

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 51 комбинированного вида Красносельского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТО:

Решением педагогического совета
ГБДОУ детского сада № 51 комбинированного вида
Красносельского района
Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 30 августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО:

Приказом ГБДОУ
детский сад № 51
комбинированного вида
Красносельского района
Санкт-Петербурга
Приказ № 60 - А от 30 августа 2024г.

С учетом мнения Совета родителей
Протокол № 5 от 29 августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Левченко Натальи Сергеевны

инструктора по физической культуре

на 2024-2025 учебный год

Инструктор по физической культуре:

Левченко Н.С.

Санкт-Петербург

2024г.

Содержание

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Планируемые результаты освоения программы	6
1.2.1. Планируемые результаты освоения программы к трём годам.....	7
1.2.2. Планируемые результаты освоения программы к четырём годам.....	7
1.3. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов.....	8

2. Содержательный раздел

2.1. Содержание работы по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие».....	10
2.1.1. Содержание работы по физическому развитию в группе раннего возраста для детей от 1 до 2 лет.....	10
2.1.2. Содержание работы по физическому развитию в группе раннего возраста для детей от 2 до 3 лет.....	11
2.1.3. Содержание работы по физическому развитию в младшей группе для детей от 3 до 4 лет.....	13
2.2. Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие».	16
2.3. Взаимодействие с семьями воспитанников.....	20

3. Организационный раздел

3.1. Психолого-педагогические условия реализации программы.....	20
3.2. Материально-техническое обеспечение. Паспорт зала.....	25
3.3. Система физкультурно-оздоровительной работы.....	31
3.4. Развёрнутое планирование занятий по физической культуре.....	35

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре разработана в соответствии с ФГОС дошкольного образования, Федеральной образовательной программой дошкольного образования (далее ФОП ДО) и с учетом Образовательной программы Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 51 комбинированного вида Красносельского района Санкт-Петербурга (далее – Программа).

Цель Программы - разностороннее развитие ребёнка в период дошкольного детства с учётом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций.

Задачи Программы:

- обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;
- приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям российского народа - жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей;
- построение (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учёта возрастных и индивидуальных особенностей развития;
- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учётом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в т.ч. их эмоционального благополучия;
- обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребёнка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;

- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности;

- достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования.

Принципы и подходы к формированию Программы

Программа построена на следующих принципах ДО, установленных ФГОС ДО:

1) полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возрастов), обогащение (амплификация) детского развития;

2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;

3) содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников (далее вместе - взрослые);

4) признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

5) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

6) сотрудничество ДОО с семьей;

7) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;

8) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в различных видах деятельности;

9) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);

10) учёт этнокультурной ситуации развития детей.

Основными подходами к формированию Программы являются:

- деятельностный подход, предполагающий развитие ребенка в деятельности, включающей такие компоненты как самоцелеполагание, самопланирование, самоорганизация, самооценка, самоанализ;
- интегративный подход, ориентирующий на интеграцию процессов обучения, воспитания и развития в целостный образовательный процесс в интересах развития ребенка;
- индивидуальный подход, предписывающий гибкое использование педагогами различных средств, форм и методов по отношению к каждому ребенку;
- личностно-ориентированный подход, который предусматривает организацию образовательного процесса на основе признания уникальности личности ребенка и создания условий для ее развития на основе изучения задатков, способностей, интересов, склонностей;
- средовой подход, ориентирующий на использование возможностей внутренней и внешней среды образовательной организации в воспитании и развитии личности ребенка.

Образовательная программа дошкольного образования Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 51 комбинированного вида Красносельского района Санкт-Петербурга (далее Программа) разработана в соответствии с:

1. ФГОС ДО (утвержден приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155, зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384; в редакции приказа Минпросвещения России от 8 ноября 2022 г. № 955, зарегистрировано в Минюсте России 6 февраля 2023 г., регистрационный № 72264);
2. Федеральной образовательной программой дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847);
3. Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
4. Федеральным законом от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»
5. Федеральным законом от 24 сентября 2022 г. № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации»
6. Указом Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;

7. Указом Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;

8. Указом Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей» распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 999-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

9. Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 31 июля 2020 года № 373, зарегистрировано в Минюсте России 31 августа 2020 г., регистрационный № 59599);

10. Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28, 7 зарегистрировано в Минюсте России 18 декабря 2020 г., регистрационный № 61573);

11. Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2)

12. Уставом ГБДОУ детского сада № 51 комбинированного вида Красносельского района СПб.

Срок реализации рабочей программы: 2024-2025 учебный год (01.09.2024-31.08.2025)

1.2. Планируемые результаты освоения программы

Конечным результатом освоения Образовательной программы является сформированность интегративных качеств ребенка (физических, интеллектуальных, личностных):

Физические качества: ребенок физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни

Общие показатели физического развития.

Сформированность основных физических качеств и потребность в двигательной активности.

- Двигательные умения и навыки.
- Двигательно-экспрессивные способности и навыки.
- Навыки здорового образа жизни.

Планируемые результаты освоения программы:

- Укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление двигательного опыта детей;
- Овладение и обогащение основными видами движения;
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

1.2.1. Планируемые результаты (целевые ориентиры) освоения Программы к трем годам:

- у ребёнка развита крупная моторика, она активно использует свои ранние движения, начинает свайвать бег, прыжки, повторяет за взрослым простые имитационные упражнения, понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам; с желанием играет в подвижные игры;

- ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга; прыгать на двух ногах на месте и с продвижением вперед; брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч; ползать, подлезать под натянутую веревку, перелезать через гимнастическую скамейку.

1.2.2. Планируемые результаты (целевые ориентиры) освоения Программы к четырем годам:

- ребёнок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;

- ребёнок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;

- ребёнок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;

- умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление; умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя; сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы; может ползать на четвереньках, лазать по наклонной лесенке, гимнастической стенке произвольным способом;

энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см; может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

1.3. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Оценивание качества образовательной деятельности по Программе осуществляется в форме педагогической диагностики.

1. Педагогическая диагностика достижений планируемых результатов направлена на изучение деятельностных умений ребёнка, его интересов, предпочтений, склонностей, личностных особенностей, способов взаимодействия со взрослыми и сверстниками. Она позволяет выявлять особенности и динамику развития ребёнка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременноносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности.

2. Педагогическая диагностика индивидуального развития детей проводится педагогом в произвольной форме на основе наблюдения, свободных бесед с детьми, анализа продуктов детской деятельности (рисунков, работ по лепке, аппликации, построек, поделок и тому подобное), специальных диагностических ситуаций.

3. Педагогическая диагностика завершается анализом полученных данных, на основе которых педагог выстраивает взаимодействие с детьми, организует РППС, мотивирующую активную творческую деятельность обучающихся, составляет индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной Программы, осознанно и целенаправленно проектирует образовательный процесс.

4. Педагогическая диагностика в ДОУ проводится два раза в год (в начале и конце учебного года)

1,5 – 2 года

Материал	Методика выявления	Поведение ребёнка	Результат
4 брусочка.	Ситуация специально подготовленная. На пол, на расстоянии друг от друга, кладутся брусочки. Ребенку предлагается перешагнуть через них.	Выполняет указанные движения.	Перешагивает через брусочки приставным шагом (самостоятельно или по показу взрослого).

Доска.	Ситуация специально подготовленная. Ребенку предлагается пройти по доске без помощи взрослого. Сойти можно спомощью взрослого.	Выполняет указанные движения.	Проходит по ограниченной поверхности (доске) без помощи взрослого.
Доска, брусочки.	Ситуация специально подготовленная. Ребенку предлагается перешагнуть препятствия самостоятельно или с помощью взрослого.	Выполняет указанные движения.	Перешагивает препятствия чередующимся шагом.

2-3 года

Физическое развитие	Компонент	Критерии оценки/Рекомендации (индивидуальный план развития)	
	Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	Представления о значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека: глаза - смотреть, уши - слышать, нос - нюхать, язык - пробовать (определять) на вкус, руки - хватать, держать; ноги - стоять, прыгать, бегать, ходить; голова - думать, запоминать.	Навыки развития
	Физическая культура	Умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку	Выполняет самостоятельно
		Умение ходить и бегать, не наталкиваясь на других, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление в соответствии с указанием педагога	Выполняет самостоятельно
		Умение ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (бросать, держать, переносить, класть, катать)	Выполняет при умеренной поддержке
Умение прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами	Навыки развития		

	Желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры простым содержанием, несложными движениями (ходьба, бег, бросание)	Выполняется самостоятельно
	Выразительность движений, умение передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчик; поклевать зернышки и т.п.)	Навык развития

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

2.1. Содержание образовательной области по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие»

2.1.1. Содержание работы по физическому развитию в группе раннего возраста для детей 1-2 лет

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- создавать условия для последовательного становления первых основных движений (бросание, катание, ползание, лазанье, ходьба) в совместной деятельности педагога с ребёнком;
- создавать условия для развития равновесия и ориентировки в пространстве;
- поддерживать желание выполнять физические упражнения в паре с педагогом;
- привлекать к участию в играх-забавах, игровых упражнениях, подвижных играх, побуждать к самостоятельным действиям;
- укреплять здоровье ребёнка средствами физического воспитания, способствовать усвоению культурно-гигиенических навыков для приобщения к здоровому образу жизни.

Содержание образовательной деятельности.

Педагог активизирует двигательную деятельность детей, создает условия для обучения основным движениям (бросание, катание, ползание, лазанье, ходьба), развития координации при выполнении упражнений; побуждает к самостоятельному выполнению движений; обеспечивает страховку для сохранения равновесия; поощряет и поддерживает, создает эмоционально-положительный настрой, способствует формированию первых культурно-гигиенических навыков.

В процессе физического воспитания педагог обеспечивает условия для развития основных движений и выполнения общеразвивающих упражнений.

1) **Основная гимнастика** (основные движения, общеразвивающие упражнения).

Основные движения:

бросание и катание: бросание мяча (диаметр 6-8 см) вниз, вдаль; катание мяча (диаметр 20-25 см) вперед из исходного положения сидя и стоя;

ползание, лазанье: ползание по прямой на расстояние до 2 метров; подлезание под веревку, натянутую на высоте - 50 см; пролезание в обруч (диаметр 50 см), перелезание через бревно (диаметр 15-20 см); лазанье по лесенке-стремянке вверх и вниз (высота 1-1,5 метра);

ходьба: ходьба за педагогом стайкой в прямом направлении;

упражнения в равновесии: ходьба по дорожке (шириной 25-20-15 см), по ребристой доске; вверх и вниз по наклонной доске, приподнятой на 10-15-20 см (ширина доски 25-30 см, длина 1,5-2 м) с поддержкой; подъем на ступеньки и спуск с них, держась за опору; перешагивание через веревку, положенную на пол, палку или кубик высотой 5-15-18 см со страховкой.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения из исходного положения стоя, сидя, лежа с использованием предметов (погремушки, кубики, платочки и другое) и без них; в комплекс включаются упражнения: поднятие рук вперед и опускание, повороты корпуса вправо и влево из положения сидя, наклоны вперед (положить кубик и поднять его, перегибаясь через веревку, натянутую на высоте 40-45 см), сгибание и разгибание ног, приседание с поддержкой педагога или у опоры.

2) **Подвижные игры и игровые упражнения**: педагог организует и проводит игры-забавы, игровые упражнения, подвижные игры, побуждая детей к активному участию и вызывая положительные эмоции.

Детям предлагаются разнообразные игровые упражнения для закрепления двигательных навыков.

3) **Формирование основ здорового образа жизни**: педагог помогает осваивать элементарные культурно-гигиенические действия при приеме пищи, уходе за собой (при помощи педагога мыть руки перед едой и по мере загрязнения, пользоваться салфеткой, есть ложкой, пользоваться личным полотенцем и так далее).

2.1.2. Содержание работы по физическому развитию во второй группе раннего возраста для детей 2-3 лет

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения (бросание, катание, ловля, ползание, лазание, ходьба, бег, прыжки), общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;
- развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве;
- поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом в небольших подгруппах;
- формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям;
- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщая к здоровому образу жизни.

Содержание образовательной деятельности.

Педагог формирует умение выполнять основные движения, общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения в различных формах физкультурно-оздоровительной работы (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры, индивидуальная работа по развитию движений и другое), развивает психофизические качества, координацию, равновесие и ориентировку в пространстве. Педагог побуждает детей совместно играть в подвижные игры, действовать согласованно, реагировать на сигнал. Оптимизирует двигательную деятельность, предупреждая

утомление, осуществляет помощь и страховку, поощряет стремление ребёнка соблюдать правила личной гигиены и проявлять культурно-гигиенические навыки.

