

Свердловская обл., Талицкий район, п. Троицкий, ул. Нагорная, д.1
ОКПО 50737622 ИНН 6654008094 КПП 663301001 ОГРН 1026602233338
тел.8(34371)4-17-46, e – mail topolek19@bk.ru

Принята На педагогическом совете Протокол №1 от «08» сентября 2020г.	И.о.заведующего МКДОУ «Детский сад №19 «Тополёк» О.В. Шевелёва Приказ от «08» сентября 2020г.
---	---



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
образовательная область «Физическое развитие»
по освоению детьми от 3 до 7 лет
срок реализации 4 года

Разработчик: О.Н.Кузнецова
инструктор по физической культур
первой категории

п.Троицкий, 2020

Оглавление

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	3
1.1 . Пояснительная записка	3
1.1.2 Принципы и подходы к формированию Программы	4
1.1.3. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста.	7
1.2. Планируемые результаты освоения Программы	8
II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	12
2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка.....	12
2.1.1 Содержание образовательной области «Физическое развитие» по возрастам	13
2.1.2 Планирование содержания непосредственно образовательной деятельности по возрастным группам на учебный год	17
2.2. Формы, способы, методы и средства реализации Программы	30
2.2.1. Особенности образовательной деятельности, описание форм, способов, методов и средств реализации Программы	30
2.2.2. Педагогическая поддержка и сопровождение ребёнка.	31
2.2.3. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.	32
III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	34
3.1. Распорядок дня.....	34
3.2. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий	35
3.3. Условия реализации Программы	35
3.3.1. Материально – техническое обеспечение спортивного зала	36
3.3.2. Методическое обеспечение.....	38
3.3.3. Кадровые условия	38
3. 4. Краткая презентация Программы.	39

І. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 . Пояснительная записка

Рабочая Программа разработана в соответствии:

- с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (Приказ от 17 октября 2013 № 1155),
- с основной общеобразовательной программой дошкольного образования МКДОУ "Детский сад № 19 "Тополек" на основании примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования, рекомендованной МО РФ
- «От рождения до школы». Инновационная программа дошкольного образования. /Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой. – М.: Мозаика-Синтез, 2019.

Рабочая Программа по физическому развитию детей дошкольного возраста составлена для воспитанников от 3 до 7 лет:

- 1) вторая младшая группа (от 3 до 4 лет);
- 2) средняя группа (от 4 до 5 лет);
- 3) старшая группа (от 5 до 6 лет);
- 4) подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет).

Программа рассчитана на 4 года обучения.

1.1.1. Цели и задачи реализации Программы

Цель: Создание оптимальных условий для охраны и укрепления здоровья ребенка, удовлетворение биологической потребности растущего организма ребёнка в двигательной деятельности.

Задачи:

Младший дошкольный возраст	Старший дошкольный возраст
- Обогащать двигательный опыт ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями, способствовать укреплению мышечно-двигательного аппарата (крупных, средних, мелких);	обогащать двигательный опыт ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями, формировать первичные представления о себе, собственных двигательных возможностях; - способствовать укреплению мышц опорно-двигательного аппарата (крупных,

<ul style="list-style-type: none"> - развивать у детей основные Физические качества (силу, быстроту, ловкость, выносливость и др.) - развить интерес к разнообразным движениям, их Самостоятельному выполнению; - знакомить детей с правилами Безопасного поведения в двигательной деятельности учить соблюдать эти правила; - формировать у всех участников образовательного процесса осознанное отношение к своему здоровью. 	<ul style="list-style-type: none"> средних, мелких); - развивать у детей основные физические качества (силу, быстроту, ловкость, выносливость и др.) и умение рационально использовать их в различных ситуациях; - развить интерес к разнообразным движениям, их самостоятельному выполнению; - развивать интерес к спорту, расширять представления детей о некоторых видах спорта; - способствовать становлению у детей ценностей здорового образа жизни, овладению его элементарными нормами и правилами. - совершенствовать у детей такие качества личности, как дисциплинированность, выдержка, творческая активность, инициатива, самостоятельность, умение правильно оценить свои действия; - знакомить детей с правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, учить соблюдать эти правила; - формировать у всех участников образовательного процесса осознанное отношение к своему здоровью.
--	---

1.1.2 Принципы и подходы к формированию Программы

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

Программа обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста.

Программа построена с учетом соблюдения преемственности между возрастными группами младшего и старшего дошкольного возраста.

Программа предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра (А. Н. Леонтьев, А. В. Запорожец, Д. Б. Эльконин и др.).

Программа соответствует общепедагогическим дидактическим принципам:

- *Принцип осознанности и активности* направлен на воспитание у ребенка осмысленного отношения к физическим упражнениям и подвижным играм. Принцип активности предполагает в ребенке высокую степень самостоятельности, инициативы и творчества.

- *Принцип систематичности и последовательности* обязателен для всех форм физического воспитания: формирования двигательных навыков, закаливания, режима. Систематичность проявляется во взаимосвязи знаний, умений, навыков. Система подготовительных и подводящих упражнений позволяет перейти к освоению нового движения и, опираясь на него, приступить к познанию последующего, более сложного материала.

- *Принцип повторения двигательных навыков* является одним из важнейших. В результате многократных повторений образуются двигательные навыки, вырабатываются динамические стереотипы. Система повторения физических упражнений строится на усвоении нового и повторении в разнообразных вариантах разученных движений.

- *Принцип наглядности* — предназначен для связи чувствительного восприятия с мышлением. Наглядность облегчает выполнение двигательных заданий, развивает интерес к физическим упражнениям, ускоряет формирование двигательных умений и навыков, развивает двигательные способности.

- *Принцип доступности* Соблюдение принципа доступности в физическом воспитании требует от педагогов определения меры доступного. Она зависит от индивидуальных возможностей ребенка и от объективных трудностей, возникающих при выполнении определенного упражнения. Соблюдение принципа доступности предполагает, что, мобилизуя умственные

и физические способности, ребенок успешно справляется с программным материалом.

- *Принцип индивидуализации* предполагает необходимость учета функциональных возможностей, типологических особенностей ребенка. Он позволяет улучшать врожденные задатки, развивать способности, тренировать нервную систему, воспитывать положительные качества и способности ребенка.

Принципы, отражающие закономерности физического воспитания:

- *Принцип непрерывности* — выражает основные закономерности построения занятий в физическом воспитании. Он тесно связан с принципом системного чередования нагрузок и отдыха. Сочетание высокой активности и отдыха в разных формах двигательной деятельности ребенка повышает их эффективность.

- Тенденция постепенного увеличения нагрузок строится на основе *принципа постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий*. Она выражает поступательный характер и гарантирует развивающий эффект системы физических упражнений и обуславливает усиление и обновление воздействий в процессе физического воспитания.

- Нормирование нагрузки основывается на *принципе адаптивного сбалансирования динамики нагрузок*. Реализация потенциальных двигательных возможностей организма, прогрессивное изменение психофизических качеств происходит волнообразно и обеспечивает развивающе-тренирующее воздействие физических упражнений на ребенка.

- *Принцип цикличности* способствует упорядочению процесса физического воспитания. Он заключается в повторяющейся последовательности занятий, что обеспечивает повышение тренированности, улучшает физическую подготовленность ребенка.

