

Принято
на заседании
педагогического совета
Протокол № 01 от
28 08 2019г.



Утверждено:
Приказом Заведующего
МБДОУ Детский сад №2
«Малышок»
От 29 08 2019 № 30

Рабочая программа
инструктора по физической культуре
Ламок Ирины Викторовны

Образовательная область – физическое развитие

2019-2020 учебный год

Содержание:

Целевой раздел	2
1. Пояснительная записка.....	2
1.1.Цели и задачи реализации программы.....	4
1.2.Принципы и подходы к формированию рабочей Программы.....	5
1.3.Возрастные особенности.....	5
2. Планируемые результаты	9
Содержательный раздел	11
2.Обязательная часть.	
2.1.Содержание психолого - педагогической работы в соответствии с возрастом.....	11
2.2.Вариативная часть.....	22
2.3.Вариативные способы, формы, методы образовательной деятельности.....	24
-особенности образовательной деятельности и культурных практик.....	28
-способы и направления поддержки детской инициативы.....	30
-взаимодействие с семьями воспитанников.....	31
2.4.Комплексно-тематическое планирование.....	35
3.Организационный раздел	110
3.1.Развивающая предметно- пространственная среда.....	110
3.2.Обеспечение методическими материалами и средствами воспитания и обучения.....	111
3.3.Организация режима пребывания.....	112
3.4.Особенности традиционных событий, мероприятий и праздников.....	120
Приложения	123

Целевой раздел

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа по физическому развитию разработана в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, утвержденным Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 1155 от 17 октября 2013 года и примерной программы «От рождения до школы» под ред. Н. Е. Веракса, М. А. Васильевой, Т. С. Комаровой (2014 г).

В настоящее время система дошкольного образования в России претерпевает существенные изменения. Инновационные процессы, происходящие в сфере дошкольного образования в целом, касаются и физического воспитания детей дошкольного возраста. Приоритетным направлением в работе с детьми дошкольного возраста должно быть физическое развитие дошкольников, направленное на повышение сопротивляемости детского организма к неблагоприятным факторам внешней и внутренней среды, усвоение теоретических знаний из области физической культуры, формирование двигательных умений и навыков, развитие физических и психических качеств и способностей, интереса и потребности в физическом совершенствовании, всестороннем формировании личности ребенка.

Физическое развитие дошкольников должно предусматривать систему физических упражнений, приносящих ребенку положительные эмоции, исключение стрессовых ситуаций и страха перед выполнением движений; достаточную интенсивность и большое разнообразие двигательных действий; многовариативность форм физкультурно – оздоровительной работы и активного отдыха детей, возможность индивидуального и дифференцированного подхода к подбору упражнений; частую смену нагрузок и отдыха в режиме дня ребенка; преемственность в деятельности детей разных возрастных групп дошкольной образовательной организации; гибкий график проведения оздоровительных мероприятий в зависимости от состояния здоровья, утомления, климатических и погодных условий; сезонность применения физических упражнений; ежедневное проведение занятий по физической культуре; взаимосвязь задач физического развития с другими образовательными областями.

Организационными формами работы по физической культуре в дошкольной образовательной организации являются: физкультурные занятия; физкультурно – оздоровительная работа в режиме дня (утренняя гимнастика, подвижные и спортивные игры, физкультминутки, закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями); активный отдых (физкультурные досуги, спортивные праздники, Дни здоровья, туристические походы); самостоятельная двигательная деятельность детей; работа с семьей. Самостоятельная двигательная деятельность детей

дошкольного возраста протекает под наблюдением педагога. Содержание и продолжительность занятий физическими упражнениями определяются самими детьми. Характер этих занятий зависит от индивидуальных данных, подготовленности, возможностей и интересов дошкольников. Успешное решение задач физического воспитания возможно лишь при осуществлении индивидуального подхода к детям во взаимосвязанной работе дошкольной образовательной организации и семьи.

Все формы и виды работы взаимосвязаны и дополняют друг друга. В совокупности они создают необходимый двигательный режим, обеспечивающий ежедневные занятия ребенка физической культурой.

Основой физического здоровья ребенка следует считать уровень развития и особенности функционирования его органов и систем. Уровень развития обусловлен программой, которая природой заложена в каждом ребенке и опосредована его базовыми потребностями. Именно удовлетворение доминирующих базовых потребностей является условием индивидуально – гармоничного развития ребенка.

Программа реализуется в течение всего времени пребывания детей в дошкольном учреждении с 2 лет.

Рабочая Программа включает обязательную часть и вариативную часть. Обе части являются взаимодополняющими и необходимыми с точки зрения реализации требований Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (далее – ФГОС ДО).

Рабочая программа по физическому развитию детей включает три основных раздела: целевой, содержательный и организационный, в каждом из которых отражается обязательная часть и вариативная часть.

1.1. Основные цели и задачи по физическому развитию детей:

Цели: Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни, освоение им гигиенической культуры и культуры движений.

Задачи:

-Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей, повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

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

- Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.
- Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

1.2.Принципы и подходы к формированию программы:

- *соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка:
- *сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости;
- *соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяет решать поставленные задачи только на необходимом и достаточном материале)
- *обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников;
- *строиться с учетом принципа интеграции образовательных областей, в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;
- *основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;

- *предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
- *предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является – игра;
- *допускает варьирование образовательного процесса в зависимости от региональных особенностей;
- *строится с учетом принципа преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой.

1.3.Возрастные особенности детей от 2-3лет

Младший возраст — важнейший период в развитии дошкольника, который характеризуется высокой интенсивностью физического и психического развития. В это время происходит переход ребенка к новым отношениям с взрослыми, сверстниками, предметным миром.

В раннем возрасте ребенок многому учится: он осваивает ходьбу, разнообразные действия с предметами. В подвижных играх дети выполняют боковые шаги, медленно кружатся на месте. Взабираются на горку, на шведскую стенку, а также перелезают через бревно, ползают под скамейку, пролезают через обруч.

