мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом (расстояние 6 м) — 2—3 раза. 3. Лазанье - подлезание под дугу, не касаясь руками пола, в группировке (высота 40 см)	Ходьба в колонне по одному с заданиями для рук.	

3 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; учить метанию мешочков в вертикальную цель; упражнять в подлезании под палку и перешагивании через нее.	ОРУ без предметов (4-63)	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Ходьба и бег между предметами, скамейками. Перестроение в три колонны справа от скамеек.	1. Метание мешочков в вертикальную цель правой рукой (от плеча) е расстояния 3 м (5 - 6 раз). 2. Подлезание под палку (шнур) высотой 40 см (2 - 3 раза). 3. Перешагивание через шнур (высота 40 см)	«Мышеловка» Ходьба в колонне по одному. Эстафета с передачей мяча в колонне	
4 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в медленном непрерывном беге; продолжать учить влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке и прыжках с ноги на ногу; упражнять в ведении мяча.	ОРУ с большим мячом (4-65)	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному; переход на бег за воспитателем между предметами и с изменением направления движения до 2 мин; ходьба враспынную; построение в колонны.	1. Лазанье влезание на гимнастическую стенку разноименным способом и передвижение по четвертой рейке; спуск вниз, не пропуская реек. 2. Ходьба по гимнастической Скамейке, руки на поясе. 3. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед до обозначенного места. 4. Отбивания мяча в ходьбе (баскетбольный вариант мяч большого диаметра) .	«Гуси-лебеди» Ходьба в колонне по одному	
Работа с воспитателями	1.Консультация «Физкультура в детском саду» 2.Участие воспитанников детского сада на городском конкурсе 3.Папка –раскладушка « Дарите детям свою любовь и заботу» 4.Индивидуальные работа с воспитателями					
Работа с родителями	1.Конкурс мини-плакатов «Мой спортивный выходной» 2.Папка – передвижка «Десять советов родителям» 3.Информация «Зимние травмы» 4.Индивидуальные беседы с родителями					

Индивидуальная работа	
-----------------------	--

Образовательная область «Физическое развитие»						
Старшая группа						
март						
№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
	Построение и перестроение :	1-2	Построение в шеренгу, повороты направо, налево, кругом. Перестроение в три колонны			
		3-4	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по 2, по 4, повороты кругом.			

1 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону ; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове, удерживая равновесие; упражнять в прыжках из обруча в обруч и перебрасывании мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер.	ОРУ с малым мячом (4-72)	Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя выполнить поворот в другую сторону; бег с поворотами в другую сторону; упражнения для рук во время ходьбы; бег врассыпную. Построение в три колонны.	1. Равновесие — ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове. 2. Прыжки из обруча в обруч. 3. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола посередине между шеренгами. 4. Бросание одной рукой, а ловля двумя.	«Пожарные на учении» Игра малой подвижности «Мяч водящему»	
2 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и врассыпную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между кеглями.	ОРУ с флажками (4-74)	Ходьба и бег во кругу с изменением направления движения по сигналу воспитателя; ходьба и бег врассыпную между кубиками (кеглями), не задевая их.	1.Прыжок в высоту с разбега (высота 30 см. 2. Метание мешочков в цель правой и левой рукой от плеча. 3. Ползание на четвереньках между кеглями	«Медведи и пчелы» Эстафета с мячом.	
3 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе со сменой темпа движения и в беге врассыпную между предметами, упражнять в ползании по скамейке на ладонях и ступнях, в равновесии и прыжках.	ОРУ с гимнастической палкой (4-76)	Ходьба со сменой темпа движения; ходьба и бег врассыпную между предметами (кубиками); перестроение в колонну по одному, в колонну по четыре.	1.Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни «По-медвежьи» (2 раза). 2.Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше, руки за головой (2—3 раза). 3. Прыжки правым (левым) боком через короткие шнуры, положенные на расстоянии 40 см один от другого	«Ловишки » Ходьба в колонне по одному.	



4 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе с перестроением в пары и обратно; закреплять умение в метании в горизонтальную цель; упражнять в подлезании под рейку в группировке и равновесии.	ОРУ без предметов (4-79)	Ходьба парами, перестроение в колонну по одному в движении; ходьба и бег врассыпную с остановкой на сигнал воспитателя..	1.Метание мешочков горизонтальную цель с расстояния 3 м одной рукой снизу (5—6 раз). 2.Подлезание под шнур (палку) боком справа и слева (6 раз). 3. Ходьба на носках между набивными мячами 2—3 раза.	«Не оставайся на полу». Игра малой подвижности «Угадай по голосу».	
Работа с воспитателями	1.Консультация «Физкультурный уголок в группе» 2. изготовление нестандартного физкультурного оборудования 3.Папка –раскладушка « Физические упражнения» 4.Индивидуальные работа с воспитателями					
Работа с родителями	1.Конкурс рисунков детей и родителей «Выпал беленький снежок» 2.Папка – передвижка «Пессимизм и здоровье» 3.Информация «Зимние травмы» 4.Индивидуальные беседы с родителями					
Индивидуальная работа						