- *Принцип всестороннего и гармонического развития личности* содействует развитию психофизических способностей, двигательных умений и навыков, осуществляемых в единстве и направленных на всестороннее

физическое, интеллектуальное, духовное, нравственное и эстетическое - развитие личности ребенка.

- *Принцип оздоровительной направленности* решает задачи укрепления здоровья ребенка. Подбор физических упражнений для ребенка направлен не только на профилактику нарушения осанки, состояния здоровья, но и на всестороннее оздоровление организма, повышение его работоспособности, совершенствование психофизических качеств.

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

Все принципы физического воспитания осуществляются в единстве. Они реализуют оздоровительную направленность физического воспитания и обеспечивают связь физической культуры с жизнью, осуществляют подготовку ребенка к обучению в школе, формируют любовь к занятиям физическими упражнениями, спортом.

1.1.3. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста.

Возрастные особенности детей от 3 до 4 лет: подробно сформулированы в Инновационной программе дошкольного образования. «От рождения до школы». /Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой. – М.: Мозаика-Синтез, 2019., с. 168-169.

Возрастные особенности детей от 4 до 5 лет: Инновационная программа дошкольного образования. «От рождения до школы». /Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой. – М.: Мозаика-Синтез, 2019., с. 195-196.

Возрастные особенности детей от 5 до 6 лет: Инновационная программа дошкольного образования. «От рождения до школы». /Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой. – М.: Мозаика-Синтез, 2019., с. 227-229.

Возрастные особенности детей от 6 до 7 лет: Инновационная программа дошкольного образования. «От рождения до школы». /Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой. – М.: Мозаика-Синтез, 2019., с. 263-265.

1.2. Планируемые результаты освоения Программы

Целевые ориентиры дошкольного образования определяются независимо от форм реализации Программы, а также от ее характера, особенностей развития детей и Организации, реализующей Программу.

Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей. Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников.

Целевые ориентиры выступают основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования. При соблюдении требований к условиям реализации Программы детского сада настоящие целевые ориентиры предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования.

Оценка результатов освоения Программы детского сада

При реализации Программы может проводиться оценка индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

- индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- оптимизации работы с группой детей,
- выявление детей со специальными способностями и одаренностью по направлению "физическое развитие".

Планируемые результаты освоения программы			
Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
<p>Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. У ребенка сформирована соответствующая возрасту координация движений. Он проявляет положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, стремится самостоятельно в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм.</p>	<p>- Ребенок гармонично физически развивается, в двигательной деятельности проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость. - Уверенно и активно выполняет основные элементы техники основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве. - Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям различными физкультурными пособиями,</p>	<p>- Ребенок гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений). - В двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость. - В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании. Проявляет высокий, стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при</p>	<p>- Ребенок гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат. - Результативно, уверенно, мягко, выразительно и точно выполняет физические упражнения. В двигательной деятельности успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость. - Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного),</p>

	<p>настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности.</p> <p>- Осуществляет элементарный контроль за действиями сверстников: оценивает их движения, замечает их ошибки, нарушения правил в играх.</p> <p>- Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.</p> <p>- Способен внимательно воспринять показ педагога и далее самостоятельно успешно выполнить физическое упражнение.</p> <p>- Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна. Ребенок самостоятельно играет в подвижные игры, активно общаясь со сверстниками и воспитателем, проявляет инициативность, контролирует и соблюдает правила.</p> <p>- Проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет</p>	<p>выполнении упражнений.</p> <p>- Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения.</p> <p>Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений.</p> <p>- Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом.</p> <p>Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру.</p> <p>- В самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками, проявляя познавательную и деловую активность, эмоциональную отзывчивость.</p>	<p>стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.</p> <p>Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку.</p> <p>Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом, стремится к физическому совершенствованию, самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.</p>
--	---	---	---

	физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.		
--	---	--	--

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка

Содержание психолого-педагогической работы с детьми 3–7 лет в основной части Программы подробно изложено по образовательным областям: «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие», «Физическое развитие» в инновационной программе программе «От рождения до школы». Содержание работы ориентировано на разностороннее развитие дошкольников с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей. Задачи психолого-педагогической работы по формированию физических, интеллектуальных и личностных качеств детей решаются интегрированно в ходе освоения всех образовательных областей наряду с задачами, отражающими специфику каждой образовательной области, с обязательным психологическим сопровождением.

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

Связанные с данными целевыми ориентирами задачи, представленные во ФГОС ДО:

-охранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, в том числе их эмоциональное благополучие;

-формировать ценности здорового образа жизни, относящиеся к общей культуре личности; овладевать его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.);

-организовать виды деятельности, способствующие овладению основными движениями и развивать разные формы двигательной активности ребенка; -развивать крупную и мелкую моторику;

-поддерживать инициативу и самостоятельность детей в двигательной деятельности и

организовывать виды деятельности, способствующие физическому развитию;

-формировать готовность и интерес к участию в подвижных играх и соревнованиях; -

формировать физические качества (выносливость, гибкость и др.).

2.1.1 Содержание образовательной области «Физическое развитие» по возрастам

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см. Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него. Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место. Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх. Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами. Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. Учить перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку. Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. Учить построениям,

соблюдению дистанции во время передвижения. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.

Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Приучать к выполнению действий по сигналу.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп. Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе. Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место. Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны. Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать

знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Учить спортивным играм и упражнениям.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Добиваться активного движения кисти руки при броске. Учить перелезть с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений. Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками,

справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

2.1.2 Планирование содержания непосредственно образовательной деятельности по возрастным группам на учебный год

ПРИМЕРНОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ двигательного материала для физкультурных занятий

МЛАДШАЯ ГРУППА

вид движения	сроки	двигательный материал
ходьба	сентябрь октябрь ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба обычная врассыпную, ➤ ходьба всей группой в прямом направлении, в разных направлениях, ➤ переступание с ноги на ногу на месте и в движении, ➤ ходьба на носках. ➤ ходьба с предметами в руках,
	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба врассыпную между предметами, ➤ ходьба по кругу, держась за руки. ➤ ходьба и бег в чередовании,
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба с высоким подниманием колена, ➤ ходьба с остановками на сигнал и выполнением задания, ➤ ходьба маршем, с предметами в руках, ➤ ходьба парами, ➤ ходьба обычная в чередовании с обычными видами ходьбы.
бег	сентябрь октябрь ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ бег обычный, ➤ бег врассыпную, ➤ бег всей группой в прямом направлении с одного края площадки на другой, ➤ ходьба и бег в чередовании, ➤ бежать в указанное место, ➤ догонять катящийся мяч, ➤ пробегать по наклонной доске сверху вниз.
	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ бег с предметами в руках, ➤ убегать от догоняющего, ➤ бег на носках.
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ бег с остановками на сигнал и выполнением задания, ➤ догонять убегающего, ➤ бег по кругу, ➤ бег змейкой.
прыжки	сентябрь октябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ подпрыгивание на месте на двух ногах, ➤ прыжки на двух ногах с продвижением на расстояние 2-3

	ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ метра, ➤ перепрыгивание на двух ногах через шнур.
	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ прыжки из кружка в кружок, ➤ прыжки вокруг предмета, ➤ прыжки между предметами, ➤ прыжки вверх с места, доставая предмет.
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ спрыгивание с высоты 15-20 см., ➤ перепрыгивание через бруски высотой 5 см., ➤ прыжки через 4-6 линий поочередно через каждую, ➤ прыжки в длину с места через две линии (расстояние между линиями 25-30 см.), ➤ прыжки в длину с места (не менее 40 см.)
ползание лазанье	сентябрь октябрь ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ползание на четвереньках в разных направлениях, ➤ ползание между предметами, ➤ ползание вокруг предметов, ➤ подползание под дугу, под шнур (высота – 50 см.),
	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ползание на четвереньках по прямой (расстояние – 6 метров), ➤ перелезание через бревно, ➤ ползание по гимнастической скамейке.
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ пролезание прямо в вертикально поставленный обруч, ➤ лазанье по лесенке-стремянке, ➤ лазанье по гимнастической стенке (высота 1,5 метра).
равновесие	сентябрь октябрь ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ стоять на носках, потянувшись вверх, ➤ ходьба по прямой дорожке между линиями, шнурами (ширина -15-20 см., длина – 2-2,5 метра), ➤ ходьба по ребристому коврику, ➤ кружение на месте,
		<ul style="list-style-type: none"> ➤ кружение в парах
	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба по доске шириной – 20 см., положенной на пол, ➤ ходьба по мягкому бревну, ➤ ходьба по наклонной доске вверх и вниз, ➤ ходьба по ребристой доске.
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба, перешагивая через предметы, ➤ ходьба по гимнастической скамейке, ➤ сбегание с наклонной доски сверху вниз.
катание бросание ловля метание	сентябрь октябрь ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ свободная игра с мячом, ➤ прокатывание мяча в ворота шириной 50-60 см., ➤ прокатывание мяча друг другу в парах сидя на полу (расстояние – 1 метр).
	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ прокатывание мяча по наклонной доске сверху вниз, ➤ ловля мяча брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см). ➤ бросание мяча в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5 – 2 метра)
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ бросание мяча вверх и ловля его, ➤ бросание мяча вниз и ловля его, ➤ бросание пластм. шарика в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 метра, расстояние 1 – 1,5 метра), ➤ метание малого мяча на дальность.
подвижные игры	сентябрь октябрь ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ «Убежим от игрушки» ➤ «Птички летают» ➤ «Догони надувной мяч» ➤ «Бегите ко мне»

		<ul style="list-style-type: none"> ➤ «Бегите к флажку» ➤ «Птички в гнездышки» ➤ «Петушки» ➤ «Зайчики и лисичка» ➤ «Курочка и цыплята»
	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ По ровненькой дорожке» ➤ «Быстро в круг» ➤ «Котик мышек сторожит» ➤ «Кто быстрее» ➤ «Птички и птенчики» ➤ «Мыши и кот» ➤ Найди свой цвет»
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ «Поезд» ➤ «Лохматый пес» ➤ «Поймай комара» ➤ «Воробушки и кот» ➤ «С кочки на кочку» ➤ «Мыши в кладовой» ➤ «Кто бросит дальше мешочек» ➤ «Попади в круг» ➤ «Береги предмет» ➤ «Найди свое место» ➤ «Найди что спрятано»

СРЕДНЯЯ ГРУППА

Ходьба	сентябрь октябрь ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба обычная врассыпную, ➤ ходьба всей группой в прямом направлении, в разных направлениях, ➤ ходьба врассыпную между предметами, ➤ ходьба на носках. ➤ ходьба с предметами в руках, ➤ ходьба в чередовании сбегом, прыжками, ➤ ходьба топающим шагом, ➤ ходьба обычная в чередовании с другими видами ходьбы, ➤ ходьба с остановками на сигнал и выполнением задания.
	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба за ведущим взявшись за руки, ➤ ходьба парами, ➤ ходьба с высоким подниманием колена, ➤ ходьба по кругу, держась за руки. ➤ ходьба и бег в чередовании, ➤ ходьба змейкой, ➤ мелким и широким шагом.
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба на пятках, ➤ ходьба с изменением направления движения, ➤ ходьба с изменением темпа, ➤ ходьба приставными шагами вправо и влево, ➤ ходьба на наружных сторонах стоп, ➤ ходьба в колонне по одному.
бег	сентябрь октябрь ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ бег обычный, ➤ бег врассыпную, ➤ бег всей группой в прямом направлении , ➤ ходьба и бег в чередовании, ➤ бежать в указанное место,

		<ul style="list-style-type: none"> ➤ бег и прыжки в чередовании, ➤ бег враспынную между предметами, ➤ бег с остановками на сигнал и выполнением задания.
	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ бег по наклонной доске, ➤ убегать от догоняющего, ➤ догонять убегающего, ➤ бег на носках, ➤ бег с высоким подниманием колена, ➤ бег с изменением темпа
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ бег по кругу, ➤ бег змейкой между предметами, ➤ бег в колонне, по двое, ➤ бег челночный (3 по 10), ➤ непрерывный бег в медленном темпе 1-1,5 мин.
прыжки	сентябрь октябрь ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ подпрыгивание на месте на двух ногах (20 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой), ➤ прыжки на двух ногах с продвижением на расстояние 2-3 метра, ➤ прыжки с поворотом кругом, ➤ перепрыгивание на двух ногах через линию, ➤ прыжки из обруча в обруч, расположенных в ряд, ➤ прыжки вокруг предмета
	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ прыжки из кружка в кружок, ➤ прыжки между предметами, ➤ прыжки вверх с места, доставая предмет. ➤ прыжки через 4-5 линий поочередно через каждую, расстояние между линиями 40-50 см., ➤ перепрыгивание на двух ногах через малый мяч
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ спрыгивание с высоты 20-25 см., ➤ перепрыгивание через 2-3 предмета поочередно через каждый (высота 5-10 см.) ➤ прыжки на мячах прыгунах, ➤ прыжки с короткой скакалкой. ➤ прыжки в длину с места (не менее 70 см.)
ползание лазанье	сентябрь октябрь ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ползание на четвереньках по прямой (расстояние – 10 метров) ➤ ползание между предметами, ➤ ползание опираясь на ладони и стопы, ➤ ползание по гимнастической скамейке на четвереньках
	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ползание на четвереньках змейкой, ➤ перелезание через бревно, гимнастическую скамейку, ➤ пролезание прямо в вертикально поставленный обруч, ➤ ползание на четвереньках по наклонной доске.
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ подползание под дугу, под шнур (высота – 50 см.) правым и левым боком вперед, ➤ лазанье по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево, ➤ Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками
катание бросание ловля метание	сентябрь октябрь ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ свободная игра с мячом, ➤ прокатывание мяча в ворота шириной 50-60 см., ➤ прокатывание мяча друг другу в парах сидя на полу (расстояние – 1,5 метра). ➤ прокатывание мяча по полу в разных направлениях.