Возрастные особенности детей от3-4лет

Младший возраст — важнейший период в развитии дошкольника, который характеризуется высокой интенсивностью физического и психического развития. В это время происходит переход ребенка к новым отношениям с взрослыми, сверстниками, предметным миром.

В раннем возрасте ребенок многому учится: он осваивает ходьбу, разнообразные действия с предметами

Это свидетельствует о том, что **прежний тип взаимоотношений взрослого и ребенка должен быть изменен в направлении предоставления дошкольнику большей самостоятельности и обогащения его деятельности новым содержанием.** Если же новые отношения с ребенком не складываются, его инициатива не поощряется, самостоятельность постоянно ограничивается, то возникают собственно кризисные явления в системе ребенок —

взрослый, что проявляется в капризах, упрямстве, строптивости, своеволии по отношению к взрослым (в контактах со сверстниками этого не происходит).

Характерное для младшего дошкольника требование «я сам» отражает прежде всего появление у него новой потребности в самостоятельных действиях, а не фактический уровень возможностей. Поэтому задача взрослого, в том числе и инструктора по физической культуре — поддержать стремление к самостоятельности, не погасить его критикой неумелых действий ребенка, не подорвать его веру в собственные силы, высказывая нетерпение по поводу его медленных и неумелых действий. Необходимо помочь каждому ребенку заметить рост своих достижений, ощутить радость переживания успеха в деятельности.

Самостоятельность формируется у младшего дошкольника в совместной деятельности со взрослыми и непосредственно в личном опыте. В совместной деятельности инструктор помогает ребенку освоить новые способы и приемы действий. Он постепенно расширяет область самостоятельных действий ребенка с учетом его растущих возможностей и своей положительной оценкой усиливает стремление без помощи взрослого добиться лучшего результата.

Возрастные особенности детей средней группы (от 4 до 5 лет)

Взросли физические возможности детей: движения их стали значительно более уверенными и разнообразными. Дошкольники испытывают острую потребность в движении. В случае ограничения активной двигательной деятельности они быстро перевозбуждаются, становятся непослушными, капризными. Поэтому в средней группе особенно важно наладить разумный двигательный режим, наполнить жизнь детей разнообразными подвижными играми. Эмоционально окрашенная деятельность становится не только средством физического развития, но и способом психологической разгрузки детей среднего дошкольного возраста, которых отличает довольно высокая возбудимость.

Ребенок 5-го года жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испытать свои силы в сложных видах движений и физкультурных упражнений. У детей возникает необходимость в двигательных импровизациях. Они берутся за выполнение любой двигательной задачи, но еще не умеют соизмерять свои силы, учитывать свои реальные возможности. Убедившись в непосильности выполнения двигательного действия, ребенок прерывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения. Но при этом он

искренне убежден в том, что выполнил движение полностью. Растущее двигательное воображение становится в этом возрасте одним из стимулов обогащения моторики детей разнообразными способами действий.

Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений. В результате расширяются и обогащаются двигательные возможности детей, возрастают их физические силы. Возникает психологическая готовность к выполнению сложных двигательных действий и проявлению определенных волевых усилий.

Ребенок пятого года жизни отличается высокой активностью. Это создает новые возможности для развития самостоятельности во всех сферах его жизни. Развитию самостоятельности в познании способствует освоение детьми системы разнообразных исследовательских действий, приемов простейшего анализа, сравнения, умения наблюдать.

У детей 4-5 лет ярко проявляется интерес к игре. Игра усложняется по содержанию, количеству ролей и ролевых диалогов. Дети уверенно называют свою игровую роль, действуют в соответствии с ней. Значительное время отводится для игр по выбору детей. Все виды развивающих образовательных ситуаций проходят либо в форме игры, либо составлены из игровых приемов и действий.

Возрастные особенности детей 5-6 лет.

Старший дошкольный возраст играет особую роль в развитии ребенка: в этот период жизни начинают формироваться новые психологические механизмы деятельности и поведения.

Возраст 5-6 лет характеризуется активизацией ростового процесса: за год ребенок может вырасти на 7-10. Изменяются пропорции тела. Совершенствуются движения, двигательный опыт детей расширяется, активно развиваются двигательные способности. Заметно улучшается координация и устойчивость равновесия, столь необходимые при выполнении большинства движений. При этом девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками.

У детей активно развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но все еще слабыми остаются мелкие мышцы, особенно кистей рук. Старший дошкольник технически правильно выполняет большинство физических упражнений. Он способен критически оценить движения других детей, но самоконтроль и самооценка не постоянны и проявляются

эпизодически. Углубляются представления детей о здоровье и здоровом образе жизни, о значении гигиенических процедур (для чего необходимо мыть руки, чистить зубы и прочее), закаливания, занятий спортом, утренней гимнастики. Дети проявляют интерес к своему здоровью, приобретают сведения о своем организме (органы чувств, движения, пищеварения, дыхания) и практические умения по уходу за ним.

Двигательная деятельность ребенка становится все более многообразной. Дети уже достаточно хорошо владеют основными видами движений, им знакомы различные гимнастические упражнения, подвижные игры. Начинается освоение разнообразных спортивных упражнений. Возрастают проявления самостоятельности, возникают творческие поиски новых способов действий, их комбинаций и вариантов. Начинают создаваться небольшие группировки по интересу к тому или иному виду упражнений.

На 6-ом году жизни ребенка его движения становятся все более осознанными и носят преднамеренный характер. Развивается способность понимать задачу, поставленную воспитателем, самостоятельно выполнять указания педагога.

Дети обращают внимание на особенности разучивания упражнений, пытаются выяснить, почему следует проделывать их так, а не иначе. Во время объяснения у ребенка возникает мысленное представление о движении, его направлении, последовательности составных частей. Дети постепенно овладевают умением планировать свои практические и игровые действия, стремятся к их результативности. Дети начинают упражняться в движениях по своей инициативе, многократно повторять их без напоминания воспитателя, пытаются освоить то, что не получается. При этом они довольно настойчиво преодолевают трудности. Растет уровень физической подготовленности дошкольников, создаются прочные психологические и физиологические основания для повышения их работоспособности путем целенаправленного развития двигательных качеств. Для старших дошкольников характерно стремление к совершенствованию в двигательной деятельности. В двигательной деятельности у дошкольников складываются более сложные формы общения со взрослыми и между собой. У ребенка развивается чувство уважения к старшим, стремление подражать им, появляется желание помочь другому, чему-то научить. При этом существенное значение имеет направленность на достижение коллективного результата движения, игры. Более активно проявляется интерес к сотрудничеству, к совместному решению общей задачи.