**Образовательная область «Физическое развитие»**

**Старшая группа**

**Апрель**

№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
Построение и перестроение : 1-2 Построение в шеренгу, в колонну, в 4 звена, ходьба четверками 3-4 Построение в шеренгу, перестроение 4 колонны, в одну колонну из четырех.						
1 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; продолжать учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в прыжках на двух ногах и метании в вертикальную цель.	ОРУ с малым мячом (4-81)	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег по кругу, врассыпную (в чередовании); ходьба с перешагиванием через шнуры попеременно правой и левой ногой	1. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на 360° на середине 2. Прыжки из обруча в обруч (6—8 шт.) на правой и левой ноге 3. Метание в вертикальную цель с расстояния 4 м правой и левой рукой 4. Подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля его после отскока от пола двумя руками.	«Медведи и пчелы» Игра малой подвижности «Сделай фигуру».	
2 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге между Предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей и пролезании в них.	ОРУ с обручем (4-83)	Ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег между предметами (в чередовании).	1. Прыжки через короткую скакалку на месте, вращая ее вперед, до 5—6 подпрыгиваний подряд. 2. Прокатывание обруча друг другу, стоя в шеренгах. 3. Пролезание в обруч прямо и боком..	«Стой» Ходьба в колонне по одному.	

3 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной с остановкой по сигналу воспитателя, в беге враспынную; закреплять исходное положение при метании мешочков в вертикальную цель; упражнять в ползании и равновесии..	ОРУ без предметов (4-85)	Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя; ходьба с перешагиванием через кубики, бег с перепрыгиванием через кубики.	1. Метание мешочков в вертикальную цель с расстояния 3 м одной рукой (правой и левой) способом от плеча . 2. Ползание по полу с последующим переползанием через скамейку . 3. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой	«Удочка» Ходьба в колонне по одному между предметами, не задевая их.	
4 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной между предметами; закреплять навык влезания на гимнастическую стенку одноименным способом; упражнять в равновесии и прыжках.	ОРУ на гимнастическ ой скамейке (4-87)	Ходьба в колонне по одному: бег до 1 мин в среднем темпе; ходьба и бег между предметами (в чередовании).	1. Лазанье по гимнастической стенке одноименным способом и спуск вниз, не пропуская реек . 2. Прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед (расстояние 8---10 м). 3. Ходьба по канату (шнуру) боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе	«Горелки» Игра м/п «Угадай по голосу»	
Работа с воспитателями	1.Консультация «Физкультура в детском саду» 2. создание книжек малышек про загадки о спорте. 3.Папка –раскладушка « Птичьи забавы»» 4.Индивидуальные работа с воспитателями					
Работа с родителями	1.конкурс – «Рецепт на здоровье» 2.Папка – передвижка «Умные или счастливые» 3.Информация «Четыре заповеди мудрого родителя» 4.Индивидуальные беседы с родителями					

Индивидуальная работа	
-----------------------	--

Образовательная область «Физическое развитие» Старшая группа май						
№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
Построение и перестроение : 1-2 Построение в шеренгу, перестроение в колонну, в 2, 3, колонны, повороты направо, налево, кругом. 3-4 Построение в шеренгу, перестроение в 1, 2, 4 колонны. повороты направо, налево, кругом.						
1 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге парами с поворотом в другую сторону; упражнять в перешагивании через набивные мячи, положенные на гимнастическую скамейку, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед; отрабатывать навыки бросания мяча о стену.	ОРУ с обручем (4-89)	Ходьба и бег парами, перестроение в колонну по одному в движении; ходьба и бег парами с поворотом в другую сторону.	1. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи, положенные на расстоянии двух шагов ребенка, руки на поясе. 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (расстояние 4 м) до флажка. 3. Бросание мяча (диаметр 8—10 см) о стену с расстояния 3 м одной рукой, а ловля двумя руками	«Мышеловка» Игра малой подвижности «Что изменилось?»	