	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ прокатывание мяча по наклонной доске сверху вниз, ➤ ловля мяча брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см). ➤ бросание мяча в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 2 – 2,5 метра) ➤ бросание мяча вверх и ловля его, ➤ бросание мяча вниз и ловля его, ➤ бросание мяча друг другу в парах снизу двумя руками (расстояние 1,5 м.) ➤ прокатывание обруча в разных направлениях.
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ бросание пластм. шарика в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 метра, расстояние 1,5-2 метра), ➤ метание малого мяча на дальность. ➤ бросание мяча друг другу в парах из-за головы двумя руками (расстояние 1,5 м.), ➤ бросание мяча через препятствие из-за головы двумя руками высота – 2 м.
равновесие	сентябрь октябрь ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ стоять на носках, потянувшись вверх, ➤ ходьба по прямой дорожке между линиями, шнурами (ширина -15-20 см., длина – 2-2,5 метра), ➤ ходьба по ребристому коврику, ➤ кружение на месте, ➤ ходьба по доске положенной на пол, перешагивая через бруски высотой 5, 10 см. ➤ ходьба между линиями (расстояние 15 – 10 см.)
	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба по гимнастической скамейке, ➤ ходьба по мягкому бревну, ➤ ходьба по наклонной доске вверх и вниз ширина 15-20 см., высота 30-35 см., ➤ ходьба по ребристой доске.
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба, перешагивая через предметы, ➤ ходьба по гимнастической скамейке, ➤ перешагивание через набивные мячи 5-6 штук подряд поочередно через каждый. ➤ ходьба по линии, веревке диаметром – 1,5-3 см. прямо, ➤ перешагивание через рейки лестницы (от пола 20-25 см.)
подвижные игры	сентябрь октябрь ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ «Лошадки» ➤ «Солнышко и дождик» ➤ «Догони надувной мяч» ➤ «Найди свой цвет» ➤ «Быстро в домик» ➤ «Прятки с платочком» ➤ «Кошка и мышки» ➤ «Цветные автомобили» ➤ «Курочка и цыплята»
	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ «Найди свою пару» ➤ «Зайцы и волк» ➤ «Сильный и слабый ветер» ➤ «Стоп» ➤ «Снежинки летают» ➤ «Лохматый пес» ➤ «Петушки»

		<ul style="list-style-type: none"> ➤ «Котята и мячи» ➤ «Ловишки»
	<p>март апрель май</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ «У медведя во бору» ➤ «Птичка и кошка» ➤ «Бездомный заяц» ➤ «Лиса в курятнике» ➤ «Зайка серый умывается» ➤ «Перелет птиц» ➤ «Подбрось – поймай» ➤ «Кто ушел» ➤ «Прятки» ➤ «Найди, где спрятано»
Ходьба	СТАРШАЯ ГРУППА.	
	<p>сентябрь октябрь ноябрь</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба обычная врассыпную, ➤ ходьба маршем, ➤ ходьба врассыпную между предметами, ➤ ходьба с заданиями для рук. ➤ ходьба в чередовании с бегом, прыжками, ➤ ходьба обычная в чередовании с другими видами ходьбы, Ходьба с остановками на сигнал и выполнением задания.
	<p>декабрь январь февраль</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба фигурная за ведущим, взявшись за руки, ➤ ходьба по кругу, ➤ ходьба и бег в чередовании, ➤ ходьба змейкой.
	<p>март апрель май</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба с изменением темпа, ➤ ходьба в колонне по одному за ведущим в разных направлениях, ➤ ходьба в двух шеренгах во встречном направлении.
бег	<p>сентябрь октябрь ноябрь</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ бег обычный, ➤ бег врассыпную, ➤ бег с остановками на сигнал и выполнением задания, ➤ пробежка, ➤ бег с предметами в руках, ➤ ходьба и бег в чередовании, ➤ бег и прыжки в чередовании
	<p>декабрь январь февраль</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ бег по наклонной доске, ➤ бег с изменением темпа, ➤ бег в колонне, ➤ бег в колонне за ведущим в разных направлениях, ➤ бег с изменением темпа.
	<p>март апрель май</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ бег по кругу, ➤ бег змейкой между предметами, ➤ бег в колонне с прыжком вверх, доставая предмет.
корректирующие упражнения для ступней	<p>сентябрь октябрь ноябрь</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба на носках, ➤ ходьба на пятках, ➤ с высоким подниманием колена, ➤ ходьба широким шагом, ➤ стоять на носках,

		<ul style="list-style-type: none"> ➤ катание палочки ступнями ног сидя на скамейке, ➤ ходьба по ребристой доске.
	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба на наружных сторонах стоп, ➤ ходьба вполуприседе, ➤ ходьба по обручу боком приставным шагом, ➤ бег на носках, ➤ катание игольчатого мяча ступнями ног прямыми и круговыми движениями.
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба обычная в чередовании с другими видами ходьбы, ➤ ходьба по коррекционным дорожкам, ➤ выполнение упражнений стоя на коррекционном коврике.
упражнения на формирование правильной осанки	сентябрь октябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ упражнения на фитболмячах, ➤ вис на гимнастической стенке,
	ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба с набивным мешочком на голове.
	декабрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ стоять, удерживая на голове предмет,
	январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ползание на четвереньках с мешочком на спине.
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ упражнения на тренажерах «Твист», «Степлер», «Балансир», ➤ упражнения в сухом бассейне.
упражнения на развитие координации и движений	сентябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба с хлопком в ладоши перед собой на каждый шаг,
	октябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба со сменой положения рук,
	ноябрь	
	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба, держа на ладони вытянутой руки предмет, ➤ ходьба приставными шагами прямо, вправо и влево.
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ боковые прыжки через линию, ➤ ходьба по следам, по доске со следами.
прыжки	сентябрь октябрь ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ прыжки на месте на двух ногах (по 30-40 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой), ➤ прыжки, продвигаясь вперед на расстояние 3-4 метра, ➤ перепрыгивание через две линии (ширина между линиями 20 -- 50 см), ➤ прыжки из обруча в обруч, расположенных в ряд, ➤ спрыгивание с высоты 30 см. в обозначенное место.
	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ прыжки на одной ноге на месте и с продвижением, ➤ прыжки разными способами: ноги скрестно, врозь-вместе, одна нога вперед, другая назад, ➤ прыжки на батуте, ➤ прыжки на мячах прыгунах.
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ спрыгивание с высоты 20 см. на мягкое покрытие, ➤ перепрыгивание через 5-6 предметов высотой 15-20 см. поочередно через каждый прямо и боком, ➤ прыжки в длину с места (не менее 80 см.), ➤ прыжки в длину с разбега (100 см.), ➤ прыжки в высоту (30-40 см.),

		<ul style="list-style-type: none"> ➤ прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад.
равновесие	сентябрь октябрь ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ стоять на носках, потянувшись вверх, с закрытыми глазами, ➤ ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи, ➤ ходьба по линии, веревке диаметром – 1,5-3 см. прямо, ➤ кружение парами, держась за руки, ➤ ходьба по наклонной доске вверх и вниз прямо и боком, ➤ ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове.
	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, ➤ ходьба по гимнастической скамейке с приседанием на середине, ➤ ходьба по гимнастической скамейке раскладывая и собирая предметы
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ стоять на гимнастической скамейке на носках, ➤ стоять на одной ноге, ➤ ходьба по гимнастической скамейке прокатывая перед собой мяч.
ползание лазанье	сентябрь октябрь ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ползание на четвереньках, толкая головой мяч (расстояние – 3-4 метра) ➤ ползание по гимнастической скамейке опираясь на предплечья и колени, ➤ пролезание в обруч разными способами, ➤ перелезание через несколько предметов подряд.
	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, перелезая через препятствия, ➤ пролезание прямо в вертикально поставленный обруч, ➤ ползание на четвереньках с мешочком на спине, ➤ вис на гимнастической стенке, ➤ вис на канате.
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ лазанье по канату, ➤ лазанье по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево, ➤ ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, ➤ лазанье по гимнастической стенке вверх и спуск вниз (высота 2,5 метра) с изменением темпа.
бросание ловля метание	сентябрь октябрь ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ свободная игра с мячом, ➤ бросание мяча вверх и ловля его, не менее 10 раз подряд, ➤ бросание мяча вниз и ловля его, не менее 10 раз подряд, ➤ бросание мяча друг другу в парах снизу двумя руками, ➤ бросание мяча друг другу в парах от груди.
	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ бросание мяча в вертикальную цель из-за головы двумя руками, ➤ бросание мяча друг другу в парах от груди с отскоком от пола, ➤ бросание мяча вверх и вниз одной рукой (не менее 4 раз), ➤ бросание мяча вверх и вниз с хлопком,
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ перебрасывание мяча из одной руки в другую, ➤ метание малого мяча на дальность(5-9 метров), ➤ прокатывание набивного мяча весом 1 кг. ➤ бросание мяча в вертикальную цель прямой рукой сверху (высота центра мишени 1 метр, расстояние 3-4 метра).
элементы	сентябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ отбивание мяча на месте одной рукой,