Возрастные особенности детей 6-7 лет.

Дети хорошо различают направление движения, скорость, смену темпа и ритма. Возросла возможность пространственной ориентировки, заметно увеличились проявления волевых усилий при выполнении отдельных упражнений, стремление добиться хорошего результата. У детей вырабатывается эстетическое отношение к движениям, они начинают воспринимать красоту и гармонию движений. Проявляются личные интересы мальчиков и девочек в выборе физических упражнений и подвижных игр. Старшие дошкольники активно приобщаются к нормам здорового образа жизни. В увлекательной, наглядно-практической форме воспитатель обогащает представления детей о здоровье, об организме и его потребностях, способах предупреждения травматизма, закаливании. Гигиенические навыки у детей старшего дошкольного возраста становятся достаточно устойчивыми. На седьмом году жизни происходит дальнейшее развитие взаимоотношений детей со сверстниками. Дети предпочитают совместную деятельность индивидуальной. В подготовительной группе в совместной деятельности дети осваивают разные формы сотрудничества: договариваются, обмениваются мнениями; чередуют и согласовывают действия; совместно выполняют одну операцию; контролируют действия партнера, исправляют его ошибки; помогают партнеру, принимают замечания партнера, исправляют свои ошибки. В процессе совместной деятельности дошкольники приобретают практику равноправного общения, опыт руководства и подчинения, учатся достигать взаимопонимания. В старшем дошкольном возрасте значительно расширяется игровой опыт детей. Старшие дошкольники выдвигают разнообразные игровые замыслы до начала игры и по ходу игры, проявляют инициативу в придумывании игровых событий. Переход в старшую и особенно в подготовительную группу связан с изменением статуса дошкольников в детском саду – в общей семье воспитанников детского сада они становятся самыми старшими. Воспитатели старшей и подготовительной групп решают задачи становления основных компонентов школьной готовности: развития стремления к школьному обучению, самостоятельности и инициативы, коммуникативных умений, познавательной активности и общего кругозора, воображения и творчества, социально-ценностных ориентаций, укрепления здоровья будущих школьников.

2. Планируемые результаты усвоения программы.

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

К целевым ориентирам дошкольного образования относятся следующие социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка:

Целевые ориентиры образования в раннем возрасте:

- ребенок интересуется окружающими предметами и активно действует с ними; эмоционально вовлечен в действия с игрушками и другими предметами, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий;
- использует специфические, культурно фиксированные предметные действия, знает назначение бытовых предметов (ложки, расчески, карандаша и пр.) и умеет пользоваться ими. Владеет простейшими навыками самообслуживания; стремится проявлять самостоятельность в бытовом и игровом поведении;
- владеет активной речью, включенной в общение; может обращаться с вопросами и просьбами, понимает речь взрослых; знает названия окружающих предметов и игрушек;

- стремится к общению со взрослыми и активно подражает им в движениях и действиях; появляются игры, в которых ребенок воспроизводит действия взрослого;
- проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им;
- проявляет интерес к стихам, песням и сказкам, рассматриванию картинки, стремится двигаться под музыку; эмоционально откликается на различные произведения культуры и искусства;
- у ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.).

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

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

2.Содержательный раздел.

2.1.Обязательная часть

Образовательная область «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

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

ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Физическая культура

Сохранение ,укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

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

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

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

Вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет)

Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.

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

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

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

Основные движения

Ходьба. Ходьба подгруппами и всей группой, парами, по кругу, взявшись за руки, с изменением темпа, с переходом на бег, и наоборот, с изменением направления, врассыпную (после 2 лет 6 месяцев), обходя предметы, приставным шагом вперед, в стороны.

Упражнения в равновесии. Ходьба по прямой дорожке (ширина 20 см, длина 2–3 м) с перешагиванием через предметы (высота 10–15 см); подоске, гимнастической скамейке, бревну (ширина 20–25 см). Кружение в медленном темпе (с предметом в руках).

Бег. Бег подгруппами и всей группой в прямом направлении, друг за другом, в колонне по одному, в медленном темпе в течение 30–40 секунд(непрерывно), с изменением темпа. Бег между двумя шнурами, линиями(расстояние между ними 25–30 см).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 3–4 м); по доске, лежащей на полу; по наклонной доске, приподнятой одним концом на высоту 20–30 см; по гимнастической скамейке. Подлезание под воротца, веревку (высота 30–40 см), перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке вверх и вниз (высота 1,5 м) удобным для ребенка способом.

Катание, бросание, метание. Катание мяча двумя руками и одной рукой педагогу, друг другу, под дугу, стоя и сидя (расстояние 50–100 см); бросание мяча вперед двумя руками снизу, от груди, из-за головы, через шнур, натянутый на уровне груди ребенка, с расстояния 1–1,5 м, через сетку, натянутую на уровне роста ребенка. Метание мячей, набивных мешочков, шишек на дальность правой и левой рукой; в горизонтальную цель — двумя руками, правой (левой) рукой с расстояния 1 м. Ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния 50–100 см.

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте, слегка продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах через шнур (линию); через две параллельные линии(10–30 см). Прыжки вверх с касанием предмета, находящегося на 10–15 см выше поднятой руки ребенка.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого

пояса. Поднимать руки вперед, вверх, в стороны; скрещивать их перед грудью и разводить в стороны. Отводить руки назад, за спину; сгибать и разгибать их. Хлопать руками перед собой, над головой, размахивать вперед-назад, вниз-вверх.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости

позвоночника. Поворачиваться вправо-влево, передавая предметы рядом стоящему (сидящему). Наклоняться вперед и в стороны. Поочередно сгибать и разгибать ноги, сидя на полу. Поднимать и опускать ноги, лежа на спине. Стоя на коленях, садиться на пятки и подниматься.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.