2 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча друг другу и лазанье.	ОРУ с большим мячом (4-91)	Построение в шеренгу, построение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя ходьба с перешагиванием через шнуры; бег с перешагиванием через шнуры (по другой стороне зала); ходьба и бег враспынную.	1. Прыжки в длину с разбега (5—6 раз). 2. Перебрасывание мяча (диаметр 20 см) друг другу двумя руками от груди (8—10 раз). 3. Ползание по прямой на ладонях и ступнях «по-медвежьи» (расстояние 5 м) 4. Забрасывание мяча в корзину (кольцо) с расстояния 2 м	«Не оставайся на полу» Игра м/п «Найди и промолчи»	
3 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную между предметами, не задевая их; упражнять в бросании мяча о пол одной рукой и ловле двумя; упражнять в пролезании в обруч и равновесии.	ОРУ без предметов (4-92)	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; перестроение в колонну по одному; ходьба и бег в колонне по одному между предметами; ходьба и бег враспынную.	1. Бросание мяча о пол одной рукой, а ловля двумя (8---10 раз). 2.Лазанье - пролезание в обруч правым (левым) боком (5—6 раз). 3.Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше.	«Пожарные на учении» Ходьба в колонне по одному	
4 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе с замедлением и ускорением темпа движения; закреплять навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить ходьбу с перешагиванием через набивные мячи и прыжки между кеглями.	ОРУ с палкой (4-95)	Ходьба и бег с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу воспитателя; игровое упражнение «Быстро в колонны».	1.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками (хват рук с боков скамейки) 2—3 раза. 2. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на поясе (2—3 раза). 3. Прыжки на двух ногах между кеглями	«Караси и щука». Ходьба в колонне по одному	
Работа с воспитателями	1.Консультация «Организация режима дня и оздоровительно-воспитательной работы с детьми» 2.Папка –передвижка «Классики» 3.Папка –раскладушка «Физкультминутка, как формы активного отдыха» 4.Индивидуальные работа с воспитателями					

Работа с родителями	1.Конкурс рисунков детей и родителей «Безопасность детей летом, или что можно, а что нельзя»» 2.Папка – передвижка «Безопасность детей на улице» 3.Информация « Всем без исключения о правилах движения» 4.Индивидуальные беседы с родителями
Индивидуальная работа	

Образовательная область «Физическое развитие»						
Подготовительная группа						
Сентябрь						
№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
Построение и перестроение : 1-2 Построение в шеренгу, перестроение в колонну, в 2, 3, колонны, повороты направо, налево, кругом. 3-4 Построение в шеренгу, перестроение в 1, 2, 4 колонны. повороты направо, налево, кругом.						
1 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при броске мяча.	ОРУ без предметов (4- 9)	Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом; бег в рассыпную, бег с нахождением своего места	1.ходьба по гимнастической скамейке прямо(боком). 2.прыжки на двух ногах чрез шнуры (через набивные мячи) 3..перебрасывание мяча	«Ловишки», «Вершки и корешки»	Игровые упражнения: «Ловкие ребята»; «Пингвина»; «Догони свою пару»
2 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета; повторить упражнение с мячом и лазание под шнур.	ОРУ с флажками (4-12)	Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставание до предметов; повторить упражнение с мячом и лазание под шнур, не задевая его.	1.прыжки с доставанием до предмета ( прыжки на двух предметами) 2.пербрасывание мяча через шнур друг другу (упражнять в переброске мяча стоя в шеренге) 3. лазание под шнур, не касаясь руками пола (упражнение «Черепашка»)	«Летает – не летает» «Совушка»	«Быстро встань в колонну!» «Прокати обруч» Игра «Великаны и гномы»
3 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов (ориентир- кубик или кегля)развивать ловкость в упражнении с мячом, координацию движений в задании на равновесии; повторить упражнения на переползание по гимнастической скамейке.	ОРУ с малым мячом (4-15)	Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов, развивать ловкость в упажнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие.	1.подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя руками (бросание мяча правой и левой рукой попеременно, ловля его двумя руами) 2.ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков. 3.упражнение в равновесии (ходьба по скамейке с поворотом	«Летает – не летает» «Совушка»	Спортивный досуг ««Осенние забавы»

4 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу педагога; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий.	ОРУ с палками (4-17)	Ходьба и бег по кругу в чередовании по сигналу педагога. Поворот в ходьбе, беге производиться в движении по сигналу	1.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях двумя колоннами 2.ходьба по гимнастической скамейке: на середине скамейке присесть, хлопнуть в ладоши ( с приставным шагом) 3.прыжки из обруча в обруч (на правой и левой ноге)	«Не попадись» «Фигура»	«Прыжки по кругу» «Проведи мяч» «Круговая лапта»
Работа с воспитателями	1 Информационная папка раскладушка «Здоровый ребенок –это...» 2Консультация «Детские игры –классики» 3 Индивидуальная работа с воспитателями по созданию физкультурно-оздоровительной среды в группе 4рекомендации по изготовлению спортивного оборудования «султанчики»					
Работа с родителя-ми	1 Консультация «Роль семьи в физическом воспитании ребенка» 2 Пака – раскладушка «Веселый тренинг» 3 Консультация «Роль подвижной игры в развитии основных движений у детей дошкольного возраста» 4 Индивидуальные беседы с родителями					
Индивидуальн ая работа						