игры «Баскетбол»	октябрь ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ отбивание мяча с продвижением вперед на расстояние 5-6 метров, ➤ броски мяча в баскетбольную корзину.
теннисный мяч	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ знакомство со свойствами теннисного мяча, ➤ свободная игра с теннисным мячом, ➤ передача теннисного мяча из рук в руки, стоя в кругу, ➤ прокатывание теннисного мяча в прямом направлении, в разных направлениях.
элементы бадминтона	март апрель	<ul style="list-style-type: none"> ➤ знакомство со свойствами волана ➤ свободная игра с воланом
«Мяч через сетку»	май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ перебрасывание мяча через сетку любым способом с любой точки площадки
спортивные упражнения	октябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ элементы игры «Футбол»
	январь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ «Дартс» ➤ «Кольцеброс»
подвижные игры	сентябрь октябрь ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ «Сорока – белобока» ➤ «Сделай фигуру» ➤ «Стоп» ➤ «Кто быстрее встанет в круг» ➤ «Караси и щука» ➤ «Сильный и слабый ветер» ➤ «Бездомный заяц» ➤ «Хитрая лиса» ➤ «Охотник и звери»
	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ «Самолеты летят» ➤ «Ловишки с мячом» ➤ «Подними мяч» ➤ «Стань первым» ➤ «Ловишки» ➤ «Уголки» ➤ «Парный бег»
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ «Мышеловка» ➤ «Перебежки» ➤ «Пустое место» ➤ «Не оставайся на полу» ➤ «Удочка» ➤ «Кто сделает меньше прыжков» ➤ «Попади в обруч» ➤ «Сбейм мяч» ➤ «Школа мяча»
ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА		
Ходьба	сентябрь октябрь ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба обычная врассыпную, ➤ ходьба маршем, ➤ ходьба врассыпную между предметами, ➤ ходьба с различным положением рук, ➤ ходьба в колонне со сменой ведущего, ➤ ходьба в чередовании с бегом, прыжками, ➤ ходьба обычная в чередовании с другими видами ходьбы, ➤ ходьба с остановками на сигнал и выполнением задания.

	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба по кругу, ➤ ходьба по кругу, ➤ ходьба и бег в чередовании, ходьба змейкой
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба с изменением темпа, ➤ ходьба в колонне по одному за ведущим в разных направлениях,
		<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба приставным шагом вперед, назад, ➤ ходьба в двух шеренгах во встречном направлении.
Бег	сентябрь октябрь ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ бег обычный, ➤ бег врассыпную, ➤ бег с остановками на сигнал и выполнением задания, ➤ пробежка, ➤ бег сильно сгибая ногу назад, ➤ бег высоко поднимая колени, ➤ бег с предметами в руках, ➤ ходьба и бег в чередовании
	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ бег по наклонной доске, ➤ бег с изменением темпа, ➤ бег в колонне, с прыжком вверх, доставая предмет, ➤ бег в колонне за ведущим в разных направлениях, ➤ бег с изменением темпа, ➤ бег на месте, ➤ бег поскаками
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ бег по кругу, ➤ боковой галоп, ➤ бег, выбрасывая прямые ноги вперед, ➤ бег мелким и широким шагом, ➤ бег змейкой между предметами, ➤ бег в колонне с прыжком вверх, доставая предмет, ➤ бег со скакалкой, ➤ бег челночный 3-5 раз по 10 метров в чередовании с ходьбой.
корректирующие упражнения для ступней	сентябрь октябрь ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба на носках, ➤ ходьба на пятках, ➤ с высоким подниманием колена, ➤ ходьба широким шагом, ➤ бег на носках, ➤ стоять на носках, ➤ катание палочки ступнями ➤ ног сидя на скамейке, ➤ ходьба по ребристой доске.
	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба на наружных сторонах стоп, ➤ ходьба в полуприседе, ➤ ходьба по обручу боком приставным шагом, ➤ бег на носках, ➤ катание игольчатого мяча ступнями ног прямыми и круговыми ДВИЖЕНИЯМИ, ➤ подниматься на носки 10-15 раз.
	март апрель	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба обычная в чередовании с другими видами ходьбы, ➤ ходьба по коррекционным дорожкам,

	май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ выполнение упражнений стоя на коррекционном коврике, ➤ упражнения на тренажере «Беговая дорожка» ➤ ходьба скрестным шагом, ➤ перебаты с пяток на носки.
упражнения на формирование правильной осанки	сентябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ упражнения на фитбол мячах,
	октябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ вис на гимнастической стенке, кольцах, перекладине,
	ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба с предметами на голове, ➤ сидеть на гимнастической скамейке, с правильной осанкой.
упражнения на формирование правильной осанки	декабрь январь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба с гимнастической палкой за плечами, ➤ ползание на четвереньках с мешочком на спине.
	февраль	
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ упражнения на тренажерах «Твист», «Степлер», «Балансир», ➤ упражнения в сухом бассейне.
упражнения на развитие координации движений	сентябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба с хлопком в ладоши перед собой, над головой на
	октябрь	каждый шаг,
	ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба со сменой положения рук, ➤ прыжки с зажатым мешочком между колен.
	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба, держа на ладони вытянутой руки предмет, ➤ ходьба приставными шагами прямо, вправо и влево, ➤ лазанье по гимнастической стенке с перекрестным движением рук и ног,
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ боковые прыжки через линию, ➤ ходьба по следам, по доске со следами.
пальчиковая гимнастика	октябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ «Две мартышки» ➤ «Гусеница»
	декабрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ «Снеговик» ➤ «Ириски для киски»
	февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ «Мыши на корабле» ➤ «Веселые петрушки»
психогимнастика	сентябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ «Дружные ребята»
	ноябрь	«Солнышко»
	март	<ul style="list-style-type: none"> ➤ «Дрозд»
	апрель	<ul style="list-style-type: none"> ➤ «Кувшинчик»
прыжки	сентябрь октябрь ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ прыжки через 6-8 набивных мячей поочередно через каждый, ➤ прыжки, продвигаясь вперед на расстояние 5-6 метров, ➤ боковые прыжки через канат, гимнастическую палку, положенные на пол, ➤ прыжки из обруча в обруч, расположенных в ряд,