Ходить на месте. Сгибать левую (правую) ноги в колене (с поддержкой) из исходного положения стоя. Приседать, держась за опору; потягиваться, поднимаясь на носки. Выставлять ногу вперед на пятку. Шевелить пальцами ног (сидя).

Подвижные игры

С ходьбой и бегом. «Догони мяч!», «По тропинке», «Через ручеек», «Кто тише?», «Перешагни через палку», «Догоните меня!», «Воробышки и автомобиль», «Солнышко и дождик», «Птички летают», «Принеси предмет».

С ползанием. «Доползи до погремушки», «Проползти в воротца», «Не переползай линию!», «Обезьянки».

С бросанием и ловлей мяча. «Мяч в кругу», «Прокати мяч», «Лови мяч», «Попади в воротца», «Целься точнее!».

С подпрыгиванием. «Мой веселый, звонкий мяч», «Зайка беленький сидит», «Птички в гнездышках», «Через ручеек».

На ориентировку в пространстве. «Где звенит?», «Найди флажок». Движение под музыку и пение. «Поезд», «Заинька», «Флажок».

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

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

Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см. Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение

ползать. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.

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

Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами. Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележка-

ми, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

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

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

Повороты, переступая на месте.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Подвижные игры с ходьбой, бегом, прыжками, подлезанием и лазанием, бросанием и ловлей.

выполнять упражнения в заданном темпе; активно включаться в игры, выполнять основные правила игры.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

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

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

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

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

Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх

с мячами, скакалками, обручами и т. д. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.

Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Приучать к выполнению действий по сигналу.

Построение в колонну по одному по росту. Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего. Перестроение в звенья на ходу, Повороты направо, налево и кругом на месте, переступанием.

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

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

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

Положения и движения туловища: повороты, наклоны (вправо, влево, вперед), 45 раз,

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

Упражнения сотягощающими предметами: мешочек с песком (100 г), набивной мяч (0,5 кг). **Ходьба и равновесие:** ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стопы, в полуприсиде, с поворотами, с заданиями (руки на поясе, к плечам, в стороны, за спину и т. д.); ходьба с перешагиванием через предметы (высота 15-20 см), по наклонной доске (высота 30 см, ширина 25 см), с предметами в руках, на голове, без предметов (высота 35-40 см, ширина 30 см);

ходьба спиной вперед (23 м), «змейкой», со сменой темпа; ходьба приставным шагом, по шнуру и бревну (высота 20-25 см, ширина 10 см), с мешочком на голове.

Бег: в колонне по одному и парами, «змейкой» между пред метами, со сменой ведущего и сменой темпа, между линиями (расстояние 30-90 см), с высоким подниманием колен; бег со старта из разных исходных позиций (стоя, стоя на коленях и др.); бег на скорость (15-20 м, 23 раза), в медленном темпе (до 2 мин), со средней скоростью 40-60 м (34 раза); челночный бег (5х3==15).

Прыжки: на двух ногах с поворотами кругом, со сменой ног; ноги вместе ноги врозь. С хлопками над головой, за спиной; прыжки с продвижением вперед (34 м), вперед-назад, с поворотами, боком' (вправо, влево); прыжки в ширину (спрыгивание с высоты 25 см); прыжки через предметы (23) высотой 5-10 см; прыжки в длину с места (50-70 см); прыжки вверх с места (впрыгивание), высота 1520 см.

Бросание и ловля метание: катание мяча, обруча между предметами (расстояние 4050 см). Прокатывание мяча из разных исходных позиций одной и двумя руками; бросание мяча вверх и ловля (3-4 раза подряд), отбивание мяча одной и двумя руками (4-5 раз); бросание мяча друг другу двумя руками снизу, из-за головы (расстояние 2 м) и ловля его (расстояние 1,5 м); метание предмета на дальность (расстояние 5-6,5 м), в горизонтальную цель (расстояние 2-2,5 м), в вертикальную цель (расстояние 1,52 м).

Ползание и лазание: ползание на четвереньках (расстояние 10 м) между предметами, прокатывая мяч, с поворотами кругом. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках, подлезание под препятствия прямо и боком. Пролегание между рейками лестницы, поставленной боком; лазание с опорой на стопы и ладони по доске, наклонной лестнице, скату; лазание по гимнастической стенке (высота 2 м); Перелезание с одного пролета на другой вправо, влево, не пропуская реек, чередующимся шагом.

Игры с бегом, прыжками, ползанием и лазанием, бросанием и ловлей, на ориентировку в пространстве и внимание. **Движения** парами по кругу в танцах и хороводах; кружение по одному и парами; «пружинки», подскоки на месте, прямой галоп; постановка ноги на носок, на пятку.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп. Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.

Учить ориентироваться в пространстве. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

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

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

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

Учить спортивным играм и упражнениям.

Самостоятельные перестроения. Из шеренги в колонну, в две колонны, в два круга, по диагонали, «змейкой» без ориентиров. Повороты направо, налево, на месте и в движении на углах.

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

Положения и движения головы: вверх, вниз, повороты в стороны, наклоны (45 раз), вращения.

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

Положения и движения туловища. Повороты наклоны вперед, назад, в стороны, вращения.

Положения и движения ног. Приседания (до 40 раз), махи вперед назад, держась за опору; выпады вперед, в стороны с движениями рук вперед, в стороны, вверх; подскоки на месте ($40 \times 3 = 120$). Упражнения с отягощающими предметами мешочки, гантели (150 г), набивные мячи (1 кг).

Ходьба и упражнения в равновесии. Ходьба в полуприсиде, с перекатом с пятки на носок, с задержкой на носке «петушиный шаг»), с заданиями (с хлопками, различными положениями рук), с закрытыми глазами (34 м). Ходьба через предметы (высотой 20-25 см), по наклонной доске (высотой 35-40 см; шириной 20 см). Ходьба по гимнастической скамейке с закрытыми глазами, с поворотами, различными движениями рук, остановками. Ходьба по шнуру (8-10 м), бревну (высотой 25-30 см, шириной 10 см), с мешочком на голове (500 г), по пенькам, спиной вперед (34 м). Поочередное выбрасывание ноги вперед в прыжке; приставной шаг с приседанием, шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперед и в кружении, полуприседание с выставлением ноги на пятку.