1) **Основная гимнастика** (основные движения, общеразвивающие упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля: скатывание мяча по наклонной доске; прокатывание мяча педагогу и друг другу двумя руками стоя и сидя (расстояние 50-100 см), под дугу, в воротца; остановка катящегося мяча; передача мячей друг другу стоя; бросание мяча от груди двумя руками, снизу, из-за головы; бросание предмета в горизонтальную цель и вдаль с расстояния 100-125 см двумя и одной рукой; перебрасывание мяча через сетку, натянутую на уровне роста ребёнка с расстояния 1-1,5 м; ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния до 1 м;

ползание и лазанье: ползание на животе, на четвереньках до погремушки (флажка) 3-4 м (взяв её, встать, выпрямиться), по доске, лежащей на полу, по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20-30 см; по гимнастической скамейке; проползание под дугой (30-40 см); влезание на лесенку-стремянку и спуск с нее произвольным способом;

ходьба: ходьба стайкой за педагогом с перешагиванием через линии, палки, кубы; на носках; с переходом на бег; на месте, приставным шагом вперед, в сторону, назад; с предметами в руке (флажок, платочек, ленточка и другие); в рассыпную и в заданном направлении; между предметами; по кругу по одному и парами, взявшись за руки;

бег: бег стайкой за педагогом, в заданном направлении и в разных направлениях; между линиями (расстояние между линиями 40-30 см); за катящимся мячом; с переходом на ходьбу и обратно; непрерывный в течение 20-30-40 секунд; медленный бег на расстояние 40-80 м;

прыжки: прыжки на двух ногах на месте (10-15 раз); с продвижением вперед, через 1-2 параллельные линии (расстояние 10-20 см); в длину с места как можно дальше, через 2 параллельные линии (20-30 см); вверх, касаясь предмета, находящегося выше поднятых рук ребёнка на 10-15 см;

упражнения в равновесии: ходьба по дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 м); по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20 см; по гимнастической скамейке; перешагивание линий и предметов (высота 10-15 см); ходьба по извилистой дорожке (2-3 м), между линиями; подъем без помощи рук на скамейку, удерживая равновесие с положением рук в стороны; кружение на месте.

В процессе обучения основным движениям педагог побуждает детей действовать сообща, двигаться не наталкиваясь друг на друга, придерживаться определенного направления движения, предлагает разнообразные упражнения.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления плечевого пояса: поднимание рук вперед, вверх, разведение в стороны, отведение назад, за спину, сгибание и разгибание, выполнение хлопков руками перед собой, над головой; махи руками вверх-вниз, вперед-назад;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты вправо-влево, с передачей предмета сидящему рядом ребёнку, наклоны вперед из исходного положения стоя и сидя; одновременное сгибание и разгибание ног из исходного положения сидя и лежа, поочередное поднимание рук и ног из исходного положения лежа на спине;

упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и гибкости позвоночника: сгибание и разгибание ног, держась за опору, приседание, потягивание с подниманием на носки и другое;

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, включаются в содержание подвижных игр и игровых упражнений; педагог показывает детям и выполняет вместе с ними: хлопки в ладоши под музыку, хлопки с одновременным притопыванием, приседание "пружинка", приставные шаги вперед-назад, кружение на носочках, имитационные упражнения.

Педагог предлагает образец для подражания и выполняет вместе с детьми упражнения с предметами: погремушками, платочками, малыми обручами, кубиками, флажками и другое, в том числе, сидя на стуле или на скамейке.

2) **Подвижные игры:** педагог развивает и поддерживает у детей желание играть в подвижные игры с простым содержанием, с текстом, с включением музыкально-ритмических упражнений. Создает условия для развития выразительности движений в имитационных упражнениях и сюжетных играх, помогает самостоятельно передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики, помахать крылышками, как птичка, походить как лошадка, поклевать зернышки, как цыплята, и тому подобное).

3) **Формирование основ здорового образа жизни:** педагог формирует у детей полезные привычки и элементарные культурно-гигиенические навыки при приеме пищи, уходе за собой (самостоятельно и правильно мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета, чистить зубы, пользоваться предметами личной гигиены); поощряет умения замечать нарушения правил гигиены, оценивать свой внешний вид, приводить в порядок одежду; способствует формированию положительного отношения к закаливающим и гигиеническим процедурам, выполнению физических упражнений.

2.1.3. Содержание работы по физическому развитию младшей группы для детей 3-4 лет

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

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в т.ч. музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия действиями других детей, соблюдать правила в игре;

- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;

- формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;

- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;

- закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

Содержание образовательной деятельности

Педагог формирует умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях. Выполнять общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения по

показу; создает условия для активной двигательной деятельности и положительного эмоционального состояния детей. Педагог воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания сообща, действуя в общем для всех темпе. Организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила подвижной игры.

Педагог продумывает и организует активный отдых, приобщает детей к здоровому образу жизни, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки.

1) *Основная гимнастика* (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади; скатывание мяча по наклонной доске; катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях; прокатывание мяча в воротца, поддугу, стоя парами; ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя одной рукой; произвольное прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от педагога; бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой; подбрасывание мяча вверх и ловля его; бросание мяча о землю и ловля его; бросание и ловля мяча в парах; бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребёнка, с расстояния 1,5 м; метание в даль; перебрасывание мяча через сетку;

ползание, лазанье: ползание на четвереньках на расстояние 4-5-6 м до кегли (взять её, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой); по гимнастической скамейке, закатываясь мячом; проползание на четвереньках под 3-4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м); ползание на четвереньках сопорой на ладони и ступни по доске; влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее; подлезание под дугу, не касаясь руками пола;

ходьба: ходьба в заданном направлении, небольшими группами, друг за другом по ориентирам (по прямой, по кругу, обходя предметы, в рассыпную, «змейкой», с поворотом и сменой направления); на носках; высоко поднимая колени, перешагивая предметы, с постановкой по сигналу; парами друг за другом, в разных направлениях; с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше); по наклонной доске; в чередовании с бегом;

бег: бег группами и по одному за направляющим, в рассыпную, со сменой темпа; по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, с постановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; убегание от ловящего, ловля убегающего; бег в течение 50-60 сек; быстрый бег 10-15 м; медленный бег 120-150 м;

прыжки: прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону); в длину с места (не менее 40 см); через 2 линии (расстояние 25-30 см), из обруча в обруч (плоский) по прямой; через 4-6 параллельных линий (расстояние 15-20 см); спрыгивание (высота 10-15 см), перепрыгивание через веревку (высота 2-5 см);

упражнения в равновесии: ходьба по прямой и извилистой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), обычным и приставным шагом; по гимнастической скамье, по ребристой доске, наклонной доске; перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу; по шнуру, плоскому обучу, лежащему на полу, приставным шагом; с выполнением заданий (присесть, встать и продолжить движение); на носках, с постановкой.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса: поднимание и опускание прямых рук вперед, отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно); переключивание предмета из одной руки в другую; хлопки над головой перед собой; махи руками; упражнения для кистей рук;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: потягивание, приседание, обхватив руками колени; наклоны вперед и в стороны; сгибание и разгибание ног из положения сидя; поднимание и опускание ног из положения лежа; повороты со спины на живот и обратно;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: поднимание и опускание ног, согнутых в коленях; приседание с предметами, поднимание носки; выставление ноги вперед, в сторону, назад;

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальных занятиях, педагог включает содержание физических занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры: ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом; поочередное выставление ноги вперед, на пятку, притопывание, приседания «пружинки», кружение; имитационные движения - разнообразные упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и так далее).

Строевые упражнения:

педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам; перестроение в колонну по два, в рассыпную, смыкание и размыкание обычным шагом, повороты направо и налево переступанием.

Педагог выполняет вместе с детьми упражнения из разных исходных положений (стоя, ноги слегка расставлены, ноги врозь, сидя, лежа на спине, животе, с заданным положением рук), с предметами (кубики двух цветов, флажки, кегли и другое).

2) *Подвижные игры:* педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры. Воспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает).

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

Спрыжками. «Порвонькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «Скочки на чокчу».

Сползанием и лазаньем. «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики».

Сбросанием миловей. «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет».

На ориентировку в пространстве. «Найди свое место», «Угадай, кто и где кричит».

«Найди, что спрятано».

3) *Спортивные упражнения*: педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также в региональных климатических особенностях.

Катание на санках: по прямой, перевозя игрушки или друг друга, и самостоятельно с невысокой горки.

4) *Формирование основ здорового образа жизни*: педагог поддерживает стремление ребёнка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками; формирует первичные представления о чистоте, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).

5) *Активный отдых*.

Физкультурные досуги: досуг проводится 1 раз в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения.

Дни здоровья: в этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия). День здоровья проводится один раз в квартал.

2.2. Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие»

направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:

- воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;
- формирование у ребёнка возрастных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;
- становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;
- воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;
- приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях физического развития и саморазвития;
- формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

Взаимодействие взрослых с детьми (вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы) При реализации Программы используются различные образовательные технологии, в т.ч. дистанционные образовательные технологии, исключая образовательные технологии, которые могут нанести вред здоровью детей. Применение электронного обучения, дистанционных образовательных технологий, а также работа с электронными средствами обучения при реализации Программы осуществляются в соответствии с требованиями СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.

Формы, способы, методы и средства реализации Программы определяются в соответствии с задачами воспитания и обучения, возрастными и индивидуальными особенностями детей, спецификой их образовательных потребностей и интересов. Существенное значение имеют сформировавшиеся у педагога практики воспитания и обучения детей, оценка результативности форм, методов, средств образовательной деятельности применительно к конкретной возрастной группе детей.

Согласно ФГОС ДО используются различные формы реализации Программы в соответствии с видом детской деятельности и возрастными особенностями детей:

- игровая деятельность (сюжетно-ролевая, строительно-конструктивная, дидактическая, подвижная и другие);
- общение со взрослым (ситуативно-деловое, внеситуативно-познавательное, внеситуативно-личностное) и сверстниками (ситуативно-деловое, внеситуативно-деловое);
- речевая деятельность (слушание речи взрослого и сверстников, активная диалогическая и монологическая речь);
- познавательно-исследовательская деятельность и экспериментирование;
- изобразительная деятельность (рисование, лепка, аппликация) и конструирование из разных материалов по образцу, условию и замыслу ребёнка;
- двигательная деятельность (основные виды движений, общеразвивающие и спортивные упражнения, подвижные и элементы спортивных игр и другие);
- элементарная трудовая деятельность (самообслуживание, хозяйственно-бытовой труд, ручной труд);
- музыкальная деятельность (слушание и понимание музыкальных произведений, музыкально-ритмические движения).

Способы организации детей на занятии по физической культуре.

Фронтальный способ. Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячами и т.д.

Фронтально-поточный способ. Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя данное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

Индивидуальный способ. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ объяснения задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

Особое значение в воспитании здорового ребёнка придаётся развитию движений и физической культуре детей в ходе занятий по физической культуре.

Вариативность форм, методов и средств реализации Программы зависит не только от учёта возрастных особенностей обучающихся, и индивидуальных и особых образовательных потребностей, но и отличных интересов, мотивов, ожиданий, желаний детей.

Выбор форм, методов, средств реализации Программы учитывается субъектные проявления ребёнка в деятельности: интерес к миру и культуре; избирательное отношение к социокультурным объектам разным видам деятельности; инициативность и желание заниматься той или иной деятельностью; самостоятельность в выборе и осуществлении деятельности.

Выбор педагогически обоснованных форм, методов, средств реализации Программы, адекватных образовательным потребностям и предпочтениям детей, их соотношение и интеграция при решении задач воспитания и обучения обеспечивает их вариативность.

Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также - форм организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми. Такими организованными формами работы являются:

разные виды занятий по физической культуре;

- физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня;

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

- самостоятельная двигательная деятельность детей;

- занятия в семье.

В каждой возрастной группе физкультура проводится 3 раза в неделю в спортивном зале. Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья.

Продолжительность занятия по физической культуре:

10 мин. - группы раннего возраста

20 мин. - средняя группа

Занятия по физической культуре состоят из трех частей:

Вводная – помогает организовать, собрать и активировать внимание, вызвать у них интерес к занятию, создать бодрое настроение. В нее входит: беседа, построения, перестроения, упражнения в ходьбе, беге.

Основная – в ней формируются двигательные навыки и умения, развиваются физические качества. В нее входит: общеразвивающие упражнения с предметами и без, основные виды движений, подвижная игра.

Заключительная – снижение физической нагрузки, приведение организма ребенка относительно спокойное состояние, сохранив при этом бодрое настроение, подведение итогов занятия. В нее входит: игра малой подвижности, пальчиковая гимнастика, движения со словами, дыхательная гимнастика, самомассаж, различные виды ходьбы.

Занятия по физической культуре может быть организовано разнообразно:

- ✓ по традиционной схеме
- ✓ состоящие из набора подвижных игр и игровых заданий большой, средней и малой интенсивности.
- ✓ тренировки в основных видах движений
- ✓ ритмическая гимнастика
- ✓ соревнования, где дети в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей
- ✓ зачеты, в время которых дети выполняют диагностические задания
- ✓ сюжетно-игровые
- ✓ по интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольцо брос, полоса препятствий, скакалки).

Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке, физкультминутках и подвижных играх во время прогулок.

2.3. Взаимодействие с семьей воспитанников.

Дошкольный возраст – это фундамент здоровой личности а, следовательно, и здорового общества в настоящем и будущем. Развитие физической культуры – одно из приоритетных направлений государственной политики, нацеленной на укрепление и здоровье детей. Формирование у ребёнка потребности в движении в значительной степени зависит от особенностей жизни и воспитания, возможности окружающих его взрослых создать благоприятные условия для физического развития.