		<ul style="list-style-type: none"> ➤ прыгивание с высоты 40 см. на мягкое покрытие, ➤ прыжки на батуте.
	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ прыжки на одной ноге на месте и с продвижением, ➤ прыжки по наклонной поверхности, ➤ прыжки на батуте, ➤ прыжки на мячах прыгунах, прыжки с зажатым мешочком между колен, ➤ прыжки через обруч, как через скакалку, ➤ прыжки на мягкое покрытие с разбега (высота – 40 см.) <p>прыжки в длину с места (не менее 100 см.).</p>
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ прыжки в длину с разбега (100 см.), ➤ прыжки в высоту (не менее - 50 см.), ➤ прыжки через короткую скакалку разными способами, <p>прыжки в длину с разбега (180-190 см.).</p>
ползание лазанье	сентябрь октябрь ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ подползание под дугу, в ворота (высота 50-35 см.), ➤ вис на гимнастической стенке, ➤ вис на канате, ➤ лазанье по гимнастической стенке вверх и спуск вниз, ➤ пролезание в обруч разными способами.
	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ползание по гимнастической скамейке на животе, ПОДТЯГИВАЯСЬ РУКАМИ, ➤ ползание по гимнастической скамейке на спине, ОТТАЛКИВАЯСЬ НОГАМИ И ПОДТЯГИВАЯСЬ РУКАМИ, ➤ пролезание в катящийся обруч
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ лазанье по канату, ➤ лазанье по гимнастической стенке с пролета на пролет ВПРАВО И ВЛЕВО, ➤ пролезание в обруч разными способами.
равновесие	сентябрь октябрь ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ стоять на носках, с закрытыми глазами, ➤ после бега стоять на одной ноге, удерживая равновесие, ➤ ходьба по гимнастической скамейке скрестным шагом, приставляя пятку одной ноги к носку другой, с приседанием и поворотом кругом. ➤ ходьба по веревке диаметром – 1,5-3 см. прямо и боком, ➤ ходьба по гимнастической скамейке боком приставным ШАГОМ.
	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, ➤ ходьба по гимнастической скамейке с хлопком под коленом, ➤ ходьба по гимнастической скамейке раскладывая и собирая предметы, ➤ стоять на гимнастической скамейке на носках, ➤ стоять на одной ноге.
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ бег по наклонной поверхности, ➤ ходьба по гимнастической скамейке по двое навстречу друг другу, на середине разойтись, ➤ ходьба по буму, ➤ ходьба по перекидной доске.
бросание ловля метание	сентябрь октябрь ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ свободная игра с мячом, ➤ бросание мяча вверх и ловля его, не менее 20 раз подряд, ➤ бросание мяча вниз и ловля его, не менее 20 раз подряд, ➤ бросание мяча в вертикальную цель из-за головы двумя

		<ul style="list-style-type: none"> ➤ руками (расстояние 4-5 метров), ➤ перебрасывание мяча двумя руками снизу, из-за головы друг другу с раст. 3-4 метра из разных исходных положений.
	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ метание в движущуюся цель правой и левой рукой, ➤ бросание мяча вверх и вниз одной рукой (не менее 10 раз), ➤ перебрасывание набивных мячей, ➤ бросание мяча в горизонтальную цель с расстояния 4-5 метров.
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ перебрасывание мяча друг другу двумя руками в движении, ➤ ловить мяч, летящий на разной высоте, ➤ метание малого мяча на дальность(6-12 метров).
мероприятия по физкультурно-познавательным ому развитию	сентябрь	<p>беседа о технике безопасности и поведении в спортивном зале.</p> <p>презентация «Спортивная и не спортивная одежда»</p>
	октябрь	дидактическая игра «Кто, чем занимается?»
	ноябрь	игра-занятие «Части тела человека»
	декабрь	рассматривание альбома «Советы Айболита»
	январь	презентация «Что лишнее?» «Виды спорта»
	февраль	<p>дид.игра «Летние и зимние виды спорта»</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ анкета в картинках «Что полезно для здоровья?»
	март	<p>занятие «Осанка человека»</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ анкета в картинках «Какое занятие самое главное?» <p>дид. игра «Покажи отгадку»</p>
	апрель	презентация «Ключи к моему здоровью», беседа «Рекорды животных»
	май	презентация «Спортивные смекалочки» игра «Спортивное лото»
подвижные игры	сентябрь октябрь ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> ➤ «Птицы» ➤ «Азбука телодвижения» ➤ «Ловишки с мячом» ➤ «Ловишки с домиком» ➤ «Стоп» ➤ «Найди себе пару» ➤ «Веселые петрушки» ➤ «Перемени предмет» ➤ «Совушка» ➤ «Школа мяча»
	декабрь январь февраль	<ul style="list-style-type: none"> ➤ «Охотник и звери» ➤ «Жмурки» ➤ «Бездомный заяц» ➤ «Вьюга кружит» ➤ «Быстро возьми кеглю» ➤ «Бабка-ежка» ➤ «Кто самый меткий»
	март апрель май	<ul style="list-style-type: none"> ➤ «Гонки мячей» ➤ «Не оставайся на полу» ➤ «Светофор» ➤ «Репка»

- | | | |
|--|--|---|
| | | <ul style="list-style-type: none">➤ «Ловля обезьян»➤ Эстафеты➤ «Кого назвали, тот ловит мяч»➤ «Чье звено скорее соберется» |
|--|--|---|

2.2. Формы, способы, методы и средства реализации Программы

2.2.1. Особенности образовательной деятельности, описание форм, способов, методов и средств реализации Программы

Формы, способы, методы и средства реализации Программы подбираются с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов в разных видах двигательной деятельности, поэтому особое внимание в Программе уделяется созданию условий для своевременного и правильного физического и полноценного психического развития ребенка с учетом:

- возраста,
- физического развития (гармоничность развития),
- группы здоровья (наличие хронических заболеваний),
- самочувствия (ребенок, ослабленный после болезни, часто болеющий и т.д.),
- уровня двигательной активности,
- уровня физической подготовленности.

В Программе предусмотрены разнообразные **способы** обучения детей:

- фронтальный, направленный на одновременное осознанное выполнение двигательных действий всеми участвующими в этом процессе детьми;

- групповой - обеспечивает возможность самостоятельного упражнения знакомых движениях небольшой группе детей (парами, тройками, пятерками), или позволяет воспитателю, подобрав дифференцированные задания для небольших групп детей, обучать другую группу двигательному действию;

- индивидуальный, с целью создания условий для физического развития ребенка, его социализации - индивидуализации, личностного развития, развития инициативы и творческих способностей.

Используемые методы:

- словесные (объяснение, описание упражнения, комментирование хода их выполнения, указание, распоряжение и команда, вопросы к детям, беседы, рассказы, выразительное чтение художественного слова);

- наглядные (демонстрация и показ способов выполнения двигательных заданий, имитация, звуковые и зрительные ориентиры, использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, презентации, видеофильмы и т.д.);

- практические (упражнения, конкретные задания, игровые приемы, поддержка и помощь, соревнования и т.д);

- игровой метод.

Наряду с методами значительное внимание отводится **средствам** физического воспитания:

- гигиенические факторы (режим занятий, гигиена помещения спортивного зала, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр.),

- физические упражнения.

Организованными **формами** работы являются:

- разные виды занятий по физической культуре;

- активный отдых (физкультурный досуг, развлечение, соревнование, физкультурные праздники, Дни здоровья и др.);

- самостоятельная двигательная деятельность детей.

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается при комплексном применении всех способов, форм, средств и методов.

2.2.2. Педагогическая поддержка и сопровождение ребёнка.