Бег. На носках, с высоким подниманием колен, через и между предметами, со сменой темпа. Бег в медленном темпе 350 м по пересеченной местности. Бег в быстром темпе 10 м (34 раза), 20-30 м (23 раза), челночный бег 3×10 м в медленном темпе (1,52 мин).

Прыжки. На месте: ноги скрестно ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге 45 м. Прыжки через 56 предметов на двух ногах (высота 15-20 см), вспрыгивание на предметы: пеньки, кубики, бревно

(высотой до 20 см). Подпрыгивание до предметов, подвешенных на 1520 см выше поднятой руки. Прыжки в длину с места (8090 см), в высоту (3040 см) с разбега 68 м; в длину (на 130150 см) с разбега 8 м. Прыжки. В глубину (с пенька, бревна, кубов высотой 3040 см) в указанное место. Прыжки через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад.

Бросание, ловля и метание. Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений междупредметами (ширина 4030 см, длина 34 м). Бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 46 раз подряд. Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 56 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю). Метание в горизонтальную и вертикальную цель (на высоту 2,2 м) с расстояния 3,54 м. Метание вдаль на 59 м.

Ползание и лазание. Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне, Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 4050 см), Лазание по гимнастической стенке чередующимся способом ритмично, с изменением темпа. Лазание по веревочной лестнице, канату, шесту свободным способом.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Добиваться активного движения кисти руки при броске. Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений. Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.

Основные движения.

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

Упражнения в беге. Бегать легко, стремительно. Бегать, сильно сгибая ноги в коленях, спиной вперед; выбрасывая прямые ноги вперед; бегать через препятствия барьеры, набивные мячи (высотой 10 - 15 см), не задевая за них, сохраняя скорость бега. Бегать спиной вперед, сохраняя направление и равновесие. Бегать со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну, Бегать из разных стартовых положений (сидя, сидя «по-турецки», лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т. п.). Сочетать бег с ходьбой, прыжками, подрезанием и др.; с преодолением препятствий в естественных условиях,

Упражнения в прыжках. Подпрыгивать на двух ногах на месте с поворотом кругом; смещая ноги вправо влево; сериями по 30 - 40 прыжков 34 раза. Прыгать, продвигаясь вперед на 56 м; перепрыгивать линию, веревку боком, с зажатым между ног мешочком с песком, с набитым мячом; перепрыгивать через 6 - 8 набивных мячей (вес 1 кг). Перепрыгивать на одной ноге линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением вперед. Выпрыгивать вверх из глубокого приседа. Подпрыгивать на месте и с разбега с целью достать предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка на 25 - 30 см. Впрыгивать с разбега в три шага на предметы высотой до 40 см, спрыгивать с них. Прыгать в длину с места (не менее 100 см); в длину с разбега (не менее 180 - 190 см); в высоту с разбега (не менее 50 см), прыгать через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бегать со скакалкой. Прыгать через длинную скакалку.

Упражнения в бросании ловле метании. Бросать мяч вверх, о землю и ловить его двумя руками не менее 20, одной не менее 10 раз подряд с хлопками, поворотами и другими заданиями; из одной руки в другую с отскоком от пола. Перебрасывать мяч друг другу снизу, из-за головы (расстояние 34 м), из положения сидя «по-турецки», через сетку; перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг). Бросать в цель из разных исходных положений (стоя на коленях, сидя и др.). Метать в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 45 м; в движущуюся цель. Метать вдаль на расстояние не менее 6 - 12 м.

Упражнения в ползании лазании. Ползать на четвереньках по гимнастической скамейке; на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; проползать под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд. Перелезать через гимнастическую стенку и спускаться с ее противоположной стороны. Переходить с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Влезать на лестницу и спускаться с нее быстро; менять темп лазания, сохранять координацию движений, используя перекрестную и одноименную координацию движений рук и ног. Лазать по веревочной лестнице, по канату, захватывая канат ступнями ног и вися в положении стоя

Упражнения в равновесии. Пройти по гимнастической скамейке: боком приставным шагом; неся мешочек с песком на спине; приседая на одной ноге, а другую махом переносить вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок. Идти по гимнастической скамейке, посередине остановиться и перешагнуть палку (обруч,

веревку), которую держат в руках; присесть и повернуться кругом, встать и идти дальше; перепрыгнуть ленточку, идти дальше. Стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее; прыгать, продвигаясь вперед на двух ногах по наклонной поверхности. Пройти по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком, Стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх. Балансировать на большом набивном мяче (вес 3 кг). Кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру.

Упражнения в построении и перестроении.

Самостоятельно, быстро и организованно строиться в колонну по одному, парами, в круг, в несколько колонн (звеньев), в шеренгу. Равняться в колонне, в шеренге, в круге. Перестраиваться из одной колонны в несколько на ходу; из одного круга в несколько. Делать повороты (направо и налево). Рассчитываться на «первый-второй», после чего перестраиваться из одной шеренги в две. При построении в три колонны размыкаться и смыкаться приставными шагами. Делать повороты на углах во время движения. Останавливаться после ходьбы всем одновременно.

Положения и движения рук, ног, туловища

Упражнения для рук и плечевого пояса. Поднимать руки вверх, вперед, в стороны, поднимаясь на носки, в положении стоя, пятки вместе, носки врозь; отставляя одну ногу назад на носок; прижимаясь к стене. Поднимать руки вверх в стороны из положения руки перед грудью, руки к плечам. Поднимать и опускать плечи. Энергично разгибать вперед и в стороны согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки): отводить локти назад два-три раза и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью.