Задачи взаимодействия с семьей:

- вести у детей желание вести здоровый образ жизни;
- повышать роль семьи в физическом воспитании и оздоровлении детей;
- способствовать развитию творческой инициативы родителей в формировании у детей устойчивого интереса к физической культуре;

- формировать общественное мнение о значимости физической культуры в ДОУ и семье.

Таким образом можно прийти к выводу, что необходимо использовать такие формы работы с родителями, в которых они выступают заинтересованными участниками педагогического процесса. Это позволяет повысить уровень физической культуры детей, используя потенциал каждого ребёнка. Особенность используемых нами форм работы заключается в том, что они носят не только консультативную, но и практическую направленность и являются системными мероприятиями с участием родителей, воспитателей и детей.

Сентябрь Спортивная форма на занятиях «физическая культура». Выступление на родительских собраниях

Октябрь Консультации по результатам физического развития в начале года

Ноябрь Профилактика простудных заболеваний (все группы)

Декабрь Подбор упражнений для профилактики плоскостопия и нарушения осанки (все группы)

Январь Комплексы утренней гимнастики

Февраль Подбор комплексов гимнастики после сна.

Март Оформление спортивных уголков в группах.

Апрель Спортивные и подвижные игры на прогулке

Май Подвижные игры на прогулке в выходные дни и летние каникулы.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

3.1. Психолого-педагогические условия реализации Программы

Успешная реализация Программы обеспечивается следующими психолого-педагогическими условиями:

1) *признание детства как уникального периода становления человека, понимание неповторимости личности каждого ребёнка, принятие воспитанника таким, какой он есть, всеми его индивидуальными проявлениями; проявление уважения к развивающейся личности, как высшей ценности, поддержка уверенности в собственных возможностях и способностях каждого воспитанника;*

2) *решение образовательных задач с использованием как новых форм организации процесса образования (проектная деятельность, образовательная ситуация, образовательное событие, обогащенные игры детей в центрах активности, проблемно-обучающие ситуации в рамках интеграции образовательных областей и другое), так и традиционных (фронтальные, подгрупповые, индивидуальные занятия). При этом занятия рассматриваются как дело, интересное и интересное детям, развивающее их; деятельность, направленная на освоение детьми одной или нескольких образовательных областей, или их интеграцию с использованием разнообразных педагогически обоснованных форм и методов работы, выбор которых осуществляется педагогом;*

3) *обеспечение преемственности содержания форм организации образовательного процесса, в т.ч. дошкольного и начального общего уровней образования (опора на опыт детей, накопленный на предыдущих этапах развития, изменение форм и методов образовательной работы, ориентация на стратегический приоритет непрерывного образования - формирование умения учиться);*

4) учёт специфики возрастного и индивидуального психофизического развития обучающихся (использование форм и методов, соответствующих возрастным особенностям детей; видов деятельности, специфических для каждого возрастного периода, социальной ситуации развития);

5) создание развивающей и эмоционально комфортной для ребёнка образовательной среды, способствующей эмоционально-ценностному, социально-личностному, познавательному, эстетическому развитию ребёнка и сохранению его индивидуальности, в которой ребёнок реализует права на свободу выбора деятельности, партнера, средств и прочее;

6) построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития;

7) индивидуализация образования (в т.ч. поддержка ребёнка, построение его образовательной траектории) и оптимизация работы с группой детей, основанные на результатах педагогической диагностики (мониторинга);

8) совершенствование образовательной работы на основе результатов выявления запросов родительского и профессионального сообщества;

9) психологическая, педагогическая и методическая помощь и поддержка, консультирование родителей (законных представителей) в вопросах обучения, воспитания и развития детей, охраны и укрепления их здоровья;

10) вовлечение родителей (законных представителей) в процесс реализации образовательной программы и построение отношений сотрудничества в соответствии с образовательными потребностями и возможностями семьи обучающихся;

11) формирование и развитие профессиональной компетентности педагогов, психолого-педагогического просвещения родителей (законных представителей) обучающихся;

12) непрерывное психолого-педагогическое сопровождение участников образовательных отношений в процессе реализации Программы, обеспечение вариативности его содержания, направлений и форм, согласно запросам родительского и профессионального сообществ;

13) взаимодействие с различными социальными институтами (сферы образования, культуры, физкультуры и спорта, другими социально-воспитательными субъектами открытой образовательной системы), использование форм и методов взаимодействия, востребованных современной педагогической практикой и семьей, участие всех сторон взаимодействия в совместной социально-значимой деятельности;

14) использование широких возможностей социальной среды, социума как дополнительного средства развития личности, совершенствования процесса её социализации;

15) предоставление информации о Программе семье, заинтересованным лицам, вовлеченным в образовательную деятельность, а также широкой общественности;

16) обеспечение возможностей для обсуждения Программы, поиска, использования материалов, обеспечивающих её реализацию, в т.ч. в информационной среде.

3.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.

РППС спортивных залов рассматривается как часть образовательной среды и фактор, обогащающий развитие детей. РППС выступает основой для разнообразной, разносторонне развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребёнка деятельности.

РППС включает организованное пространство, материалы, оборудование, электронные образовательные ресурсы и средства обучения и воспитания, охраны и укрепления здоровья детей дошкольного возраста, материалы для организации самостоятельной творческой деятельности детей. РППС создает возможности для учёта особенностей, возможностей и интересов детей, коррекции недостатков их развития.

При проектировании РППС спортивных залов учтены:

- местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно- климатические условия;
- возраст, уровень развития детей и особенности их деятельности, содержание образования;
- задачи Программы для разных возрастных групп;
- возможности и потребности участников образовательной деятельности (детей и их семей, педагогов и других сотрудников, участников сетевого взаимодействия и других участников образовательной деятельности).

РППС спортивных залов соответствует:

- требованиям ФГОС ДО;
- образовательной программе ДОО;
- материально-техническим и медико-социальным условиям пребывания детей в детском саду;
- возрастным особенностям детей;
- воспитывающему характеру обучения детей;
- требованиям безопасности и надежности.

Наполняемость РППС спортивных залов способствует сохранению целостности образовательного процесса и включает все необходимое для реализации содержания каждого из направлений развития и образования детей согласно ФГОС ДО.

РППС спортивных залов обеспечивает возможность реализации различных видов индивидуальной и коллективной деятельности: игровой, коммуникативной, познавательно-исследовательской, двигательной, продуктивной и прочее, в соответствии с потребностями каждого возрастного этапа детей, охраны и укрепления их здоровья.

В соответствии с ФГОС ДО РППС спортивных залов является содержательно-насыщенной; трансформируемой; полифункциональной; доступной; безопасной.

РППС залов обеспечивает условия для эмоционального благополучия детей и комфортной работы педагогических и учебно-вспомогательных сотрудников.

Созданы условия для информатизации образовательного процесса. В спортивных залах имеется оборудование для использования информационно-коммуникационных технологий в образовательном процессе. Обеспечено подключение к сети Интернет с учётом регламентов безопасного пользования сетью Интернет.

<i>Название зоны</i>	<i>Цель</i>	<i>Задачи</i>
----------------------	-------------	---------------

<p>Двигательно – игровая зона</p>	<p>Целенаправленное педагогическое воздействие на развитие основных движений, тренировку физиологических функций организма</p>	<p>Укреплять здоровье детей; Развивать двигательные навыки и физические качества; Расширять двигательный опыт; Создавать положительный эмоциональный настрой.</p>
<p>Зона спортивного оборудования: - традиционного, - нестандартного</p>	<p>Развитие двигательной сферы, разнообразие организации двигательной деятельности детей</p>	<p>Формировать умение использовать спортивное оборудование на занятиях и в свободной деятельности; Создавать вариативные, усложненные условия для выполнения двигательных заданий; Оптимизация режима двигательной активности; Повышать интерес к физическим упражнениям; Расширять круг представлений о разнообразных видах спортивного оборудования, его назначении.</p>
<p>Зона метания</p>	<p>Ознакомление с различными способами метания</p>	<p>Развивать глазомер; Закреплять технику метания; Укреплять мышцы рук и плечевого пояса.</p>

Зона прыжков	Создание условий для обучения прыжкам разного вида в соответствии с возрастом и программой	Обучать технике прыжков; Развивать силу ног, прыгучесть; Использовать специальное оборудование.
Зона «Спортивный комплекс»	Создание условий для удовлетворения потребности в двигательной активности	Овладеть техникой различных способов и видов лазанья; Развивать ловкость, силу, смелость.
Коррекционно-профилактическая зона	Укрепление здоровья детей, осуществление профилактики патологических изменений, возникающих в ослабленном организме	Содействовать профилактике и развитию опорно-двигательного аппарата с помощью простейших тренажеров, использования нестандартного оборудования; Укреплять костно-мышечную систему, мышечный корсет спины; Овладеть навыками само оздоровления.
Зона релаксации	Формирование благоприятного	Создать условия для разгрузки позвоночника, мышечного расслабления, используя пуфик, фитболы, зрительные

	систо- эмоционального состояния	ориентиры, соответствующую музыку.
Зона профессиональной деятельности	Повышение профессиональн ого уровня	Изучать новинки методической литературы; Составлять планы, конспекты занятий, праздников, развлечений и др. Подготовить наглядно-методический материал для родителей и педагогов.

3.2. Материально-техническое обеспечение. Паспорт зала

Актуальной задачей физического воспитания является поиск эффективных средств совершенствования развития двигательной сферы детей дошкольного возраста на основе формирования у них потребности в движениях. Развитие интереса к движениям проводится на основе жизненной потребности ребенка быть сильным, смелым, ловким. Для - этого в детском саду созданы условия. В детском саду имеется физкультурный зал и спортплощадка. Физкультурный зал полностью оснащен необходимым физкультурным оборудованием и пособиями для развития и оздоровления детей в соответствии с современными требованиями.

- Физкультурный зал служит для проведения досугов, праздников, непосредственной образовательной деятельности по физической культуре.
- Оборудование зала предполагает осуществление интегрированного подхода в деятельности всех работающих педагогов, что позволяет придать воспитательному процессу направленный характер.

Физкультурный зал – отдельное помещение на базе ГБДОУ д/с № 51, в котором сконцентрированы и систематизированы:

- физкультурное оборудование;
- инвентарь и пособия;
- методическая литература по ФИЗО;
- диагностический материал;
- картотека;
- планы работы с воспитанниками, педагогами, родителями, конспекты занятий, развлечений, спортивных праздников.

Основные цели:

1.1. Сохранять и укреплять здоровье воспитанников и формировать у них привычку к здоровому образу жизни:

- обеспечение безопасности жизнедеятельности;
- формирование основ здорового образа жизни, соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил;
- систематическое проведение профилактических упражнений и оздоровительных мероприятий;
- удовлетворение потребности воспитанников в двигательной активности;
- создание атмосферы психологической комфортности;
- выявление динамики физического развития.
- овладение воспитанником элементарных знаний о своем организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья;
- систематическое проведение гимнастики, повышение работоспособности.

1.2. Приобщение воспитанников к ценностям физической культуры:

- формирование двигательных умений и навыков;
- развитие физических качеств;
- формирование интереса и потребности в физических упражнениях, их вариативности, творчество выполнения.

Задачи и содержание работы.

2.1. Основными задачами физкультурного зала являются:

- анализ состояния процессов развития дошкольников в обозначенном направлении;
- создание предметно - развивающей среды, предполагающей активизацию процессов развития детей;
- разработка и выполнение индивидуальных программ работы с детьми;
- систематизация и обобщение передового опыта при обеспечении условия интегративного использования специалистами - педагогами детского сада.

2.2. Содержание работы физкультурного зала определяет образовательная программа.

2.3. В организации непосредственно-образовательной деятельности по физическому воспитанию необходимо реализовывать индивидуальный подход с учетом возрастных особенностей воспитанников:

- программное содержание должно соответствовать возрасту и возможностям воспитанников;

- развивать стремление у воспитанников заниматься спортом, туризмом.

2.4. Во время непосредственно-образовательной деятельности и физкультурных мероприятий необходимо сочетать как коллективные, так и подгрупповые формы организации.

2.5. Роль инструктора по физической культуре обеспечить максимальные условия для самореализации воспитанников.

2.6. Проведение непосредственно образовательной деятельности в соответствии с инструкциями по охране жизни и здоровья детей.

Технические характеристики физкультурного зала

Параметры	Характеристика параметров
Освещение естественное	4 окна
Освещение искусственное	лампы дневного света с защитой
Уровень освещенности	норма
Наличие системы пожарной безопасности	имеется
Наличие системы отопления	имеется
Возможность проветривания помещения	имеется
Поверхность пола (удобная для обработки)	имеется

Перечень оборудования физкультурного зала.