Образовательная область «Физическое развитие»						
Подготовительная группа						
Октябрь						
№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
Построение и перестроение : 1-2 Построение в шеренгу, перестроение в колонну, в 2, 3, колонны, повороты направо, налево, кругом. 3-4 Построение в шеренгу, перестроение в 1, 2, 4 колонны. повороты направо, налево, кругом.						
1 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Закрепить навыки ходьбы и бега между предметами. Упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом.	ОРУ без предметов (4-20)	Ходьба и бег в колонне по одному между предметами; поставленными по двум сторонам зала (кегли, кубики или набивные мячи) -6-8 шт., расстояние между предметами 0,5 ) сохраняя необходимую дистанцию.	1.ходьба по гимнастической скамейке , руки за головой, (боком) на середине присесть, руки в стороны. Сойти со скамейки не прыгая. 2.прыжки на правой и левой ноге с двух сторон зала лежат шнуры, расстояние 40 см. ( с лева направо через шнур) 3.Броски мяча вверх и ловля его двумя руками.	«Перелет птиц», «эстафета-бег по следочкам»	Игровые упражнения: «Перебрось – поймай»; «Не попадись»; «Фигура»
2 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом.	ОРУ с обручем (4-23)	Ходьба с изменением направления движения по сигналу педагога; бег с перешагиванием через предметы. Ходьба в колонне по одному, по сигналу педагога дети с помощью ведущего изменяют направление движения, бег с перепрыгиванием через предметы	1.Прыжки с высоты 40 см на полусогнутые ноги . 2. отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед. (забрасывание мяча в корзину) 3. ползание на ладонях и ступнях. ( пролезание в обруч)	«Не оставайся на полу», «У медведя во бору» «Эхо»	«Кто самый меткий!» «Перепрыгни –не задень» Игра «Совушка»

3 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнение в ведении мяча. Упражнять в сохранении равновесии при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	ОРУ на гимнастической скамейке (4-24)	Ходьба в колонне по одному с переходом на ходьбу с высоким подниманием колена. Бег в среднем темпе, переход на обычную ходьбу. Перестроение в три колонны.	1. Введение мяча по прямой (между предметами) 2. ползание по гимнастической скамейке. (с мешочком на спине) 3. ходьба по гимнастической скамейке. (руки за голову)	«Удочка» «Летает – не летает», «Урожай»	«Успей выбежать» «Мяч водящему» Игра «Не попадись»
4 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Закрепить навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; упражнять в упражнениях на равновесие	ОРУ с палками (4-27)	Ходьба в колонне по одному, по сигналу педагога смена темпа движения. Ходьба широким (коротким) шагом. Бег в колонне по одному	Ползание на четвереньках в прямом направлении. Прыжки на правой и левой ноге между предметами. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, хлопая в ладоши	П\И «Удочка», «Сварим компот»	И\У «Проползи не урони» Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Ходьба на равновесие.
Работа с воспитателями	13. Консультация «Физкультура в детском саду» 14. Анкетирование 15. Папка –раскладушка « Дети в детском саду» 16. Индивидуальные работа с воспитателями					
Работа с родителями	13. Анкетирование « Выявление отношения к ЗОЖ» (№3) 14. Памятка для родителей по формированию ЗОЖ у детей. 15. Информация «Здоровьесберегающие технологии» 16. Индивидуальные беседы с родителями					
Индивидуальная работа						

Образовательная область «Физическое развитие»						
Подготовительная группа						
Ноябрь						
№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
Построение и перестроение : 1-2 Построение в шеренгу, перестроение в колонну, в 2, 3, колонны, повороты направо, налево, кругом. 3-4 Построение в шеренгу, перестроение в 1, 2, 4 колонны. повороты направо, налево, кругом.						
1 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Закрепить навыки ходьбы и бега по кругу, упражнять в ходьбе по канату, упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур, повторить эстафету с мячом	ОРУ без предметов (4-30)	Равновесие-ходьба по канату боком, приставным шагом, двумя способами: пятки на полу, наски на канате, носки или середина стопы на канате. Прыжки на двух ногах через шнур (6-8 шт) Эстафета с мячом «Мяч водящему»	Ходьба по канату боком, приставным шагом, руки за голову. Прыжки на правой, ЛЕВОЙ ноге, продвигаясь вперед. Броски мяча в корзину двумя руками (баскетбольный вариант) «Попади в корзину»	Игра «Угадай чей голосок?», Игра «Мышеловка», Игра «Затейники»	Игровые упражнения: «мяч о стенку», «Будь ловким»,
2 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения ; прыжками через короткую скакалку; бросание мяча друг другу; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	ОРУ с короткой скакалкой (4-33)	Прыжки через короткую скакалку вращая ее вперед. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине. Бросание мяча друг другу стоя в шеренге.	Прыжки через короткую скакалку, ползание в прямом направлении на четвереньках, подталкивая мяч головой. передавать мяч в шеренге - эстафета для двух команд, дых. упражнение (птичка-на ниточке)	Игра «Фигуры», «Не оставайся на полу», «летает на летает», «Затейники»	Передача мяча по кругу, Прыжки между кубиками «Не задень»,
3 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Упражнять в ходьбе и беге « змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазании под дугу, в равновесии.	ОРУ с кубиками (4-35)	Ведение мяча в прямом направлении, лазание под дугу, равновесие- ходьба на носках между набивными мячами, руки за головой.	Метание мешочка в горизонтальную цель ( расстояние 3-4 м), Ползание по медвежьей лапе на ладонях и ступнях, Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове.	Игра «перелет птиц», «летает –не летает», « По местам»	Досуг « Осенний спортивный марафон»