Упражнения для ног. Выставлять ногу вперед на носок скрестно. Приседать, держа руки за головой, сгибая к плечам. Сгибать ноги в стойке ноги врозь поочередно, одну ногу раза подряд (пружинисто). Приседать в положении ноги врозь: переносить вес тела с одной ноги на другую (не подниматься). Делать выпад вперед, в сторону, Махом вперед доставать носком выпрямленной ноги ладони вытянутых вперед рук (одноименной и противоположной),

Упражнения для туловища. Опускать, поднимать голову, поворачивать ее в стороны. Поворачиваться стороны, поднимая руки вверх-в стороны, из-за головы, из положения руки к плечам. Наклоняться вперед, подняв руки вверх, медленно, подряд 23 раза, держа руки в стороны, стоя, вращать верхнюю часть туловища. В упоре сзади сидя поднять обе ноги, оттянуть носки, удерживать ноги в этом положении. Переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади.

Формы организации образовательной деятельности физическая культура

Режимные моменты	Совместная деятельность педагога с детьми	Самостоятельная деятельность детей	Совместная деятельность с семьей
Формы организации детей			
Индивидуальные Подгрупповые	Групповые Подгрупповые	Индивидуальные	Групповые Подгрупповые Индивидуальные
• Интегрированная детская деятельность • Игра • Игровые упражнения	• Утренняя гимнастика, пробежка • Подвижная игра (в том числе на свежем воздухе) • Физическая культура, плавание • Физкультурные упражнения • Гимнастика после дневного сна • Физкультурный досуг • Физкультурные праздники • Недели здоровья	• Игра • Игровые упражнения	• Музыкальная ритмика • Физкультурные досуги • Физкультурные праздники • Консультативные встречи. • Встречи по заявкам.

2.2.Вариативная часть

(часть, формируемая участниками образовательных отношений)

Вариативная часть Программы представлена:

➤ Образовательной деятельностью в области физического развития (приоритетное направление) по программе «Развивающая педагогика оздоровления» В.Т.Кудрявцев, Б.Б.Егоров.

В программе отражены две линии оздоровительно-развивающей работы:

1. Приобщение к физической культуре (развитие основных движений, развитие разных групп мышц, развитие мелких мышц руки, упражнения для ориентировки в пространстве, игры-аттракционы, спортивные игры и упражнения, музыкально-ритмические упражнения).
2. Развивающие формы оздоровительной работы (закаливание (воздушные ванны, гимнастика и солевые дорожки после дневного сна, босохождение в тёплое время года), профилактика плоскостопия, «Гимнастика маленьких волшебников», самомассаж, дыхательная гимнастика, профилактика зрительного утомления, психогимнастика, санация полости рта).

Вся оздоровительная деятельность планируется педагогами в соответствии с требованиями СанПиН, соответствует возрастным особенностям детей дошкольного возраста. При проведении оздоровительных мероприятий осуществляется дифференцированный подход к детям с учётом состояния их здоровья.

Целевыми ориентирами служат:

- Снижение заболеваемости детей;
- Повышение уровня физической подготовленности;
- Положительная динамика в координации движений;

Осуществление образовательного процесса с учетом национально-культурных, демографических и климатических особенностей (национально – региональный компонент). Национально-региональный компонент реализуется в соответствии с «Концепцией развития поликультурного воспитания в Республике Хакасия» и Методическими рекомендациями по составлению рабочих программ с учетом этнокультурной ситуации развития детей в дошкольных образовательных организациях Республики Хакасия (на русском и хакасском языках)» издательства г.Абакан Республика Хакасия.

➤ во всех образовательных областях в совместной с воспитателем, самостоятельной деятельности детей и в тесном взаимодействии с родителями.

Ознакомление с историей, культурой, традициями хакасского народа, природой родного края начинается с младшего дошкольного возраста. Работа многогранна и включает комплекс задач:

- воспитание у ребенка любви и привязанности к своей семье, дому, детскому саду, улице, селу;
- формирование бережного отношения к природе и всему живому;
- воспитание уважения к труду;
- развитие интереса к народным традициям и промыслам;

- знакомство с главным городом республики - Абаканом;
- знакомство детей с символами республики (герб, флаг);
- развитие чувства ответственности и гордости за достижения, республики, страны;
- формирование толерантности, чувства уважения к другим народам, их традициям.

Тематическое планирование, разработано в соответствии с возрастными особенностями детей. Темы повторяются в каждой возрастной группе и в зависимости от возраста детей, содержания сообщаемых им знаний, задач воспитания конкретизируются в более мелких темах. Работа по каждой теме включает занятия, игры, свободную деятельность детей, по некоторым темам – праздники. Основной формой работы является занятие. В зависимости от изучаемой темы определяется форма, структура занятия, средства и методы, позволяющие реализовать поставленную задачу, а также специальные приемы, повышающие познавательную активность и эмоциональную нагрузку занятия.

№ п/п	Наименование тем	Интеграция образовательных областей	Группы			
			Младшая	Средняя	Старшая	Подгот. к школе
1	Национальные праздники: Чыл-Пазы, Чир-Ине, Тун-Пайрам.	Познавательное развитие Художественно-эстетическое развитие Социально – коммуникативное развитие	+	+	+	+
2	Национальные игры	Познавательное развитие Социально – коммуникативное развитие	+	+	+	+

2.3. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы.

Технологии личностно-ориентированного взаимодействия педагога с детьми

Характерные особенности:

- смена педагогического воздействия на педагогическое взаимодействие; изменение направленности педагогического «вектора» — не только от взрослого к ребенку, но и от ребенка к взрослому;
- основной доминантой является выявление личностных особенностей каждого ребенка как индивидуального субъекта познания и других видов деятельности;

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

Характерные черты личностно-ориентированного взаимодействия педагога с детьми в ДОУ:

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

Интегрированные свойства личности педагога, которые в основном определяют успешность в личностно-ориентированном взаимодействии:

- Социально-педагогическая ориентация — осознание педагогом необходимости отстаивания интересов, прав и свобод ребенка на всех уровнях педагогической деятельности.
- 2) Рефлексивные способности, которые помогут педагог остановиться, оглянуться, осмыслить то, что он делает: «Не навредить!»
- 3) *Методологическая культура* — система знаний и способов деятельности, позволяющих грамотно, осознанно выстраивать свою деятельность в условиях выбора образовательных альтернатив; одним из важных элементов этой культуры является умение педагога мотивировать деятельность своих воспитанников.