Оборудование физкультурного зала	Количество

▪ гимнастическая скамейка;	3 шт.
▪ дорожка движения	3 шт.
▪ дорожка массажная 145*25 см	1 шт.
▪ дорожка контрастная (2 наполнения – керамзит, поролон)	3 шт.
▪ коврик ребристый	5 шт.
▪ коврик массажный (квадратный)	4 шт.
▪ массажер для ног	3 шт.
▪ сенсорная дорожка «Времена года»	3 шт.
▪ мяч резиновый – 150 мм.;	30 шт.
▪ мяч резиновый – 200 мм.;	30 шт.
▪ мячи резиновые малые;	27 шт.
▪ мяч массажный игольчатый;	20 шт.
▪ шарик массажный (ежик резиновый);	8 шт.
▪ мяч футбольный;	3 шт.
▪ мяч баскетбольный;	2 шт.
▪ мяч фитбольный;	14 шт.
▪ мяч утяжелитель (малый);	2 шт.
▪ мяч утяжелитель (большой);	5 шт.
▪ мяч мягкий (малый);	2 шт.
▪ мяч мягкий (большой);	2 шт.
▪ мишень для метания настенная;	1 шт.

▪ кольцоброс пластмассовый	4 шт.
▪ мешочек – утяжелитель	37 шт.
▪ островки	4 шт.
▪ погремушки;	39 шт.
▪ ленты 4-х основных цветов;	82 шт.
▪ скакалки;	30 шт.
▪ кегли;	42 шт.
▪ кубики;	46 шт.
▪ шарик пластмассовый;	115 шт.
▪ флажки;	18 шт.
▪ гантели;	40 шт.
▪ платочки;	10 шт.
▪ обруч пластмассовый – 100 см.;	16 шт.
▪ обруч пластмассовый – 80 см.;	34 шт.
▪ обруч пластмассовый – 54 см.;	27 шт.
▪ гимнастическая палка пластик – 70 см.;	28 шт.
▪ гимнастическая палка пластик – 90 см.;	30 шт.
▪ гимнастическая палка дерево;	16 шт.
▪ эспандер кистевой резиновый маленький	4 шт.
▪ набор воротики разной высоты;	1 шт.
▪ ворота мягкие;	2 шт.

▪ канат;	1 шт.
▪ гимнастическая стенка;	2 шт.
▪ брусок мягконабивной	13 шт.
▪ кубики мягкие	8 шт.
▪ мат гимнастический;	2 шт.
▪ индивидуальный поролоновый коврик;	8 шт.
▪ набор дидактический большой (мягкие бруски)	1 шт.
▪ набор дидактический малый (мягкие бруски)	1 шт.
▪ поворотные мотальщики для двух игроков	9 шт.
▪ несущка для одного игрока	2 шт.
▪ бруски - ходунки	8 шт.
▪ самокат	1 шт.
▪ бубен	2 шт.
Атрибуты для подвижных и спортивных игр	
<ul style="list-style-type: none"> ○ маски; ○ клюшки; ○ шайбы; ○ баскетбольная корзина; ○ раздаточный материал (по временам года, по форме, цвету.....) 	

Методическое обеспечение	
<ul style="list-style-type: none"> • порт кабинета; • методическая литература; • перспективные планы работы по разделам «Программы»; • методические разработки, конспекты открытых занятий и выступлений; • методические разработки, игры, пособия по теме ЗОЖ; • дидактические игры по теме спорт, здоровье; • материал для работы с родителями; • материал для консультативной работы с воспитателями; • документация кружковой работы; • картотеки; • музыкальные диски 	

3.3. Система физкультурно-оздоровительной работы

№	Мероприятия	Группа ДОУ	Периодичность	Ответственный
I. Мониторинг				
1.	Определение уровня физического развития. Определение уровня	Все	2 раза в год (сентябрь-апрель)	Инструктор по физ. культуре

II. Двигательная деятельность				
1.	Утренняя гимнастика	Все группы (кроме групп раннего возраста)	Ежедневно	Воспитатели групп
2.	Занятия по физической культуре	Все группы	2 раза в неделю	Инструктор по физкультуре, воспитатели групп
3.	Физкультминутки, физкультпаузы, в т.ч. пальчиковая гимнастика.	Все группы	Ежедневно (во время тренинговых занятий, между занятиями)	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели
4.	Динамические паузы	Все группы	Ежедневно	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели
5.	Свободная самостоятельная двигательная деятельность детей в помещении и на прогулке	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
6.	Подвижные игры	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
7.	Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
8.	Спортивные упражнения	Все группы	По календарному плану	Воспитатели групп
9.	Спортивные игры	Старшая, подготовительная группы	По календарному плану	Воспитатели групп
10.	Физкультурные досуги	Все группы (кроме групп раннего возраста)	1 раз в месяц	Инструктор по физкультуре

		возраста)		
IV.Профилактически мероприятия				
1.	Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режимы проветривания, утренние фильтры, работа с родителями)	Во все группы	В неблагоприятные периоды (осень-весна) возникновения инфекции)	Ст. медсестра
2.	Гимнастика для глаз	Во все дети	В течение года	Воспитатели
3.	Самомассаж	Во все дети	3 раза в неделю	Инструктор по физической культуре, воспитатели
V.Закаливание				
1.	Ходьба босиком	Во все группы	После сна	Воспитатели
2.	Облегченная одежда детей	Во все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели
3.	Мытье рук, лица.	Во все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели

Организация двигательного режима

Формы организации	Группы раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Физкультурная ОД	10 мин	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин
Утренняя гимнастика	4-6 мин	6-8 мин	6-8 мин	8-10 мин	10-12 мин
Подвижные игры и физические упражнения в группе	Ежедневно 10 мин	Ежедневно 10 - 15 мин	Ежедневно 15 - 20 мин	Ежедневно 15 - 20 мин	Ежедневно 20 - 25 мин
Физминутка во время занятия	Ежедневно 1-3 мин		Ежедневно 3-5 мин		
Подвижная игра и физические упражнения на прогулке (утренняя и вечерняя)	Ежедневно 2 раза – 8-10 мин	Ежедневно 2 раза – 15-20 мин	Ежедневно 2 раза – 20-25 мин	Ежедневно 2 раза – 20-25 мин	Ежедневно 2 раза – 25-30 мин
Инд. раб. по развитию движений на прогулке	6-10 мин	8-10 мин	10-12 мин	10-15 мин	10-15 мин
Гимнастика после дневного сна	4-6 мин	5-10 мин	5-10 мин	5-10 мин	5-10 мин
Спортивные развлечения	10-15 мин	15-20 мин	20-25 мин	20-25 мин	25-30 мин
Самостоятельная двигательная деятельность	10-15 мин	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 мин

3.4. Развернутое планирование занятий по физической культуре

ГРУППА РАННЕГОВОЗРАСТА (1,5 - 2 года)

Целевые ориентиры освоения данной программы:

- ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга;
- прыгать на двух ногах вместе и с продвижением вперед;
- брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч;
- ползать, подлезать под натянутую веревку, перелезать через гимнастическую скамейку.

РАЗВЕРНУТОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ (СОДЕРЖАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ)

<i>Сентябрь</i>	
Задачи	Способствовать освоению основных видов движений (ходьба, ползание, бросание, упражнение в равновесии). Развивать восприятие, ориентировку в пространстве. Воспитывать интерес к двигательным действиям с погремушками.
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)	

Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, закреплять умение энергично отталкивать мячи двумя руками одновременно, закреплять умение ползать, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях.				
	1-я неделя Занятия 1-2	2-я неделя Занятия 3-4	3-я неделя Занятия 5-6	4-я неделя Занятия 7-8
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Ходьба «дружной стайкой» за педагогом		Ходьба в рассыпную с колокольчиками	
Общеразвивающие упражнения	Адаптационный период. Проводится знакомство детей в группе. Педагог		С погремушками	С колокольчиками
2-я часть Основная	приходит в группу с игрушкой и предлагает поиграть с ней. Предлагает детям выполнить ходьбу, простые движения руками, ногами, поползать, покатать мяч.		Бросание мяча двумя руками из положения сидя Ходьба за мячом по лежащей на полу дорожке шириной 30 см, длиной 3-6 метров.	<i>Диагностика</i> 1. Бросание мяча двумя руками из положения сидя 2. Ходьба за мячом по лежащей на полу дорожке шириной 30 см, длиной 3-6 метров.
Подвижные игры			«Шагаем по дорожке»	«Догони обруч»
3-я часть Малоподвижные игры			«Вот так мы умеем»	«Вот так мы умеем»
Октябрь				
Задачи				
Продолжать развивать двигательные умения (ходьба, лазание, бросание, упражнение в равновесии). Содействовать развитию физических качеств, создавать условия для гармоничного физического и психического развития детей раннего возраста. Поддерживать позитивное отношение к движениям.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				

Умеет бегать, сохраняя равновесие, старается катать мячи ползать в заданном направлении, ходить, перешагивая предметы, в прыжках старается отталкиваться 2-я ногами; проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в детском саду.				
	1-я неделя Занятия 1-2	2-я неделя Занятия 3-4	3-я неделя Занятия 5-6	4-я неделя Занятия 7-8
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Ходьба в свободном направлении с погремушками.		Ходьба с изменением направления движения.	
Общеразвивающие упражнения	С погремушками	С погремушками	Без предмета	Без предмета
2-я часть Основная	Перебрасывание малых мячей через палку на уровне груди. Ползание на расстояние 4-6 м с проползанием в обруч	Перебрасывание малых мячей через палку на уровне груди. Ползание на расстояние 4-6 м с проползанием в обруч	Лазание Бросание мяча одной рукой из положения стоя	Лазание Бросание мяча одной рукой из положения стоя
Подвижные игры	«Догони обруч»	«Догони обруч»	«Бусинки рассыпались»	«Бусинки рассыпались»
3-я часть Малоподвижные игры	Спокойная ходьба «стайкой» за воспитателем	Спокойная ходьба «стайкой» за воспитателем	«Достань бабочку!»	«Достань бабочку!»
Ноябрь				
Задачи				
Обогащать двигательный опыт детей (ходьба, лазание, бросание, упражнение в равновесии). Развивать ориентировку в пространстве. Поощрять самостоятельные двигательные действия. Содействовать укреплению разных групп мышц. Создавать условия для гармоничного физического развития детей раннего возраста.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				

Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, пытается энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, катать мяч в заданном направлении, учится взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим.				
	1-я неделя Занятия 1-2	2-я неделя Занятия 3-4	3-я неделя Занятия 5-6	4-я неделя Занятия 7-8
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Ходьба с изменением направления.			
Общеразвивающие упражнения	С обручем	С обручем	С обручем	С обручем
2-я часть Основные движения	Лазание на модуль Бросание малого мяча вдаль поочередно правой и левой рукой Ходьба за обручем	Лазание на модуль Бросание малого мяча вдаль поочередно правой и левой рукой Ходьба за обручем	Ползание 4-5 метров с проползанием в обруч Катание мяча от педагога к ребёнку и наоборот Ходьба за мячом	Ползание 4-5 метров с проползанием в обруч Катание мяча от педагога к ребёнку и наоборот Ходьба за мячом
Подвижные игры	«Догони обруч»	«Догони обруч»	«Весёлые мячики»	«Весёлые мячики»
3-я часть Малоподвижные игры	«Достань солнышко!»	«Достань солнышко!»	«Достань шарик!»	«Достань шарик!»
<i>Декабрь</i>				
Задачи				
Учить сочетать разные виды движений: ходьбу, ползание, лазание. Создавать условия для гармоничного психического и физического развития. Способствовать освоению способов взаимодействия.				

Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)				
Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, бросать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, пытается взаимодействовать и ладить с сверстниками в непродолжительной совместной игре.				
	1-я неделя Занятия 1-2	2-я неделя Занятия 3-4	3-я неделя Занятия 5-6	4-я неделя Занятия 7-8
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Ходьба с изменением направления		Ходьба в произвольном направлении	
Общеразвивающие упражнения	Султанчикам и	Султанчиками	Со снежинками и снежками	Со снежинками и снежками
2-я часть Основные движения	Дорожка препятствий: Пролезание в обруч (вертикальный) Прыжки на 2-х ногах через 2 шнура Ходьба по доске «Помостику» Бросание мяча в даль двумя руками снизу и бег заним.	Прыжки на 2-х ногах под дорожкой из 2-х шнуров. Подлезание в обруч, подворотники. Прыжки в обруч Бросание мяча вперед двумя руками от себя «Попади в обруч».	Дорожка препятствий: Ходьба с перешагиванием шнура, поднятого над полом на 5 см. Прыжки на 2-х ногах под дорожкой из 2-х шнуров Подлезание под 2 шнура. Бросание мяча 2-мя руками из-за головы через веревку	Бросание мяча 2-мя руками из-за головы через веревку – подлезание под шнур и бег за мячом – ходьба с мячом в руках и подлезание под веревку. Ходьба с перешагиванием шнура, поднятого над полом на 5 см. Прыжки на 2-х ногах под дорожкой из 2-х шнуров
Подвижные игры	«Все ко мне!»	«Все ко мне!»	«Снежинки и ветерок»	«Снежинки и ветерок»
3-я часть Малоподвижные игры	«Позвони в колокольчик»	«Позвони в колокольчик»	«Не урони»	«Не урони»
Январь				

Задачи				
Продолжать развивать двигательные умения (ходьба, метание, лазание, ОРУ, упражнение в равновесии). Развивать ориентировку в пространстве. Создавать условия для двигательной активности. Формировать стремление произвольно выполнять движения на основе подражания. Содействовать развитию физических качеств.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Умеет ходить «змейкой» взявшись за руки, ходить и бегать по дорожке из 2-х веревок, сохраняет равновесие при ходьбе с перешагиванием через предметы, владеет соответствующими возрасту основными движениями. Закреплять умение в прыжках на 2-х ногах. Старается самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, выполнять правила в играх. Получает удовольствие от двигательной активности.				
	1-я неделя Занятия 1-2	2-я неделя Занятия 3-4	3-я неделя Занятия 5-6	4-я неделя Занятия 7-8
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Ходьба с изменением направления			
Общеразвивающие упражнения		Сплаточками	Без предмета	Без предмета
2-я часть Основные движения	Новогодние каникулы	<u>Дорожка препятствий:</u> Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. Ходьба поочередным перешагиванием 3-х препятствий (выс. - 5-10 см). Прыжки на 2-х ногах по дорожке из 2-х веревок Прокатывание мяча сидя ногой врозь по дорожке в воротики	Влезание на гимнастическую скамейку и спрыгивание со скамейки на мат. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках Прокатывание мяча по дорожке в воротики, стараясь сбить кеглю	Влезание на гимнастическую скамейку и спрыгивание со скамейки на мат. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках Прокатывание мяча по дорожке в воротики, стараясь сбить кеглю
Подвижные игры		«Догони мяч»	«Лови мяч»	«Лови мяч»

3-ячасть Малоподвижные игры		«Зайка беленький»	«Птички летают»	«Птички летают»
Февраль				
Задачи				
Развивать навык самостоятельной ходьбы, создавать условия для произвольного выполнения движений на основе подражания. Развивать координацию движений. Учить детей ходить по ограниченной площади в определённом направлении. Развивать ориентировку в пространстве, равновесие.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы, может ползать на четвереньках по гимнастической скамейке, старается энергично отталкиваться вверх при прыжках, может бросать мяч через шнур; проявляет положительные эмоции при физической активности, готов соблюдать элементарные правила совместных игр. Помогает при уборке инвентаря и оборудования.				
	1-я неделя Занятия 1-2	2-я неделя Занятия 3-4	3-я неделя Занятия 5-6	4-я неделя Занятия 7-8
Виды детской деятельности				
1-ячасть Вводная	Ходьба с преодолением препятствий		Ходьба с изменением направления	
Общеразвивающие упражнения	Без предмета	Без предмета	С верёвкой	С верёвкой
2-ячасть Основные движения	<u>Дорожка препятствий</u> Ходьба по извилистой дорожке. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. Влезание на гимнастическую скамейку и спрыгивание со скамейки на мат. Прыжки по мату на 2-х ногах Бросание мяча 2-я руками из-	Подбрасывание мяча вверх (без ловли). Ходьба по извилистой дорожке перешагивая веревочки. Влезание на гимнастическую скамейку и прыгивание со скамейки на мат. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках Прямой галоп	<u>Дорожка препятствий</u> Ходьба по извилистой дорожке перешагивая кубики Ползание на четвереньках «как жуки» (3-4 м). Прыжки через 3-4 косички поочередно Подбрасывание мяча вверх Прямой галоп	Подпрыгивание вверх. Подлезание под веревку Бросание мяча вниз правой или левой рукой

	заголовычерезверевку.			
Подвижныеигры	«Найди зайку»	«Найди зайку»	«Поезд»	«Поезд»
3-ячасть Малоподвижны игры	«Покорми зайку морковкой»	«Покорми зайку морковкой»	«Все ребята молодцы»	«Все ребята молодцы»
Март				
Задачи				
<p>Ознакомить с ходьбой друг за другом. Упражнять в ходьбе на носках, с остановкой на сигнал, беге друг за другом. Упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы; в ползании на четвереньках. Закреплять умение перебрасывать мяч через шнур. Развивать ловкость, координацию, подлезание и перелезание через препятствие, глазомер при броске мешочка в корзину. Продолжать воспитывать эмоциональную отзывчивость, поощрять умение пожалеть, воспитывать любовь к занятиям физкультурой.</p>				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
<p>Сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы, может ползать на четвереньках, произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках над двух ногами, может катать мяч в заданном направлении; проявляет положительные эмоции при физической активности, готов соблюдать элементарные правила совместных игр, понимает, что надо жить дружно, помогать друг другу.</p>				
	1-я неделя Занятия 1-2	2-я неделя Занятия 3-4	3-я неделя Занятия 5-6	4-я неделя Занятия 7-8
Виды детской деятельности				
1-ячасть Вводная	Ходьба с изменением направления	Ходьба с изменением направления	Ходьба по «дорожке здоровья»	Ходьба с изменением направления
Общеразвивающие упражнения	Без предмета	Без предмета	С мячом	С обручем
2-ячасть Основные движения	<p><u>Дорожка препятствий</u> Подлезание под веревку Ходьба с перешагиванием через предметы. Подпрыгивание вверх, стараясь достать погремушку</p>	<p>Бросание мешочка правой и левой рукой в корзину, стоящую за скамейкой Ходьба с перешагиванием через предметы. Подпрыгивание вверх, стараясь достать погремушку</p>	<p><u>Работа по подгруппам:</u> Ходьба по гимнастической скамейке и спуск с нее. Прыжки через 3-4 косички Бросание мешочка правой или левой рукой в корзину, стоящую за скамейкой</p>	<p>Прыжки из обруча в обруч. Ходьба по гимнастической скамейке и спуск с нее. Прокатывание мяча друг другу между предметами, сидя ногами</p>

	Бросание мяча вниз правой или левой рукой	аясь достать погремушку	й	врозь
Подвижные игры	«Белочка спряталась!»	«Светлячки летают»	«В гости к кукле»	«Каравай»
3-я часть Малоподвижные игры	«Ёлочки-пенёчки»	«Светлячки и цветочки»	«Потанцуем с куклой»	«Потанцуй с куклой»
Апрель				
Задачи				
Упражнять в ходьбе и беге друг за другом. Учить ходить приставным шагом, ловить мяч брошенный педагогом, ползанию по гимнастической скамейке на живот, подтягиваясь руками, энергично отталкивание в прыжках «через ручеек». Упражнять в прыжках из обруча в обруч; в прокатывании мяча друг другу; в ползании в туннель. Развивать внимание при выполнении заданий по сигналу, ловкость в ловле мяча брошенного воспитателем. Повышать двигательную активность детей. Продолжать учить эмоционально передавать игровые образы, выполнять движения в соответствии с текстом.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы, может ползать по гимнастической скамейке подтягиваясь руками, ходить приставным шагом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может катать мяч в заданном направлении; проявляет положительные эмоции при физической активности, готов соблюдать элементарные правила совместных игр. Умеет передавать в движении игровые образы.				
	1-я неделя Занятия 1-2	2-я неделя Занятия 3-4	3-я неделя Занятия 5-6	4-я неделя Занятия 7-8
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Ходьба с изменением направления с выполнением элементов самомассажа	Ходьба с изменением направления	Ходьба между двумя верёвками	Выполнение движений на основе подражания взрослому. Ходьба с изменением направления
Общеразвивающие упражнения	Без предмета	Без предмета	Без предмета	С флажками

2-ячасть Основные движения	Ходьба по обручу, веревке боком приставным шагом Прыжки из обруча в обруч Прокатывание мяча друг другу между предметами, сидя ноги врозь	Ловля мяча брошенного педагогом <u>Дорожка препятствий</u> Прыжки из обруча в обруч Ходьба по гимнастической скамейке и спуск с нее Проползание в туннель	<u>Дорожка препятствий</u> Ползание по гимнастической скамейке на живот подтягиваясь руками. Проползание в туннель Прыжки через 3-4 косички поочередно. Ловля мяча брошенного педагогом	Прыжок через две линии «Через ручеек». <u>Дорожка препятствий</u> Ползание по гимнастической скамейке подтягиваясь руками Прыжки через 3-4 косички поочередно.
Подвижные игры	«Катаем мячи»	«Весёлые обезьянки»	«Собери шишки в корзинку»	«Делай, как я!»
3-ячасть Малоподвижные игры	«Как мы весело играли!»	«Пузырь»	ДГ «Ах, как вкусно пахнет лесом!»	«Ровным кругом»
Май				
Задачи				
<p>Упражнять в ходьбе и беге друг за другом. Ознакомить с броском мяча в даль, ползанием по наклонной доске на четвереньках. Упражнять в энергичном отталкивании и прыжках «через ручеек»; в бросании мяча друг другу; в познании по гимнастической скамейке подтягиваясь руками. Развивать в них умение выполнять задания по сигналу, силу рук при подтягивании на гимнастической скамейке, координацию при броске мяча в даль. Повышать двигательную активность детей. Привлекать детей к помощи при уборке инвентаря. Продолжать развивать ручную умелость во время пальчиковой гимнастики.</p>				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
<p>Сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, может ползать по гимнастической скамейке подтягиваясь руками, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, старается поймать мяч брошенный другим ребенком; бросает в даль правой и левой рукой; проявляет интерес к занятиям физкультурой, помогает при уборке оборудования и инвентаря. Проявляет интерес к двигательной активности на занятиях в группе.</p>				
	1-я неделя Занятия 1-2	2-я неделя Занятия 3-4	3-я неделя Занятия 5-6	4-я неделя Занятия 7-8
Виды детской деятельности				
1-ячасть Вводная	Ходьба с перешагиванием через обруч	Ходьба со сменой направления	Ходьба со сменой направления	Ходьба по доске

Общеразвивающие упражнения	Без предметов	Со стульчиками	С колечком	Без предметов
2-я часть Основные движения	<i>Диагностика</i>	<u>Дорожка препятствий</u> Передвижение по скамейке, сидя верхом Прыжки по дорожке на 2-х ногах Ползание по гимн. скамейке на животе подтягиваясь руками Проползание в туннель	Бросание мяча вдаль правой и левой рукой Ориентирование Передвижение по скамейке, сидя верхом. Прыжок через две линии «Через ручеек». Прокатывать мяч по скамейке	Бросание мяча вдаль правой и левой рукой через шнур Передвижение по скамейке, сидя верхом. Прыжок через две линии «Через ручеек».
Подвижные игры	«Отнеси перышко в ладошке»	«Кошка мышек сторожит»	«Курочка-хохлатка»	«Ромашки на полянке»
3-я часть Малоподвижные игры	СД «Налугурастут цветы»	«Найди флажок»	ПГ «Ежик»	ДГ «Понюхай цветочек»

II ГРУППА РАННЕГО ВОЗРАСТА (2 – 3 года)

Целевые ориентиры освоения данной программы:

- ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга;
- прыгать на двух ногах на месте и с продвижением вперед;
- брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч;
- ползать, подлезать под натянутую веревку, перелезать через гимнастическую скамейку.

РАЗВЕРНУТОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ (СОДЕРЖАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ)

<i>Сентябрь</i>				
Задачи				
Ознакомить с ходьбой и бегом стайкой; ходьбой и бегом в рассыпную; развивать умение сохранять равновесие, ознакомить с прыжками на 2-х ногах на месте; с прокатыванием мяча двумя руками; ползанием на четвереньках; брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч, ползать. Провести диагностику физического развития детей.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, закреплять умение энергично отталкивать мяч двумя руками одновременно, закреплять умение ползать, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях.				
	1-я неделя Занятия 1-2	2-я неделя Занятия 3-4	3-я неделя Занятия 5-6	4-я неделя Занятия 7-8
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение стайкой, в рассыпную. Ходьба стайкой за педагогом, в рассыпную. Бег обычной стайкой, в рассыпную.			
Общеразвивающие упражнения	Адаптационный период. Проводится знакомство детей в группе. Педагог		Без предмета	Без предмета

2-я часть Основная	приходит в группу с игрушкой и предлагает поиграть с ней. Предлагает детям выполнить ходьбу, простые движения руками, ногами, поползть, покатать мяч.	Ходьба между предметами Прокатывание мяча вперед двумя руками Ползание на четвереньках по прямой «Доползи до кубика» Пружинка на месте снеболем с большим подпрыгиванием	<i>Диагностика</i> Прокатывание мяча вперед двумя руками Ходьба между предметами Ползание на четвереньках по прямой. Прыжки на всей ступне с подниманием на носки на месте	
Подвижные игры			«Бегите ко мне»	
3-я часть Малоподвижные игры			Ходьба с дыхательными упражнениями	
Октябрь				
Задачи				
Продолжать учить ходить и бегать, сохраняя равновесие, развивать устойчивое положение при ходьбе через предметы; развивать умение приземляться на полусогнутые ноги; учить энергичному отталкиванию мяча при катании его педагогу, упражнять в прыжках на двух ногах на месте, продвигаясь вперед. Следить, чтобы в прыжках отталкивался двумя ногами. Развивать умение ориентироваться в пространстве, желание играть вместе с педагогом. Вовлекать детей активно в подражание способам действий. Воспитывать элементарные навыки вежливого обращения.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Умеет бегать, сохраняя равновесие, старается катать мяч и ползать в заданном направлении, ходить, перешагивая предметы, в прыжках старается отталкиваться двумя ногами; проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в детском саду.				
	1-я неделя Занятия 1-2	2-я неделя Занятия 3-4	3-я неделя Занятия 5-6	4-я неделя Занятия 7-8
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: стайкой, в рассыпную. Ходьба и бег стайкой, в рассыпную, подгруппами и всей группой, с имитацией движений лисы, волка, медведя.			