4 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами, развивать координацию движения и ловкость; разучить в лазании на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесие.	ОРУ без предметов (4-37)	Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет; Прыжки через шнуры, энергично отталкиваясь от пола; Бросание мяча о стенку одной рукой и ловля его двумя руками.	Повторить лазание по гимнастической стенке, равновесие- ходьба на носках по уменьшенной площади опоры, руки на поясе или за головой, Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди.	Игра «Фигура», По желанию детей.	Игровые упражнения: «Передай мяч» С кочки на кочку», Игра «Хитрая лиса»
Работа с воспитателями	13. Консультация использование физкультурного оборудования для повышения ДА детей во время прогулки» 14. Рекомендации по индивидуальной работе. 15. Консультация «Роль педагогического коллектива в оздоровлении дошкольников»» 16. Изготовление атрибутов к спортивным соревнованиям					
Работа с родителя-ми	13. Консультация «Формирование культуры здоровья у дошкольников» 14. Плакаты «Высказывание великих людей о женщине –матери» 15. Индивидуальные беседы с родителями. 16. Изготовление атрибутов к празднику «День матери»					
Индивидуальна я работа						

Образовательная область «Физическое развитие»						
Подготовительная группа						
декабрь						
№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
Построение и перестроение : 1-2 Ходьба в колонне по одному с остановкой по сигналу педагога, перестроение в три колонны 3-4 Ходьба в колонне по одному с ускорением и замедлением, выполнение поворотом, налево. направо						
1 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, беге в рассыпную; в сохранении равновесии при ходьбе в усложненной ситуации (боком приставным шагом, с перешагиванием); Развивать ловкость в упражнении с мячом.	ОРУ в парах (4-40)	Равновесие. Ходьба по гимнастической скамейке, с мешочком на голове, перешагивая через набивной мяч. Бросание мяча вверх одной рукой и ловля его двумя. Прыжки на двух ногах змейкой	Равновесие. Ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе, на середине присесть, вынести руки вперед. Переброска мяча друг другу, стоя лицом в шеренге. Прыжки на правой и левой ногах продвигаясь вперед (выполнять двумя колоннами)	Игра «Хитрая лиса», «Совушка»	Игровые упражнения «Пройди – не задень», «Пас на льду», Прыжки вперед., «Санки вперед»
2 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей 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	ОРУ без предметов (4-42)	Прыжки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед. Эстафета с мячом «Передача мяча в колонне», Ползание по скамейке на ладонях и коленях.	Прыжки между предметами, на двух ногах, Прокатывание мяча между предметами, Ползание под шнур (дугу) правым и левым боком	Игра «Салки с ленточками», «Эхо!»	Игр.упр. «Пройди не урони», «Из кружка в кружок», «Стой!», «Лыжные гонки»
3 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании малого мяча, развивая ловкость глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии.	ОРУ с малым мячом (4-45)	Подбрасывание мяча правой и левой рукой вверх и ловля его двумя руками. Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват рук с боков, Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой., руки за головой.	Перебрасывание мячей в парах. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами. Прыжки со скамейки на мат или коврик.	«Попрыгунчики-воробышки», «Лягушки и цапля»,	Игр.упр. «Пас на ходу», «Кто быстрее», «Пройди -не урони», «На коньки становись!»

4 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	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.	ОРУ без предметов (4-47)	Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен.	Лазанье о гимнастической стенке с переходом на другой пролет, спуск вниз., не пропуская реек. Равновесие- ходьба с перешагиванием через набивные мячи, поднимая высоко колени. Прыжки через короткую скакалку, продвигаясь вперед.	Игра «Хитрая лиса», «Эхо», «Два Мороза»	Игр.упр. «Точный пас», «Кто дальше бросит?», «По дорожке проскользни» Ирга «Охотники и соколы»
Работа с воспитателями	1.Консультация «Физкультура в детском саду» 2.Анкетирование 3.Папка –раскладушка « Здравствуй снег, мороз и лёд, игр зимних хоровод» 4.Индивидуальные работа с воспитателями					
Работа с родителями	1.Конкурс рисунков детей и родителей «Выпал беленький снежок» 2.Папка – передвижка «Десять советов родителям» 3.Информация «Зимние травмы» 4.Индивидуальные беседы с родителями					
Индивидуальная работа						