Составляющие педагогической технологии:

- Построение субъект-субъектного взаимодействия педагога с детьми, которое требует от педагога высокого профессионального мастерства, развитой педагогической рефлексии способности конструировать педагогический процесс на основе педагогической диагностики.

Построение педагогического процесса на основе педагогической диагностики, которая представляет собой набор специально разработанных информативных методик и тестовых заданий, позволяющих воспитателю в повседневной жизни детского сада диагностировать реальный уровень развития ребенка, находить пути помощи ребенку в его развитии (задания направлены на выявление успешности освоения содержания различных разделов программы, на определение уровня владения ребенком позиции субъекта, на возможность отслеживания основных параметров эмоционального благополучия ребенка в группе сверстников, на выявление успешности

формирования отдельных сторон социальной компетентности (экологическая воспитанность, ориентировка в предметном мире и др).

- Осуществление индивидуально-дифференцированного подхода, при котором воспитатель дифференцирует группу на типологические подгруппы, объединяющие детей с общей социальной ситуацией развития, и конструирует педагогическое воздействие в подгруппах путем создания дозированных по содержанию, объему, сложности, физическим, эмоциональным и психическим нагрузкам заданий и образовательных ситуаций (цель индивидуально-дифференцированного подхода — помочь ребенку максимально реализовать свой личностный потенциал, освоить доступный возрасту социальный опыт; в старших группах конструирование педагогического процесса требует дифференциации его содержания в зависимости от половых интересов и склонностей детей).
- Творческое конструирование воспитателем разнообразных образовательных ситуаций (игровых, практических, театрализованных и т.д.), позволяющих воспитывать гуманное отношение к живому, развивать любознательность, познавательные, сенсорные, речевые, творческие способности. Наполнение повседневной жизни группы интересными делами, проблемами, идеями, включение каждого ребенка в содержательную деятельность, способствующую реализации детских интересов и жизненной активности.
- Нахождение способа педагогического воздействия для того, чтобы поставить ребенка в позицию активного субъекта детской деятельности (использование игровых ситуаций, требующих оказания помощи любому персонажу, использование дидактических игр, моделирования, использование в старшем дошкольном возрасте занятий по интересам, которые не являются обязательными, а предполагают объединение взрослых и детей на основе свободного детского выбора, строятся по законам творческой деятельности, сотрудничества, сотворчества).
- Создание комфортных условий, исключающих «дидактический синдром», заорганизованность, излишнюю регламентацию, при этом важны атмосфера доверия, сотрудничества, сопереживания, гуманистическая система взаимодействия взрослых и детей во взаимоувлекательной деятельности (этим обусловлен отказ от традиционных занятий по образцу, ориентированных на репродуктивную детскую деятельность, формирование навыков).
- Предоставление ребенку свободы выбора, приобретение индивидуального стиля деятельности (для этого используются методика обобщенных способов создания поделок из разных материалов, а также опорные схемы, модели, пооперационные карты, простейшие чертежи, детям предоставляется широкий выбор материалов, инструментов).
- Сотрудничество педагогического коллектива детского сада с родителями (выделяются три ступени взаимодействия: создание общей установки на совместное решение задач воспитания; разработка общей стратегии

сотрудничества; реализация единого согласованного индивидуального подхода к ребенку с целью максимального развития его личностного потенциала).

- Организация материальной развивающей среды, состоящей из ряда центров (сенсорный центр, центр познания, центр сюжетной игры, центр строительства, центр искусства и др.), которая способствовала бы организации содержательной деятельности детей и соответствовала бы ряду показателей, по которым воспитатель может оценить качество созданной в группе развивающей предметно-игровой среды и степень ее влияния на детей (включенность всех детей в активную самостоятельную деятельность; низкий уровень шума в группе; низкая конфликтность между детьми; выраженная продуктивность самостоятельной деятельности детей; положительный эмоциональный настрой детей, их жизнерадостность, открытость).
- Интеграция образовательного содержания программы.

В дошкольном учреждении реализуется проект «Педагогика оздоровления в современном дошкольном учреждении». В рамках реализации этого проекта образовательный процесс организован в режиме здоровьесбережения.

Технология Базарного В.Ф. «Сенсорной свободы и психомоторного раскрепощения» имеет место на всех занятиях и во всех возрастных группах дошкольного учреждения. Непосредственно образовательная деятельность проводится в режиме смены динамических поз, это достигается с помощью применения массажных ковров, сплетенных из прочного материала с нашитыми на него пуговицами. Использование таких ковров оказывает массажный эффект ног, а как известно на нашей стопе находится «весь наш организм».

Подвижные сенсорные кресты и «углы», расположенные по периметру групповой комнаты, на которых располагается наглядный материал, необходимый педагогу и детям, способствуют проведению занятий в режиме движения наглядного материала. Периодическое внесение в занятие сенсорного разнообразия, переключение ближнего зрения на дальнее, а так же активизация общего, в том числе зрительно-координаторного чувства с помощью интенсивных движений способствуют не только предупреждению утомляемости дошкольников, но и поддержанию естественного хода развития структурных и функциональных характеристик зрительной системы.

Горизонтальный пластический балет Ефименко Н. Н. или пластик-шоу, это новый стиль работы с детьми положительно отражающийся на физическое, психическое и эмоциональное воздействие.

Программы Горизонтального пластического балета нами проводятся занятиях по физической культуре в развлечениях, праздниках и в соревнованиях. Также упрощённые программы Горизонтального пластического балета используются как гимнастика пробуждения после дневного сна воспитателем. Программы "пластик-шоу" являются как общими (развивающе - оздоровительными), так и специальными - коррекционными, направленными на преодоление тех или иных двигательных нарушений. Смена программ Горизонтального пластического балета происходит по мере освоения детьми предыдущей программы.