- Учитывая главную целевую установку ФГОС ДО - ориентация на свободу,

- инициативность и самостоятельность - в Программе:

- игры, игровые упражнения являются формой проявления инициативности и самостоятельности, позволяют ребенку почувствовать и увидеть результаты своей двигательной деятельности, воплощение своего замысла, развивают у ребенка уверенность в собственных возможностях;
- самостоятельная двигательная деятельность является важным источником активности и саморазвития ребенка, поэтому на занятиях отводится специальное время для самостоятельной двигательной деятельности, возникающей по инициативе детей;
- предметно-пространственная среда является важным условием поддержки детской инициативы, детям предоставляется возможность выбора физкультурного оборудования и места для двигательных действий;
- эмоциональный комфорт ребенка является необходимым условием для проявления инициативы, обеспечивает эмоциональную поддержку каждого воспитанника, создаёт условия для выбора партнеров по игре и позитивных отношений между ними;
- создание разнообразных условий и ситуаций, побуждающих детей к активному применению знаний, двигательных умений, способов деятельности в личном опыте;
- поддерживание желания преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца.

2.2.3. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.

Взаимодействие с родителями (законными представителями) воспитанников выстраиваются в соответствии с рядом законодательных актов – Семейным кодексом Российской Федерации, Федеральными Законами: «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации», «Об образовании в Российской Федерации» и принципах социального партнерства.

Программа предполагает взаимодействие инструктора по физической культуре с семьями воспитанников с целью развития ответственных и взаимозависимых отношений, повышения компетентности родителей в образовательной области «Физическое развитие».

вид деятельности	содержание	цель
организационно-методическая деятельность	<ul style="list-style-type: none"> - посещение родителями физкультурных занятий, - приглашение родителей на соревнования в качестве болельщиков, - привлечение родителей к участию в совместных с детьми физкультурных мероприятиях в ДОУ (в рамках «Недели семьи», «Спортивной Олимпиады», «Дней здоровья» и др.) - привлечение родителей к участию в Ежегодном муниципальном соревновании «Папа, мама, я – спортивная семья», - проведение для родителей мастер-классов, тренингов. 	<ul style="list-style-type: none"> - ознакомление родителей с условиями, задачами, содержанием и методами воспитания детей, - стимулирование двигательной активности детей и родителей совместными спортивными занятиями - привлечение родителей к ЗОЖ. - объединение детско-взрослого коллектива, создание благоприятной атмосферы сотрудничества
Консультационная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> - индивидуальные и групповые консультации по запросам родителей 	<ul style="list-style-type: none"> - повышение компетентности Родителей в области физического воспитания, Сохранения и укрепления здоровья ребенка.
информационная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> Разработка и оформление стендовой информации: - «Академия успешных родителей», - фото репортаж с физкультурных занятий «Вот как мы умеем», - новостная информация на планшете «Новости из спортивного зала» Разработка печатной информации (буклеты, папки-передвижки) - СМС почта, - Размещение информации на сайте ДОУ. 	<ul style="list-style-type: none"> - ознакомление родителей с работой дошкольного учреждения, особенностями физического воспитания детей - ориентирование родителей на необходимость создания в семье Предпосылок для полноценного физического развития ребенка, Информирование родителей об успехах их детей.
совместная продуктивная деятельность родителей, детей, педагогов	<ul style="list-style-type: none"> - оформление выставок творческих работ, - изготовление фото-выставок «Физкультура в нашей жизни», «Малыши открывают спорт»). - создание стен газет («Наша спортивная семья» «Мы за здоровый образ жизни»). 	<ul style="list-style-type: none"> - знакомить родительскую Общественность с лучшим Опытom физического

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Распорядок дня

Организованная двигательная деятельность детей в ДООУ проводится в процессе занятий физической культурой, в соответствии с положениями действующего СанПин 2.4.1.3049-13. Физкультурные занятия для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю.

Длительность занятий (НОД) зависит от возраста детей и составляет:

- во второй младшей группе (от 3 до 4 лет) - не более 15 мин.,
- в средней группе (от 4 до 5 лет) - не более 20 мин.,
- в старшей группе (от 5 до 6 лет) - не более 25 мин.,
- в подготовительной группе (от 6 до 7 лет) - не более 30 мин

Расписание непосредственно образовательной деятельности по физической культуре

на 2020-2021 гг.

понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
9.00-9.15 вторая мл.гр.	9.00-9.25 старшая гр	9.00-9.15 вторая мл.гр	9.30-9.50 средняя гр.	9.35-9.55 старшая гр
10.20-10.55 подг.гр радуга	9.30-9.50 средняя гр. улица	9.30-9.50 средняя гр	11.00-11.25 старшая гр улица	9.25-9.40 вторая мл.гр улица
10.55-11.25 подг.гр. росинка		10.20-10.55 подг гр. радуга	11.30-12.00 подг.гр. радуга улица	
		10.55-11.25 подг.гр. росинка улица	12.00-12.30 подг.гр. росинка	

3.2. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

В Программе представлены традиционные мероприятия, проводимые в ДОУ:

- физкультурные занятия с использованием детских спортивных тренажеров,
- занятия детей с использованием фитбол мяча,
- физкультурные занятия с использованием звуковых комплексов упражнений, игр,
- поощрение детей медалями за личные достижения,
- проведение детской спортивной Олимпиады.

3.3. Условия реализации Программы

Для успешной реализации Программы в спортивном зале ДОУ создана развивающая предметно-пространственная среда, которая предназначена как для всей группы детей, так и для каждого ребенка.

Предметно-пространственная среда безопасна для жизни и здоровья детей.

Используемое физкультурное оборудование:

- соответствует ростовым характеристикам детей;
- рационально размещено;
- доступно для использования;
- соответствует санитарно-гигиеническим требованиям;
- эстетично оформлено.

Пространство предполагает трансформируемость и возможность изменения среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.

3.3.1. Материально – техническое обеспечение спортивного зала

Наименование	Размеры (см)	Количество(шт.)
Крупное оборудование.		
1. Скамейка гимнастическая	Высота-30 Длина-300 Ширина-20	3
2. Скамейка гимнастическая	Высота-22 Длина-200 Ширина-20	1
3 . Лесенка-стремянка (4пролета)	Высота-150 Ширина-45	1
4. Доска гладкая	Длина-200 Ширина-20	1
5. Доска гладкая (с полосками)	Длина-200 Ширина-15	1
6. Доска гладкая (со следами)	Длина-200 Ширина-10	1
7. Доска ребристая	Длина-200 Ширина-20	2
8. Доска ребристая	Длина-150 Ширина-20	1
9. Доска наклонная	Высота-30 Длина-250 Ширина-25	2
1 0. Дуга	Высота-50 Ширина-50	3

Тренажеры

1 . «Велосипед»	-	1
2 . «Балансир»	-	1
3 . «Беговая дорожка»	-	1
4 . «Штанга»	-	1
5 . Батут	-	1

Мелкое оборудование.