Образовательная область «Физическое развитие»						
Подготовительная группа						
январь						
№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
Построение и перестроение : 1-2 Ходьба по кругу, перестроение в три колонны 3-4 Построение в шеренгу, перестроение в 1, 2, 4 колонны. повороты направо, налево, кругом.						
1 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег в рассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнения на равновесие при ходьбе по умеренной площади опоры; прыжки на двух ногах, через препятствия.	ОРУ с гимнастической палкой (4-50)	Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки произвольно, прыжки через препятствия, с энергичным взмахом рук. Ведение мяча с одной стороны зала на другую.	Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг хлопок перед собой и за спиной. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. Прокатывание мяча между предметами, стараясь на задевать их.	Игра «День и ночь», «Два мороза»	«Кто быстрее». «Проскользи – не упали» «Подпрыгни и достань игрушку», «Саночники»
2 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.	ОРУ с кубиками (4-52)	Прыжки в длину с места на мат, «Поймай мяч», Ползание по прямой на четвереньках, подталкивая мяч впереди себя головой	Прыжки в длину с места Бросание мяча о пол и ловля его. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине.	«Совушка», «Таксист»	«Кто дальше бросит?» «Веселые воробышки» «Два мороза», «Лыжный шаг»
3 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Упражнять в ходьбе и беге с заданиями, развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазание под дугу.	ОРУ с малым мячом (4-55)	Подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя (3 раза подряд) Лазание под дугу левым и правым боком. Равновесие-ходьба по гимнастической скамейке боком с перешагиванием через кубики.	Перебрасывание мяча друг другу. Ползание на ладонях и коленях в прямом направлении. Равновесие- ходьба на носках между предметами.	«Удочка», «Лишний стул»	«Хоккеисты», Катание друг друга на санках, «Два мороза»

4 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Повторить ходьбу и бег с изменением темпа и направления; упражнять в ползании на четвереньках; Повторить упражнение на сохранение равновесия в прыжках	Ору со скакалкой (4-57)	Ползание по гимнастической скамейке. Равновесие- ходьба по двум гимнастическим скамейкам парами. Держась за руки. Прыжки через короткую скакалку различным способом.	Ползание на четвереньках между предметами, Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке руки за головой. Прыжки из обруча в обруч (выполнять двумя колоннами)	«паук и мухи». «Кто быстрее оденется на прогулку»	«По ледяной дорожке», «По местам», «Поезд» Игровая программа «Снежные забавы»
Работа с воспитателями	1.Консультация «Здоровый ребенок –это...» 2.Папка-передвижка «Стадион дома» 3.Папка –раскладушка « Забавы зимушки -зимы» 4.Индивидуальные работа с воспитателями					
Работа с родителями	1.Конкурс снежных построек для ДА детей во время прогулки 2.Папка – передвижка «Учимся кататься на лыжах» 3.Информация «Зимние травмы» 4.Индивидуальные беседы с родителями					
Индивидуальная работа						



Образовательная область «Физическое развитие»						
Подготовительная группа						
февраль						
№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
Построение и перестроение : 1-2 Построение в шеренгу, перестроение в колонну, в 2, 3, колонны, повороты направо, налево, кругом. 3-4 Построение в шеренгу, перестроение в 1, 2, 4 колонны. повороты направо, налево, кругом.						
1 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания; закрепить навык энергичного отталкивания от пола при прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер.	ОРУ с обручем (4-59)	Равновесие- ходьба по гимнастические скамейки, перешагивая через набивные мячи. Бросание мяча одной рукой, ловля его двумя. Прыжки на двух ногах через шнуры.	Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги, к носку другой. Прыжки между предметами на правой и левой ноге. Игровое упражнение «Мяч водящему» ( 2 круга, 2 мяча)	Игра «Ключи», «Компот»	«Быстро по местам», «Точная подача», «Попрыгунчики», «Два Мороза»
2 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук. Разучить прыжки подскоком, Упражнять в перебрасывании мяча. Упражнять в подлезании через дугу.	ОРУ с гимнастической палкой (4-61)	Прыжки-подскоки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед. Перебрасывание мяча друг другу в парах. Лазание под дугу боком и прямо.	Прыжки на двух ногах между предметами. Ползание на ладонях и коленях между предметами. Перебрасывание мяча друг другу в парах.	«Не оставайся на земле», «Затейники»	«Фигуры», «Гонки санок», «Пас клюшкой»
3 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Повторить ходьбу со сменой темпа движения. Упражнять в попеременном подпрыгивании на левой и правой ноге. Упражнять в метании мешочка, лазаньи по гимнастической стенке. Повторить упражнение на сохранении равновесия.	ОРУ без предметов (4-63)	Лазанье на гимнастическую стенку, с переходом на другой пролет. Равновесие- ходьба парами по гимнастическим параллельно стоящим скамейкам. «Попади в круг»	Лазанье на гимнастическую стенку, с переходом на другой пролет. Равновесие- ходьба гимнастической скамейки с перешагиванием через предметы. Метание мешочка в горизонтальную цель.	«Не попадись», «Карусель»	«Снежинка», «Гонки санок», «Загони шайбу» Игра «Карусель»