Общеразвивающие упражнения	Безпредмета	Безпредмета	Скубиками	Скубиками
2-я часть Основы подвижности	Ползание на четвереньках по дорожке из 2-х шнуров Прыжки на 2-х ногах на месте Прокатывание мяча педагогом двумя руками. Ходьба с перешагиванием через предметы (шнур, мешочек с песком)	Прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед Ползание на четвереньках по дорожке из 2-х шнуров Ходьба по дорожке из 2-х шнуров Прокатывание мяча педагогом одной рукой.	Ходьба по дорожке из 2-х шнуров с перешагиванием через предметы Подлезание под шнур (h=50) Прокатывание мяча педагогом одной рукой. Ползание на четвереньках по дорожке из 2-х шнуров «Доползидо кубика»	Прокатывание мяча одной рукой вперед и ползание за катящимся предметом. Подлезание под шнур (h=50) за катящимся предметом. Прыжки на 2-х ногах на месте с поворотом вокруг себя
Подвижные игры	«Потропинке»	«Солнышко и дождик»	«Птички, летите ко мне»	«Соберим мячи»
3-я часть Мало подвижные игры	«Угадай, кто кричит?»	Слово и движение «Жук»	Спокойная ходьба Пальчиковая гимнастика «Покажи пальчики»	«Маленькие и большие»
Ноябрь				
Задачи				
Ознакомить детей с ходьбой парами, упражнять в прыжках с продвижением вперед, в прокатывании мяча, в ползании, в подлезании под воротники; Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по доске. Побуждать к участию в подвижных играх, повторять движения в пальчиковой гимнастике и в упражнениях со словами. Упражнять в действиях с мячом. Поощрять речевую активность в процессе двигательных действий. Привлекать к совместным педагогом играм. Воспитывать трудолюбие при уборке инвентаря.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, пытается энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, катать мяч в заданном направлении, учиться взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим.				
	1-я неделя Занятия 1-2	2-я неделя Занятия 3-4	3-я неделя Занятия 5-6	4-я неделя Занятия 7-8

Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: парами. Ходьба стайкой в прямо и обратном направлении, вдоль скамейки, ходьба парами, в рассыпную.			
Общеразвивающие упражнения	Сколечками	Сколечками	Смячом	Смячом
2-я часть Основные движения	<u>Дорожка препятствий:</u> Ползание по доске на средних четвереньках Ходьба по дорожке из 2-х шнуров с перешагиванием через предметы Подлезание под воротки. Прокатывание мяча друг другу 2-я руками	Прыжки на 2-х ногах через шнур. Прокатывание мяча друг другу 2-я руками	<u>Дорожка препятствий:</u> Ползание по доске на средних четвереньках Прыжки на 2-х ногах через шнур. Ходьба вокруг обруча, перешагивание в обруч и обратно.	Бросание мяча в даль двумя руками снизу и бег змейкой Ходьба по доске «Помостику» Прыжки на 2-х ногах через 2 шнура.
Подвижные игры	«Догони мяч»	«Найди свою пару»	«У медведя во бору»	«Зайчики и лисичка» А. Буренина, Т. Сауко
3-я часть Малоподвижные игры	СД «Куры»	«Порвненькой дорожке»	ПГ «Дождик»	Дыхательное упражнение «Подуем на ладошку»
Декабрь				
Задачи				
Учить ходить вдоль шнура, не заступая за него, парами, поднимать ноги при ходьбе из обруча в обруч, перебрасывать мячи через шнур. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по доске; развивать навык приземления на полусогнутые ноги; упражнять в броске мяча в заданном направлении; подлезать под воротки, не задевая их, в ползании по горке. Развивать глазомер и ловкость; координацию в ползании по доске, при перешагивании через шнур. Побуждать принимать участие в совместных играх и упражнениях. Воспитывать трудолюбие при уборке инвентаря. Продолжать формировать способность воспринимать и воспроизводить движения по показу.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)				

Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по градиентной плоскости, может ползать произвольным способом, бросать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, пытается взаимодействовать и ладить с сверстниками в непродолжительной совместной игре.

	1-я неделя Занятия 1-2	2-я неделя Занятия 3-4	3-я неделя Занятия 5-6	4-я неделя Занятия 7-8
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: в рассыпную, парами. Ходьба и бег вдоль шнура, скамейки; ходьба и бег в чередовании; ходьба на носочках, дорожке из обручей, перешагивая их (3-4 обруча).			
Общеразвивающие упражнения	Сленточками	Сленточками	Пляска погремушками	Пляска погремушками
2-я часть Основные движения	<u>Дорожка препятствий:</u> Пролезание в обруч (вертикальный) Прыжки на 2-х ногах через 2 шнура Ходьба по доске «Помостику» Бросание мяча в даль двумя руками снизу и бег заним.	Прыжки на 2-х ногах под дорожкой из 2-х шнуров. Подлезание в обруч, подворотники. Прыжки в обруч Бросание мяча вперед двумя руками от себя «Попади в обруч».	<u>Дорожка препятствий:</u> Ходьба с перешагиванием шнура, поднятого над полом на 5 см. Прыжки на 2-х ногах под дорожкой из 2-х шнуров Подлезание под 2 шнура. Бросание мяча 2-я рука из-за головы через веревку	Бросание мяча 2-я рука из-за головы через веревку Ходьба с перешагиванием шнура, поднятого над полом на 5 см. Прыжки на 2-х ногах под дорожкой из 2-х шнуров
Подвижные игры	«Наседка и цыплята»	«Цветные автомобили»	«Птички летают»	«Воробышки и кошка»
3-я часть Малоподвижные игры	СД «Руки в стороны»	Танец «Прятки» А. Буренина, Т. Сауко	ПГ «Пальчик-мальчик»	«Каравай»

Январь

Задачи

Упражнять в ходьбе взявшись за руки, учить мягко приземляться на полусогнутые ноги при спрыгивании со скамейки; упражнять в ползании по гимнастической скамейке на четвереньках; развивать глазомер и ловкость в прокатывании мяча в воротики; продолжать учить сохранять равновесие в ходьбе без перешагивания через предметы. Побуждать выполнять правила подвижных игр. Создавать радостное настроение от двигательной деятельности.

Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)

Умеет ходить «змейкой» взявшись за руки, ходить и бегать по дорожке из 2-х веревок, сохраняет равновесие при ходьбе с перешагиванием через предметы, владеет соответствующими возрасту основными движениями. Закреплять умение в прыжках на 2-х ногах. Старается самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, выполнять правила в играх. Получает удовольствие от двигательной активности.

	1-я неделя Занятия 1-2	2-я неделя Занятия 3-4	3-я неделя Занятия 5-6	4-я неделя Занятия 7-8
--	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

Виды детской деятельности

1-я часть Вводная	Построение в цепочку держась за руки. Ходьба по залу взявшись за руки «змейкой»; высоко поднимая колени. Ходьба и бег вдоль каната, по дорожке из 2-х веревок (30 см).			
Общеразвивающие упражнения		С игрушками	С ленточками	С флажками
2-я часть Основные движения	Новогодние каникулы	Дорожка препятствий: Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. Ходьба с поочередным перешагиванием 3-х препятствий (выс. - 5-10 см). Прыжки на 2-х ногах по дорожке из 2-х веревок Прокатывание мяча сидя ногой врозь по дорожке в воротики	Влезание на гимнастическую скамейку и спрыгивание со скамейки на мат. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках Ходьба вверх-вниз по горке с двумя скатами Прокатывание мяча по дорожке в воротики, стараясь сбить кеглю	Влезание на гимнастическую скамейку и спрыгивание со скамейки на мат. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках Ходьба вверх-вниз по горке с двумя скатами Прокатывание мяча по дорожке в воротики, стараясь сбить кеглю
Подвижные игры		«Догони мяч»	«Солнышко и дождик»	«Воробышки и автомобиль»

3-ячасть Малоподвижные игры		Танец «Веселые ладошки» А. Буренина, Т. Сауко		«Раздувайся пузырь»
Февраль				
Задачи				
Упражнять в ходьбе парами и в рассыпную, с высоким подниманием колен, в прыгивании со скамейки, в ходьбе и бег по периметру зала. Учить двигаться галопом, подбрасывать мяч вверх, подпрыгиванию вверх. Упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы; упражнять в ползании на четвереньках. Закреплять умение перебрасывать мяч через шнур. Развивать координацию движений при ходьбе по извилистой дорожке, броске мяча через веревку. Продолжать учить выполнять ОРУ по показу.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы, может ползать на четвереньках по гимнастической скамейке, старается энергично отталкиваться вверх при подпрыгивании вверх, может бросать мяч через шнур; проявляет положительные эмоции при физической активности, готов соблюдать элементарные правила совместных игр. Помогает при уборке инвентаря и оборудования.				
	1-я неделя Занятия 1-2	2-я неделя Занятия 3-4	3-я неделя Занятия 5-6	4-я неделя Занятия 7-8
Виды детской деятельности				
1-ячасть Вводная	Построение: парами, друг за другом, галопом. Ходьба парами с высоким подниманием колен в чередовании с рассыпную; бег парами в чередовании с рассыпную. Ходьба и бег по периметру зала.			
Общеразвивающие упражнения	Собручем	Собручем	Смячом	Смячом
2-ячасть Основные движения	<u>Дорожка препятствий</u> Ходьба по извилистой дорожке. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. Влезание на гимнастическую скамейку и прыгивание со скамейки на мат. Прыжки по мату на 2-х ногах	Подбрасывание мяча вверх (без ловли). Ходьба по извилистой дорожке перешагивая веревочки. Влезание на гимнастическую скамейку и прыгивание со скамейки на мат. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках	<u>Дорожка препятствий</u> Перелезание через бревно. Ходьба по извилистой дорожке перешагивая кубики Ползание на четвереньках «как жуки» (3-4 м). Прыжки через 3-4 косички поочередно 1. Подбрасывание мяча вверх	Подпрыгивание вверх. Перелезание через скамейку – ползание под веревку – перелезание через скамейку. Бросание мяча вниз правой или левой рукой

	Бросание мяча 2-я руками из-за головы через веревку.		2. Прямой галоп	
Подвижные игры	«Веселые парочки»	«Поезд»	«Потропинке»	«Самолёты»
3-я часть Мало подвижные игры	СД «Березка»	Дыхательное упражнение «Снежинки».	«Угадай, кто кричит?»	Ходьба в рассыпную
Март				
Задачи				
Ознакомить с ходьбой друг за другом, влезанием на гимнастическую стенку и правильным хватом за рейки. Упражнять в ходьбе на носках, с остановкой на сигнал, беге друг за другом. Упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы; в ползании на четвереньках; ходьбе по наклонной доске. Закреплять умение перебрасывать мяч через шнур. Развивать ловкость, координацию, подлезание и перелезание через препятствие, глазомер при броске мешочка в корзину. Продолжать воспитывать эмоциональную отзывчивость, поощрять умение пожалеть, воспитывать любовь к занятиям физкультурой.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы, может ползать на четвереньках, произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может катать мяч в заданном направлении; проявляет положительные эмоции при физической активности, готов соблюдать элементарные правила совместных игр, понимает, что надо жить дружно, помогать друг другу.				
	1-я неделя Занятия 1-2	2-я неделя Занятия 3-4	3-я неделя Занятия 5-6	4-я неделя Занятия 7-8
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: друг за другом «Поезд». Ходьба на носках; с остановкой на сигнал. Бег друг за другом по дорожке, как «самолеты», «птички».			
Общеразвивающие упражнения	С малым мячом	С малым мячом	С обручем	С обручем
2-я часть Основные движения	<u>Дорожка препятствий</u> Перелезание через скамейку – подлезание под веревку – перелезание через скамейку.	Бросание мешочка правой и левой рукой в корзину, стоящую за скамейкой Ходьба с перешагиванием	<u>Работа по подгруппам:</u> Влезание на гимнастическую стенку до 2-3 рейки Ходьба по гимнастической скамейке и спуск с нее.	Прыжки из обруча в обруч. Ходьба по гимнастической скамейке и спуск с нее. Влезание на гимнастическую стенку до

	Ходьба с перешагиванием через предметы. Подпрыгивание вверх, стараясь достать погремушку Бросание мяча вниз правой или левой рукой	м через предметы. Подпрыгивание вверх, стараясь достать погремушку	Прыжки через 3-4 косички Бросание мешочка правой или левой рукой в корзину, стоящую за скамейкой	2-3 рейки Прокатывание мяча друг другу между предметами, сидя ногами врозь
Подвижные игры	«Птички в гнездышке»	«Принеси игрушку»	«Флажок»	«Кролики»
3-я часть Малоподвижные игры	СД «Вышли уточки»	Дыхательное упражнение «Подуем на ладошки».	ПГ «Пальчики играют»	«Колпачок»

Апрель

Задачи

Упражнять в ходьбе и беге друг за другом. Учить ходить приставным шагом, ловить мяч брошенный педагогом, ползанию по гимнастической скамейке на живот и подтягиваясь руками, энергично отталкиванию в прыжках «через ручеек». Упражнять в прыжках из обруча в обруч; в прокатывании мяча друг другу; в познании в туннель. Развивать внимание при выполнении заданий по сигналу, силу рук при подтягивании на гимнастической скамейке, ловкость в ловле мяча брошенного воспитателем. Повышать двигательную активность детей. Продолжать учить эмоционально передавать игровые образы, выполнять движения в соответствии с текстом.

Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)

Сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы, может ползать по гимнастической скамейке подтягиваясь руками, ходить приставным шагом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может катать мяч в заданном направлении; проявляет положительные эмоции при физической активности, готов соблюдать элементарные правила совместных игр. Умеет передавать в движении игровые образы.

	1-я неделя Занятия 1-2	2-я неделя Занятия 3-4	3-я неделя Занятия 5-6	4-я неделя Занятия 7-8
--	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

Виды детской деятельности

1-я часть Вводная	Построение: друг за другом «Поезд». Ходьба на носках; на сигнал присесть, приставными шагами. Бег друг за другом по дорожке, «на поезде», «самолеты», «птички».
-----------------------------	---

Общеразвивающие упражнения	Безпредмета	Безпредмета	Скубиками	Скубиками
2-я часть Основные движения	Прыжки из обруча в обруч Влезание на гимнастическую стенку до 2-3 рейки Прокатывание мяча друг другу между предметами, сидя ноги врозь	Ловля мяча брошенного педагогом <u>Дорожка препятствий</u> Прыжки из обруча в обруч Ходьба по гимнастической скамейке и спуск с нее Проползание в туннель	<u>Дорожка препятствий</u> Ползание по гимнастической скамейке на живот, подтягиваясь руками. Ходьба по веревке боком, приставными шагами Проползание в туннель Прыжки через 3-4 косички поочередно. Ловля мяча брошенного педагогом	1. Прыжок через две линии «Через ручеек». 2. <u>Дорожка препятствий</u> Ползание по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками Ходьба по веревке боком, приставными шагами Прыжки через 3-4 косички поочередно. 3. Бросание мяча в парах и попытка поймать его <i>Спортивный досуг «Ловкие обезьянки»</i>
Подвижные игры	«Катаем мячи»	«Лисички и белочки»	«Большие ноги»	«Трамвай»
3-я часть Малоподвижные игры	СД «Налугу»	«Пузырь»	ПГ «Фонарики, Солнышко»	«Ровным кругом»
Май				
Задачи				
Упражнять в ходьбе и беге друг за другом. Ознакомить с броском мяча в даль, ползанием по наклонной доске на четвереньках. Упражнять в энергичном толкании и прыжках «через ручеек»; в бросании мяча друг другу; в познании гимнастической скамейки, подтягиваясь руками. Развивать внимание и привычку к выполнению заданий по сигналу, силу рук при подтягивании на гимнастической скамейке, координацию при броске мяча в даль. Повышать двигательную активность детей. Привлекать детей к помощи при уборке инвентаря. Продолжать развивать ручную умелость во время пальчиковой гимнастики.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				

Сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, может ползать по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, старается поймать мяч брошенный другим ребенком; бросает в даль правой и левой рукой; проявляет интерес к занятиям физкультурой, помогает при сборке оборудования и инвентаря. Проявляет интерес к двигательной активности на занятиях в группе.				
	1-я неделя Занятия 1-2	2-я неделя Занятия 3-4	3-я неделя Занятия 5-6	4-я неделя Занятия 7-8
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: друг за другом. Ходьба на носках, высоко поднимая колени; смена направления по сигналу. Бег друг за другом по дорожке, «скачут лошадки», «летят самолеты», «летают птички».			
Общеразвивающие упражнения	Сигрушкой	Сигрушкой	С колечком	С колечком
2-я часть Основные движения	<i>Диагностика</i>	<u>Дорожка препятствий</u> Передвижение по скамейке, сидя верхом Ходьба по веревке боком, приставными шагами. Прыжки по дорожке на 2-х ногах Ползание по гимнастической скамейке на животе подтягиваясь руками Проползание в туннель Бросание мяча в парах и попытка поймать его	Бросание мяча в даль правой и левой рукой ориентируясь Передвижение по скамейке, сидя верхом. Прыжок через две линии «Через ручеек». Прокатывать мяч по скамейке	Бросание мяча в даль правой и левой рукой через шнур Передвижение по скамейке, сидя верхом. Прыжок через две линии «Через ручеек».
Подвижные игры	«Воробушки и автомобиль»	«Солнышко и дождик»	«Целься точнее»	«Зайка беленький сидит»
3-я часть Малоподвижные игры	СД «Налугура растут цветы»	«Найди флажок»	ПГ «Ежик»	«Пузырь»

МЛАДШАЯ ГРУППА (3-4 года)

Целевые ориентиры освоения данной программы:

- умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление;
- умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя;
- сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы;
- может ползать на четвереньках, лазать по наклонной лесенке, гимнастической стенке произвольным способом;
- энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см;
- может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками

от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

РАЗВЕРНУТОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ (СОДЕРЖАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ)

<i>Сентябрь</i>				
Задачи				
Ознакомить с ходьбой и бегом стайкой в заданном направлении; ходьбой и бегом в рассыпную; развивать умение сохранять равновесие, ознакомить с прыжками на 2-х ногах на месте; с прокатыванием мяча друг другу; ползанием на четвереньках. Способствовать участию детей в совместных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. Познакомить детей с правилами поведения в спортивно-музыкальном зале.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, закрепляет умение энергично отталкивать мячи двумя руками одновременно, закрепляет умение ползать, развивать умение реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» (<i>физическая культура</i>); проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях; умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками (<i>социализация, коммуникация</i>).				
	1-я неделя Занятия 1-2	2-я неделя Занятия 3-4	3-я неделя Занятия 5-6	4-я неделя Занятия 7-8

Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: стайкой, в рассыпную. Ходьба: стайкой в прямом направлении, всей группой. Бег: За воспитателем «бегите комне», в колонне по одному небольшими группами «Поезд».			
Общеразвивающие упражнения	Комплекс №1	Комплекс №1	Спогремушками	Спогремушками
2-я часть Основная	Ходьба и бег между 2-мя параллельными линиями. Прокатывание мяча двумя руками в даль Прыжки на 2-х ногах на месте.	Прыжки на 2-х ногах на месте. Ходьба по извилистой дорожке между предметами. Ползание на четвереньках по прямой.	Прокатывание мяча друг другу 2-мя руками. Прыжки на 2-х ногах на месте с поворотом вокруг себя. Ползание на четвереньках по прямой.	<u>Диагностика</u> <i>Спортивный досуг «В гостях у Зайчика»</i>
Подвижные игры	«Бегите комне»	«Догони собачку»	«Птички, летите комне»	«Найди свой домик»
3-я часть Малоподвижные игры	Ходьба стайкой за воспитателем.	Ходьба за отличившимся ребенком.	«Надуй шар» (дыхательные упражнения.)	Ходьба с дыхательными упражнениями
Октябрь				
Задачи				
Учить ходить и бегать по кругу, развивать устойчивое положение при ходьбе через предметы; развивать умение приземляться на полусогнутые ноги; учить энергично отталкивать мяч при катании его друг другу, между предметами, закреплять прыжки на двух ногах с продвижением вперед, развивать активность детей в двигательной деятельности, умение общаться спокойно, без крика. Побуждать детей помогать при уборке инвентаря, бережно относиться к вещам.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями педагога, может катать мяч и ползать в заданном направлении, ходить, перешагивая предметы (<i>физическая культура</i>); проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в детском саду (<i>социализация, коммуникация</i> .)				

	1-янеделя Занятия1-2	2-янеделя Занятия3-4	3-янеделя Занятия5-6	4-янеделя Занятия7-8
Видыдетскойдеятельности				
1-ячасть Вводная	Построение:вколоннупоодномупоориентире.Ходьбаибегвколоннепоодномупозрительнымориентирам,состановкойивып олнениемзаданий(лягушки,цапля,заяц)посигналу;вколоннепоодному«Поезд».Ходьбана носочках.			
Общеразвивающие упражнения	Смячами	Смячами	Скубиками	Скубиками
2-я часть Осно вныедвиж ения	Прыжкина 2-х ногах спродвижениемвперед(1.5м). Прокатываниемяча другдругу (увеличитьрасстояние). Ходьба с перешагиваниемчерезпредм еты(выс.10см)	Прыжкина 2-х ногахвокругобруча. Ползаниеначетвереньках - прямо за катящимсяпредмето м; - «змейкой»между предметами. Ходьбас перешагиваниемчерезпредм еты(выс.15см)	Ползание под шнур(h=50)на четвереньках за катящимсяпредметом. Ходьбас перешагиваниемчерез предметы (выс. 15см)Прокатывание мяча 2- ярукамимеждупредметами	Ползание за катящимсяпредметом. Прыжки на 2-х ногахмеждупредметами . Прокатываниемяча 2- ярукамимеждупредметами <i>Спортивный досуг «Мячик круглый есть у нас»</i>
Подвижныеигры	«Соберилисточки»	«Солнышкоидождик»	«Бегитекфлажку»	«Поровенькойдорожке»
3-ячасть Малоподвижные игры	«Угадай,ктокричит?»	«Поровенькойдорожке»	«Угадай,чейголосок?».	Ходьба по массирующимко врикам
Ноябрь				
Задачи				

Закрепить навык ходьбы и бега в колонне по одному; с выполнением заданий по сигналу в чередовании бега и ходьбы; ознакомить детей с ходьбой парами, с высоким подниманием колен, с прыжками вверх на месте, упражнять в прокатывании мяча, в ползании. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по доске. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх. Помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом.

Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)

Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, катать мяч в заданном направлении (*физическая культура*), имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, умеет взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков (*здоровье, коммуникация, социализация*).

	1-я неделя Занятия 1-2	2-я неделя Занятия 3-4	3-я неделя Занятия 5-6	4-я неделя Занятия 7-8
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: колонну по одному, парами. Ходьба в колонне по одному на сигнал выполнить задание (бабочки, лягушки, зайки); в чередовании бег и ходьба парами, в рассыпную.			
Общеразвивающие упражнения	Комплекс №2	Комплекс №2	Комплекс №3	Комплекс №3
2-я часть Основная в подвижных играх	Прыжки вверх на месте с целью достать предмет Прокатывание мяча в прямом направлении между предметами.	Прыжки вверх на месте с целью достать предмет Ползание по доске на средних четвереньках.	Ползание по доске на средних четвереньках Прокатывание мяча под дугу с целью сбить кеглю.	Ползание по доске на средних четвереньках Прыжки вверх на месте с целью достать предмет Прокатывание мяча под дугу с целью сбить кеглю. <i>Спортивный досуг «Путешествие в лес»</i>
Подвижные игры	«Мыши в кладовой»	«Найди свою пару»	«У медведя во бору»	«Найди свой домик»

3-ячасть Малоподвижные игры	«Гдеспрыталсямышонок?»»	Ходьбавколоннепоодному.	«Тишина»	Ходьба с дыхательнымиупра жнениями.
<i>Декабрь</i>				
Задачи				
Учить ходить в колонне между предметами, не задевая их, по кругу взявшись за руки, парами. Ознакомить с прыжками через линию, шнур. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке; развивать навык приземления на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании и броске мяча в заданном направлении; подлезать под дугу и шнур, не задевая их. Развивать глазомер и ловкость; способствовать развитию внимания в упражнениях действием по сигналу. Дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать и бросать мяч в заданном направлении (<i>физическая культура</i>), проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре, (<i>коммуникация, социализация</i>).				
	1-я неделя Занятия 1-2	2-я неделя Занятия 3-4	3-я неделя Занятия 5-6	4-я неделя Занятия 7-8
Виды детской деятельности				
1-ячасть Вводная	Построение: в колонну, шеренгу с равнением назрительный ориентир. Ходьба и бег «змейкой», по кругу взявшись за руки со сменой направления по сигналу; ходьба и бег в чередовании.			
Общеразвивающие упражнения	С султанчиками	С султанчиками	Комплекс №4	Комплекс №4