1. Гантели пластмассовые		20
2. Мат гимнастический	-	2
3. Палка гимнастическая	Длина-80	20
4. Кубик пластмассовый	5x5x5	50
5. Кубик пластмассовый	8x8x8	15
6. Брусok деревянный	5x15x30	6
7. Фишка – конус		5
8. Канат	Длина 2 метра	1
9. Корзина пластмассовая		2
1 0. Тоннель		2
1 1. Шнур косичка		20
1 2. Султанчики		25
1 3. Флажки		40
1 4. Обруч средний	Диаметр 70	20
1 5. Скакалка	Длина 170	10

1	6. Скакалка	Длина 210	10
1	Лента гимнастическая на		
7.	палочке	Длина 200	2
1	8. Лента с кольцом	Длина 50	20
1	9. Платочек	20x20	40
20	. Мешочки набивные	100 гр	10
21	. Мешочки набивные	150 гр	10
2	2. Мешочки набивные	200 гр	20
2	3. Мяч резиновый большой	Диаметр 18	25
2	4. Мяч резиновый малый	Диаметр 7	5
2	5. Мяч игольчатый		10
2	6. Мяч теннисный		10
2	7. Шар пластмассовый		40
2	8. Фитболмяч		5
2	9. Кегли	1 набор	
3	0. Городки	1 набор	
3	1. Ключка хоккейная	2	
3	2. Волейбольная сетка	1	
3	3. Щит баскетбольный	2	
34	. Дорожка рельефная	1	
35.	Бубен	1	
36.	Погремушка	10	

Маски для игр

1.	Медведь	1
2.	Кот	1
3.	Заяц	1
4.	Лиса	1
5.	Собака	1
6.	Лошадка	1
7.	Крокодил	1
8.	Петух	2
9.	Котенок	1

Технические средства.

1. Музыкальный центр	1
2. Телевизор	1

3.3.2. Методическое обеспечение

Издание	Автор	Название	Используемый раздел
Инновационная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Мозаика-синтез, Москва, 2019г.			
	Л.И.Пензулаева	Физическая культура в детском саду. Младшая группа. Для занятий с детьми 3-4 лет. ФГОС.	Содержание физкультурных занятий.
Мозаика-синтез Москва, 2015 г	Э.Я.Степаненкова	Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. ФГОС.	Подвижные игры
Мозаика-синтез, Москва, 2015 г.	М.М.Борисова	Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет. ФГОС.	Подвижные игры
Творческий центр СФЕРА Москва 2004 г.	Под редакцией З.И.Бересневой	Программа оздоровления детей в ДОУ «Здоровый малыш»	Игровой массаж
	Л.И.Пензулаева	Физическая культура в детском саду. Средняя группа. Для занятий с детьми 4-5	Содержание физкультурных занятий.
Мозаика-синтез, Москва, 2015 г.	Э.Я.Степаненкова	Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. ФГОС.	Подвижные игры
	Л.И.Пензулаева	Физическая культура в детском саду. Старшая группа. Для занятий с детьми 5-6 лет. ФГОС.	Содержание физкультурных занятий.
	Л.И.Пензулаева	Физическая культура в детском саду. Старшая группа. Для занятий с детьми 6-7 лет. ФГОС.	Содержание физкультурных занятий.

3.3.3. Кадровые условия

Ф.И.О.	образование	категория
Кузнецова Олеся Николаевна	Высшее	Первая квалификационная категория

3. 4. Краткая презентация Программы.

Рабочая Программа разработана в соответствии:

- с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (Приказ от 17 октября 2013 № 1155),
- с инновационной программой дошкольного образования «От рождения до школы» Под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.Е.Комаровой, М.А.Васильевой. – 5-изд., испр.и доп. – М.:МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2019.;
- с основной образовательной программой Муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 19 «Тополек» на 2015 -2020 гг..

Программа нацелена на создание оптимальных условий для охраны и укрепления здоровья ребенка, удовлетворение биологической потребности растущего организма ребёнка в двигательной деятельности.

В Программе на первый план выдвигается развивающая функция образования, обеспечивающая становление личности ребенка и ориентирующая педагога на его индивидуальные особенности.

Программа построена с учетом соблюдения преемственности между возрастными группами младшего и старшего дошкольного возраста.

Программой предусмотрено полноценное решение задач при комплексном применении всех способов, форм, средств и методов физического воспитания детей.

Целевые ориентиры предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования.

Рабочая Программа по физическому развитию детей дошкольного возраста составлена для воспитанников от 3 до 7 лет:

- младшая группа (от 3 до 4 лет);
- средняя группа (от 4 до 5 лет);
- старшая группа (от 5 до 6 лет);
- подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет).

- Программа рассчитана на 4 года обучения.

Цель: Создание оптимальных условий для охраны и укрепления здоровья ребенка, удовлетворение биологической потребности растущего организма ребёнка в двигательной деятельности.

Задачи программы:

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение 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);
- создание 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;
- формирование 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;
- формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

Целевой раздел включает в себя: пояснительную записку, цели, задачи программы, принципы и подходы к ее формированию, характеристики

особенностей развития детей возраста (3-7 лет) возраста, а также планируемые результаты освоения программы (в виде целевых ориентиров).

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

Программа обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста.

Программа построена с учетом соблюдения преемственности между возрастными группами младшего и старшего дошкольного возраста.

Программа предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра (А. Н. Леонтьев, А. В. Запорожец, Д. Б. Эльконин и др.).

Все принципы физического воспитания осуществляются в единстве. Они реализуют оздоровительную направленность физического воспитания и обеспечивают связь физической культуры с жизнью, осуществляют подготовку ребенка к обучению в школе, формируют любовь к занятиям физическими упражнениями, спортом.

Содержательный раздел представляет общее содержание Программы, обеспечивающий полноценное развитие детей, в который входит:

- описание образовательной деятельности в ДОУ образовательной области «Физическое развитие»
- «Физическое развитие» включает приобретение опыта в двигательной деятельности детей:, связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и

мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

- описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации с учетом возрастных особенностей.

Особое внимание в Программе уделяется созданию условий для своевременного и правильного физического и полноценного психического развития ребенка с учетом: возраста, физического развития (гармоничность развития), группы здоровья (наличие хронических заболеваний), самочувствия (ребенок, ослабленный после болезни, часто болеющий и т.д.), уровня двигательной активности, уровня физической подготовленности.

Организованными формами работы являются: разные виды занятий по физической культуре; активный отдых (физкультурный досуг, развлечение, соревнование, физкультурные праздники, Дни здоровья и др.); самостоятельная двигательная деятельность детей.

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается при комплексном применении всех способов, форм, средств и методов.

Организационный раздел содержит описание материально-технического обеспечения Программы, обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания, распорядок и режим дня, особенности традиционных событий, праздников, мероприятий, особенности организации предметно-пространственной среды и социальное партнерство с родителями.

Организованная двигательная деятельность детей в ДОУ проводится в процессе занятий физической культурой, в соответствии с положениями действующего СанПин 2.4.1.3049-13.

Физкультурные занятия для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Длительность занятий зависит от возраста детей и составляет:

- во второй младшей группе (от 3 до 4 лет) - не более 15 мин.,
- в средней группе (от 4 до 5 лет) - не более 20 мин.,
- в старшей группе (от 5 до 6 лет) - не более 25 мин.,
- в подготовительной группе (от 6 до 7 лет) - не более 30 мин.

Для успешной реализации Программы в спортивном зале ДОУ создана развивающая предметно-пространственная среда, которая предназначена как для всей группы детей, так и для каждого ребенка.

Пространство предполагает трансформируемость и возможность изменения среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.

Для реализации Программы созданы все необходимые материально – технические условия и методическое обеспечение.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575861

Владелец ШЕВЕЛЁВА ОЛЕСЯ ВАЛЕРЬЕВНА

Действителен с 21.03.2021 по 21.03.2022