4 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами, повторить упражнение на равновесие и прыжки.	ОРУ с большим мячом (4-65)	Ползание на четвереньках между предметами не задевая их. Ходьба по гимнастической скамейке с хлопками перед грудью. Прыжки из обруча в обруч.	Досуг посвященный 23 февраля Игры, соревнования	«Жмурки», «Передал – садись»	«не попадись», Игра «Белые медведи», «Карусель», Затейники»
Работа с воспитателями	1.Консультация «Физкультура в детском саду» 2.Участие воспитанников детского сада на городском конкурсе 3.Папка –раскладушка « Дарите детям свою любовь и заботу» 4.Индивидуальные работа с воспитателями					
Работа с родителями	1.Конкурс мини-плакатов «Мой спортивный выходной» 2.Папка – передвижка «Десять советов родителям» 3.Информация «Зимние травмы» 4.Индивидуальные беседы с родителями					
Индивидуальная работа						

Образовательная область «Физическое развитие» Подготовительная группа						
март						
№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
Построение и перестроение : 1-2 Построение в шеренгу, повороты направо, налево, кругом. Перестроение в три колонны 3-4 Построение в шеренгу, перестроение в колонну по 2, по 4, повороты кругом.						
1 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами. Сохранять равновесие при ходьбе по повышенной площади опоры с дополнительными заданиями. Повторить задание в прыжках, эстафету с мячом.	ОРУ с малым мячом (4-72)	Равновесие- ходьба на встречу друг другу, на середине разойтись таким образом, чтобы не столкнуться другого (упражнение выполняется в два потока на встречу).Прыжки выполняются шеренгами Эстафета с мячом «передача мяча»	Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча перед и за собой. Прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперед. Эстафета с мячом	«Ключи», «Совушка», «Горелки», «Колпачок»	Игр.упр. «Лягушки в болоте», «Мяч о стенку», «Бегуны», Досуг «Масленица»
2 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, бег в рассыпную. Повторить упражнение в прыжках, ползании, задания с мячом.	ОРУ с флажками (4-74)	Прыжки через короткую скакалку продвигаясь вперед. Перебрасывание мяча через сетку. Подлезание под шнур (дугу)	Прыжки через шнур. Перебрасывание мяча в парах. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке.	«Затейники», «Тихо-громко»	Игр.упр. «Охотники и утки», «Мы веселые ребята»,
3 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Повторить ходьбу с выполнением задания. Упражнять в метании мешочка на дальность. Повторить упражнение в ползании и сохранении равновесия по ходьбе по повышенной опоре.	ОРУ с гимнастической палкой (4-76)	Метание мешочка в горизонтальную цель. Ползание по прямой «Кто быстрее». Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки свободно балансируют.	Досуг «Мамин день», Игры, эстафеты, соревнования	«Волк во рву», «Горелки»	Игр.упр. «Кто быстрее», «Пас ногой» «Ловкие зайчата», «Эхо»

4 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Повторить ходьбе и бег с выполнением задания, упражнять в лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнение на равновесие и прыжках.	ОРУ без предметов (4-79)	Лазанье на гимнастическую стенку. Равновесие- ходьба по прямой с перешагиванием через предметы. Прыжки на правой и левой ноге между предметами.	Лазанье под дугу прямо и боком. Передача мяча «Передача мяча в шеренге». Прыжки через короткую скакалку вперед и на месте.	«Совушка», Наши алые цветки», «Удочка»	Игр.упр. «Салки-перебежки», «Передача мяча в колонне», «Горелки»
Работа с воспитателями	1.Консультация «Физкультурный уголок в группе» 2. изготовление нестандартного физкультурного оборудования 3.Папка –раскладушка « Физические упражнения» 4.Индивидуальные работа с воспитателями					
Работа с родителями	1.Конкурс рисунков детей и родителей «Выпал беленький снежок» 2.Папка – передвижка «Пессимизм и здоровье» 3.Информация «Зимние травмы» 4.Индивидуальные беседы с родителями					
Индивидуальная работа						

Образовательная область «Физическое развитие» Подготовительная группа						
Апрель						
№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
Построение и перестроение : 1-2 Построение в шеренгу, в колонну, в 4 звена, ходьба четверками 3-4 Построение в шеренгу, перестроение 4 колонны, в одну колонну из четырех.						
1 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Повторить игровые упражнения в ходьбе и беге. Упражнять на равновесие, в прыжках, с мячом.	ОРУ с малым мячом (4-81)	Равновесие- Ходьба по гимнастической скамейке передавая мяч перед и за спиной. Прыжки с продвижением вперед. Переброска мяча в шеренге.	Развлечение «День смеха», «Книжника неделя» Игры, эстафеты, викторины	«Хитрая лиса», «Охотник и утки»	Игр. Упр. «Быстро в шеренгу», «Перешагни –не задень», «С кочки на кочку», «Великаны и гномы»
2 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Повторить упражнения в ходьбе и беге. Упражнять детей в прыжках в длину с разбега. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу.	ОРУ с обручем (4-83)	Прыжки в длину с разбега. Броски мяча друг другу. Ползание на четвереньках «Кто быстрее»	Досуг «День космонавтики» Игры-эстафеты	«Мышеловка», «Пузырь»,	Игр.упр. «Слушай сигнал», «Пас ногой», «Пингвины»,
3 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Упражнять детей в колонне по одному, в перестроении в пары; В метании мешочка на дальность, в ползании и равновесии.	ОРУ без предметов (4-85)	Метание мешочка в даль, Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине. Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове. Прыжки на двух ногах продвигаясь вперед.	Метание мешочка на дальность. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами. Прыжки через короткую скакалку на месте.	«Затейники», «Караси и щука», «Тихо-громко»	Игр.упр. «Перебежки», «Пройди- не задень», «Кто дальше прыгнет», «Пас ногой», «Поймай мяч».