2-я часть Основных движений	Ходьба по гимнастической скамейке. Прыжки через линию, шнур. Катание мячей в прямом направлении (сбейк еглю).	Ходьба по гимнастической скамейке. Прыжки через линию, шнур. Подлезание под воротики, не касаясь руками пола.	Подлезание под шнур (В=50см); воротики не касаясь руками пола. Ходьба по скамейке, руками на поясе. Бросание мяча вперед двумя руками снизу	Спрыгивание со скамейки. Подлезание под несколько подряд расположенных воротиков, не касаясь руками пола. Бросание мяча вперед двумя руками из-за головы <i>Спортивный досуг «Ловкие ребята»</i>
Подвижные игры	«Наседка и цыплята»	«Цветные автомобили»	«Мы – веселые ребята»	«Воробышки и кот»
3-я часть Малоподвижные игры	«Лошадки»	«Ровным кругом».	Ходьба в колонне по одному	«Каравай»
Январь				
Задачи				
Упражнять в ходьбе и беге рассыпную, мягко приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в подлезании под шнур, в бруч; в упражнениях на внимание по сигналу; развивать глазомер и ловкость при ловле мяча; учить сохранять равновесие в ходьбе по ограниченной площади опоры. Учить выполнять правила подвижных игр. Способствовать развитию физических качеств и двигательных навыков детей. Развивать инициативную речь детей в взаимодействиях со взрослыми и другими детьми.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Умеет бегать, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости и прыгивании со скамейки, владеет соответствующими возрасту основными движениями (<i>физическая культура</i>), стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой (<i>труд, социализация</i>).				
	1-я неделя Занятия 1-2	2-я неделя Занятия 3-4	3-я неделя Занятия 5-6	4-я неделя Занятия 7-8
Виды детской деятельности				

1-я часть Вводная	Построение в колонне, перестроение в 2 колонны (с помощью) ходьбы парами, в рассыпную, построение в круг; ходьба и бег в чередовании по команде «стоп».			
Общеразвивающие упражнения		Сигрушками	С флажками	С флажками
2-я часть Основная	Новогодние каникулы	Спрыгивание с скамейки (в=15см), движение рук свободно. Ходьба по гимнастической скамейке с мячом над головой Подлезание под шнур (в=40см).	<i>Неделя спорта</i> 1. «Мой веселый мяч» 2. «Ловки ребята» 3. «Мы – спортсмены»	Проползание в обруч стоящий вертикально. Ходьба по скамейке приставляя пятку к носку (со страховкой). Ловля мяча брошенного воспитателем (70-90см.).
Подвижные игры		«Трамвай»	«Найди свой цвет»	«Коти мыши»
3-я часть Малоподвижные игры		«Угадай, кто кричит?»	Ходьба парами	Ходьба по сигналу, выполняя движение.
Февраль				
Задачи				
Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; энергично отталкивать мяч при прокатывании его в прямом направлении. Развивать навыки ходьбы и бега в рассыпную. Упражнять в ходьбе по веревке; учить перебрасывать мячи через шнур; упражнять ползанием на четвереньках; в равновесии по уменьшенной площади опоры. Закреплять навыки перелезания через скамейку, закреплять прыжки с продвижением вперед. Познакомить детей профессией – военный.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				

Сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при ходьбе по шнуру, может ползать на четвереньках произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может катать мяч в заданном направлении (*физическая культура*); проявляет положительные эмоции при физической активности, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, понимает, что надо жить дружно, помогать друг другу, имеет представление о военных, активно помогает при уборке инвентаря (*социализация, коммуникация, познание, труд*).

	1-я неделя Занятия 1-2	2-я неделя Занятия 3-4	3-я неделя Занятия 5-6	4-я неделя Занятия 7-8
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: из колонны по одному в колонну по два. Ходьба в колонне по одному, по два по кругу, змейкой; с выполнением заданий; с перешагиванием через кубики; бег в рассыпную; ходьба и бег по кругу, на носках, с высоким подниманием колен.			
Общеразвивающие упражнения	Собручем	Собручем	Смячом	Смячом
2-я часть Основная	Ловля мяча брошенного воспитателем (1-1,5 м). Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Проползание в обруч стоящий вертикально. Прыжки на 2-х ногах через шнуры (поочередно через каждый)	Ловля мяча брошенного воспитателем (1-1,5 м). Ходьба по веревке, шнуру по прямой. Прыжки на 2-х ногах через шнуры (поочередно через каждую)	Ходьба по веревке, шнуру по кругу. Перелезание через скамейку боком Прыжки через 6 шнуров (поочередно через каждую) <i>Спортивно-музыкальный досуг «Мы-защитники»</i>	Перебрасывание мяча через шнур двумя руками. Подлезание под шнур, держа мяч впереди двумя руками. Ходьба по веревке, шнуру «змейкой».
Подвижные игры	«Птички в гнездышке»	«Мой веселый звонкий мяч»	«Найди свой цвет»	«Кролики»
3-я часть Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному	Упражнение на дыхание	«Угадай, кто кричит?»	Ходьба в колонне по одному с сосменной ведущего
Март				
Задачи				

Упражнять в ходьбе мелким и широким шагом, беге в рассыпную, развивать ловкость при перебрасывании мяча, ходьбе и беге по кругу; разучить бросание мяча о землю и ловлю его 2-мя руками; упражнять в ползании по наклонной доске; в ходьбе через препятствия; в сохранении равновесия при ходьбе по кирпичикам. Закреплять прыжок через «ручеек» толчком 2-х ног. Рассказать о правилах безопасности при ходьбе по ограниченной площади опоры.

Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)

Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями педагога, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может перебрасывать мяч через шнур, ходить по кирпичикам (*физическая культура*); проявляет положительные эмоции в самостоятельной двигательной деятельности, имеет элементарные представления о ценности здоровья,

умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения, соблюдает правила безопасности при ходьбе по ограниченной площади опоры (*социализация, здоровье, коммуникация, безопасность*).

	1-я неделя Занятия 1-2	2-я неделя Занятия 3-4	3-я неделя Занятия 5-6	4-я неделя Занятия 7-8
--	---------------------------	---------------------------	---------------------------	---------------------------

Виды детской деятельности

1-я часть Вводная	Построение: из колонны по одному в колонну под два движения, из колонны в шеренгу. Ходьба в колонне по одному; с выполнением заданий; с перешагиванием через кубики; бег в рассыпную; бег по кругу узявшись за руки, наносках, с высоким подниманием колен.			
-----------------------------	---	--	--	--

Общеразвивающие упражнения	Комплекс №5	Комплекс №5	Комплекс №6	Комплекс №6
2-я часть Основная движения	Прыжки через «ручеек» (сместа) раст. – 25см. Подлезание под шнур, держа мяч впереди двумя руками. Перебрасывание мяча двумя руками через шнур.	Прыжки через «ручеек» (сместа) раст. – 30см. Ходьба по кирпичикам расположенным на расстоянии 15см друг от друга. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками	Ходьба по кирпичикам расположенным на расстоянии 15см друг от друга. Прыжки через «ручеек» (сместа) раст. – 30см.	Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками Ходьба по кирпичикам расположенным на раст. 20см друг от друга <i>Спортивный досуг «Прогулка в лес»</i>

Подвижные игры	«Поезд»	«Воробышки и кот»	«Светит солнышко во окошко»	«Лягушки»
3-я часть Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному с движением рук	«Найди куклу»	Воздушный шар (дыхание)	«Возьми флажок»
<i>Апрель</i>				
Задачи				
Учить приземляться на обе ноги; бросать мяч вверх и ловить его двумя руками, влезать на скамейку, на наклонную лестницу. Упражнять в ходьбе и беге с постановкой по сигналу воспитателя; в прыжках через предметы; бросании мяча пол; ходьбе и беге в рассыпную; в колонне по одному; ходьбе и ползании по доске. Формировать правильную осанку. Учить ходить приставными шагами вперед. Упражнять в различных действиях с мячом.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное педагогом направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить двумя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями (<i>физическая культура</i>), готов соблюдать элементарные правила совместных игр, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами, обращается к педагогу по имени и отчеству (<i>коммуникация, познание, социализация</i>).				
	1-я неделя Занятия 1-2	2-я неделя Занятия 3-4	3-я неделя Занятия 5-6	4-я неделя Занятия 7-8
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: из колонны по одному в колонну по три места. Ходьба в колонне по одному; с выполнением заданий; с перешагиванием через кубики; наносках, с высоким подниманием колен; бег с ускорением и замедлением темпа, с высоким подниманием бедра.			
Общеразвивающие упражнения	Сленточками	Сленточками	С малым мячом	С малым мячом

2-я часть Основных движений	Прыжки через предметы (высота–5-10см). Бросание мяча о пол иловляегодвумяруками.	1. Влезание на гимна. скам., руки на пояс. 2. Бросание мяча о пол иловляегодвумяруками. 3. Прыжки через предметы (высота–5-10см).	Прыжки через предметы (высота–5-10см). Влезание на гимна. скам., руки в стороны. Бросание мяча вверх и попытка поймать его двумя руками	Влезание на гимна. скам., поворот вокруг себя переступанием. Бросание мяча вверх и попытка поймать его двумя руками <i>Спортивный досуг</i> <i>«Мой веселый звонкий мяч»</i>
Подвижные игры	«Курочка-холатка»	«Найди свой цвет»	«Мышь в кладовой»	«Воробышки и автомобиль»
3-я часть Малоподвижные игры	«Гдецы пленок?»	«Пройди тихо»	«Где спрятался мышонок?»	Ходьба в колонне по одному
Май				
Задачи				
Учить мягко приземляться при выполнении прыжка в длину с места; подбрасывать мяч вверх и ловить его, правильно хватать за перекладину при лазании. Упражнять в ходьбе и беге по кругу; метании мяча на дальность; в ходьбе и беге в рассыпную и нахождение своего места в колонне; в ползании по скамейке на ладони и колени.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, влезать на гимнастическую стенку, бросать мяч двумя руками, ударять об пол, бросать его вверх 2–3 раза подряд и ловить (<i>физическая культура</i>); проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, дружелюбие по отношению к окружающим (<i>социализация, коммуникация</i>).				
	1-я неделя Занятия 1-2	2-я неделя Занятия 3-4	3-я неделя Занятия 5-6	4-я неделя Занятия 7-8
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: размыкание и смыкание, повороты переступанием. Ходьба в колонне по одному с нахождением своего места; выполнение заданий; приставным шагом; бег колонной чередуется с бегом в рассыпную, бег, догоняющий и убегающий.			

Общеразвивающие упражнения	Комплекс№5	Комплекс№5	Комплекс№5	Комплекс№5
2-я часть Основныедвижения	Диагностика	Прыжкив длинуместа (раст.– 15см). Бросание мяча вверхдвумярукамииловля его. Влезание на гимн.стенку испускснее <i>Спортивно-музыкальныйдосуг«ДеньПобеды»</i>	Прыжкив длинуместа (раст.– 25см). Метание на дальностьправойи левойрукой. Влезание на гимн.стенку испускснее	Влезание на гимн.стенку испускснее Прыжкив длинуместа (раст. – 40 см).Метание на дальностьправойилево йрукой.
Подвижныеигры	«Удочка»	«Огуречик,огуречик»»	«Воробышкиикот»	«Найдисвойцвет»
3-ячасть Малоподвижныеигры	«Найдицыпленка»	«Угадай,ктопозвал?»	Ходьбавколоннепоодному	«Каравай»

3.5. Перечень программно-методического обеспечения.

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования от 17.10.2013 г., № 1155
3. Примерная основная общеобразовательная программа «Отрождения дошколы». М., «Мозаика Синтез», 2012 год
4. Зырянова А.В. Методические рекомендации по организации и проведению экспертизы примерных основных образовательных программ всех уровней общего развития. Москва, 2013.
5. Журнал «Справочник старшего воспитателя», №3, 2014. Скоролупова О.А. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования: организация внедрения в ДОО.
6. Маханева Н.Д. «Здоровый ребенок». Рекомендации по работе в детском саду в начальной школе, методическое пособие.
7. Анисимова М.С., Хабарова Т.В. «Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста». СПб «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2011
8. Богина Т.Л. «Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях». Метод. пособие. М «Мозаика Синтез», 2005
9. Буцинская П.П. и др. «Общеразвивающие упражнения в детском саду». М «Просвещение», 1990
10. Вихарева Г.Ф. «Спойте, попляшите, поиграем». СПб «Музыкальная палитра», 2011 год
11. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам. М.: Владос, 1999.
12. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам: младший дошкольный возраст. М.: Владос, 1999
13. Дик Н.Ф. «Увлекательные физкультурные занятия для дошкольников», М.ОООТИД, 2007
14. Здоровьеберегающие технологии и воспитание в детском саду. Примерные планы и конспекты. Под ред. Т.С. Яковлевой. М., «Школьная Пресса», 2007
15. «Играй – не зевай. Подвижные игры с дошкольниками». М.Н. Дедулевич, М. «Просвещение», 2007
17. Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста», М. «Просвещение», 1985
18. Ковалько В.И. «Азбука физкультминуток для дошкольников», М «ВАКО», 2005
19. «Малыши, физкульт-привет!». М. «Скрипторий 2003», 2006
20. Миняева С.А. «Подвижные игры дома и на улице». М «Айрис-пресс», 2007
21. Пензулаева Л. И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3–5 лет. М, «Владос», 2003
22. Сауко Т, Буренина А. «Топ-хлоп, малыши!». Программа по музыкально-ритмическому воспитанию детей 2-3 лет. СПб, 2001 год
23. Суворова Т. «Танцуй, малыш!». 1-2 часть. СПб, 2007 год.
24. Утробина К.К. «Занимательная физкультура в детском саду для детей 3-5 лет». М, «ГНОМ и Д», 2004
25. Физическое развитие детей 2-7 лет. Сюжетно-ролевые занятия. Е.И. Подольская. Волгоград, 2010
26. Филиппова С.О. «Мир движений мальчиков и девочек». СПб «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2001