4 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Повторить ходьбу и бег с выполнением задания, упражнять в равновесии, в прыжка и мячом.	ОРУ на гимнастической скамейке (4-87)	Бросание мяча в шеренге. Прыжки в длину с разбега. Равновесие – ходьба на носках с мешочком на голове.	Прыжки на правой и левой ноге попеременно, Переброска мяча в парах друг другу. игр. Упр. «Догони пару»	«Камни, ножницы, бумага»	Игр.упр. «Передача мяча в колонне», «Лягушка в болоте», «Горелки», «Великаны и гномы»
Работа с воспитателями	1.Консультация «Физкультура в детском саду» 2. создание книжек малышек про загадки о спорте. 3.Папка –раскладушка « Птичьи забавы»» 4.Индивидуальные работа с воспитателями					
Работа с родителями	1.конкурс – «Рецепт на здоровье» 2.Папка – передвижка «Умные или счастливые» 3.Информация «Четыре заповеди мудрого родителя» 4.Индивидуальные беседы с родителями					
Индивидуальная работа						

Образовательная область «Физическое развитие» Подготовительная группа						
май						
№ п/п	Задачи	Утренняя гимнастика ОРУ	I часть	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры	ОВД на улице
Построение и перестроение : 1-2 Построение в шеренгу, перестроение в колонну, в 2, 3, колонны, повороты направо, налево, кругом. 3-4 Построение в шеренгу, перестроение в 1, 2, 4 колонны. повороты направо, налево, кругом.						
1 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге. Бросание мяча о стенку	ОРУ с обручем (4-89)	Равновесие-ходьба по гимнастической скамейке с передавая мяч перед и за спиной, не спрыгивая со скамейки. Прыжки с ноги на ногу продвигаясь вперед. Броски малого мяча и пол и ловля его после отскока	Досуг «День победы». Игры-эстафеты, соревнования	«Совушка», «Таксист»,	Игры.упр. «Пас на ходу», «Брось- поймай!», Прыжки через короткую скакалку. Элементы футбола.
2 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места, повторить упражнение с мячом.	ОРУ с большим мячом (4-91)	Прыжки в длину с места. Ведение мяча одной рукой продвигаясь вперед. Пролезание в обруч прямо и боком не касаясь руками пола.	Прыжки в длину с разбега. Метание мешочка в вертикальную цель. Ходьба между предметами с мешочком на голове - равновесие.	«Летает – не летает»	Игры.упр. «Ловкие прыгуны», «Проведи мяч», «Пас друг другу», «Мышеловка»
3 неделя «___»_____ «___»_____ «___»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу, в ходьбе и беге враспынную; в метании мешочка на дальность, в прыжках, в равновесии.	ОРУ без предметов (4-92)	Метание мешочка на дальность. Равновесие- ходьба по рейке приставляя пятку одной ноги к носку другой. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.	Метание мешочка на дальность, Лазанье под шнур прямо и боком не касаясь руками пола. Равновесие- ходьба между предметами на носках с мешочком на голове.	«Воробышки и автомобиль»	Игры.упр. «Мяч водящему», «Кто скорее до кегли», Игры эстафеты по желанию детей.

4 неделя «__»_____ «__»_____ «__»_____	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу педагога. Повторить упражнение в лазании на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках.	ОРУ с палкой (4-95)	Лазание по гимнастической стенке, перелезание с одного пролета на другой. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики, руки за головой или на поясе. Прыжки на двух ногах между кеглями.	Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. Прыжки между предметами на правой и левой ноге. Равновесие- ходьба с перешагиванием через предметы, боком приставным шагом , с мешочком на голове .	«Охотники и утки», «Летает не летает»	Досуг «Город в котором я живу» Игры, викторина, соревнования
Работа с воспитателями	1.Консультация «Организация режима дня и оздоровительно-воспитательной работы с детьми» 2.Папка –передвижка «Классики» 3.Папка –раскладушка «Физкультминутка, как формы активного отдыха» 4.Индивидуальные работа с воспитателями					
Работа с родителями	1.Конкурс рисунков детей и родителей «Безопасность детей летом, или что можно, а что нельзя» 2.Папка – передвижка «Безопасность детей на улице» 3.Информация « Всем без исключения о правилах движения» 4.Индивидуальные беседы с родителями					
Индивидуальная работа						