При реализации образовательной программы педагог:

- продумывает содержание и организацию совместного образа жизни детей, условия эмоционального благополучия и развития каждого ребенка;
- определяет единые для всех детей правила сосуществования детского общества, включающие равенство прав, взаимную доброжелательность и внимание друг к другу, готовность прийти на помощь, поддержать;
- соблюдает гуманистические принципы педагогического сопровождения развития детей, в числе которых забота, теплое отношение, интерес к каждому ребенку, поддержка и установка на успех, развитие детской самостоятельности, инициативы;
- осуществляет развивающее взаимодействие с детьми, основанное на современных педагогических позициях: «Давай сделаем это вместе»; «Посмотри, как я это делаю»; «Научи меня, помоги мне сделать это»;
- сочетает совместную с ребенком деятельность (игры, труд, наблюдения и пр.) и самостоятельную деятельность детей;
- ежедневно планирует образовательные ситуации, обогащающие практический и познавательный опыт детей, эмоции и представления о мире;
- создает развивающую предметно-пространственную среду;
- наблюдает, как развиваются самостоятельность каждого ребенка и взаимоотношения детей;

- сотрудничает с родителями, совместно с ними решая задачи воспитания и развития малышей.

Развитие ребенка в образовательном процессе детского сада осуществляется целостно в процессе всей его жизнедеятельности. В то же время освоение любого вида деятельности требует обучения общим и специальным умениям, необходимым для ее осуществления.

Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Формы организации непосредственно образовательной деятельности:

- для воспитанников с 2 до 3 лет – подгрупповая;
- для воспитанников с 3 до 7 лет - подгрупповые, фронтальные

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки соответствует санитарно - эпидемиологическим правилам и нормативам СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций", утвержденным постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 29 мая 2013 г., регистрационный № 28564).

Для детей в возрасте от 2 до 3 лет непосредственно образовательная деятельность составляет не более 1,5 часа в неделю (игровая, музыкальная деятельность, общение, развитие движений). Продолжительность непрерывной образовательной деятельности не более 10 минут в первую и вторую половину дня.

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

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

Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности
для детей 4-го года жизни - не более 15 минут,
для детей 5-го года жизни - не более 20 минут,
для детей 6-го года жизни - не более 25 минут
для детей 7-го года жизни - не более 30 минут.

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

В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультминутку.
Перерывы между периодами непосредственно образовательной деятельности - не менее 10 минут

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

Особенностью организации образовательной деятельности является ситуационный подход. Основной единицей образовательного процесса выступает образовательная ситуация, то есть такая форма совместной деятельности

педагога и детей, которая планируется и целенаправленно организуется педагогом с целью решения определенных задач развития, воспитания и обучения.

Образовательная ситуация протекает в конкретный временной период образовательной деятельности. Особенностью образовательной ситуации является появление образовательного результата (продукта) в ходе специально организованного взаимодействия воспитателя и ребенка. Такие продукты могут быть как материальными (рассказ, рисунок, поделка, коллаж, экспонат для выставки), так и нематериальными (новое знание, образ, идея, отношение, переживание). Ориентация на конечный продукт определяет технологию создания образовательных ситуаций.

Преимущественно образовательные ситуации носят комплексный характер и включают задачи, реализуемые в разных видах деятельности на одном тематическом содержании.

Непосредственно образовательная деятельность основана на организации педагогом видов деятельности, заданных ФГОС дошкольного образования.

Двигательная деятельность организуется в процессе занятий физической культурой, требования к проведению которых согласуются дошкольной организацией с положениями действующего СанПиН.

Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов, требует особых форм работы в соответствии с реализуемыми задачами воспитания, обучения и развития ребенка. В режимных процессах, в свободной детской деятельности воспитатель создает по мере необходимости дополнительно развивающие проблемно-игровые или практические ситуации, побуждающие дошкольников применить имеющийся опыт, проявить инициативу, активность для самостоятельного решения возникшей задачи.

Согласно приоритетным направлениям дошкольного учреждения во второй половине дня организуются:

- детский досуг - вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для игры, развлечения, отдыха. Как правило, в детском саду организуются досуги «Здоровья и подвижных игр», музыкальные и литературные досуги. Возможна организация досугов в соответствии с интересами и предпочтениями детей (в старшем дошкольном возрасте). В этом случае досуг организуется как кружок. Например, для занятий рукоделием, художественным трудом и пр.

- совместная игра воспитателя и детей (сюжетно-ролевая, режиссерская, игра-драматизация, конструктивно-конструктивные игры) направлена на обогащение содержания творческих игр, освоение детьми игровых умений, необходимых для организации самостоятельной игры. Ситуации общения и накопления положительного социально-эмоционального опыта носят проблемный характер и заключают в себе жизненную проблему, близкую детям дошкольного возраста, в разрешении которой они принимают непосредственное участие;
- коллективная и индивидуальная трудовая деятельность носит общественно полезный характер и организуется как хозяйственно-бытовой труд и труд в природе.

• **Способы и направления поддержки детской инициативы**

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

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

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

Организация обучения детей, предполагающая использование ими совместных действий в освоении различных понятий. Для этого на ООД формируются микрогруппы по 3-4 человека. Такая организация провоцирует активное речевое общение детей со сверстниками.

Позиция педагога при организации жизни детей в детском саду, дающая возможность самостоятельного накопления чувственного опыта и его осмысления. Основная роль воспитателя заключается в организации ситуаций для познания детьми отношений между предметами, когда ребенок сохраняет в процессе обучения чувство комфортности и уверенности в собственных силах.

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

Фиксация успеха, достигнутого ребенком. Его аргументация создает положительный эмоциональный фон для проведения обучения, способствует возникновению познавательного интереса.

Детская инициатива проявляется в свободной самостоятельной деятельности детей по выбору и интересам. Возможность играть, рисовать, конструировать, сочинять и пр. в соответствии с собственными интересами является важнейшим источником эмоционального благополучия ребенка в детском саду. Самостоятельная деятельность детей протекает преимущественно в утренний отрезок времени и во второй половине дня.

Все виды деятельности ребенка в детском саду могут осуществляться в форме самостоятельной инициативной деятельности:

- самостоятельная двигательная активность на снарядах, в подвижных играх, на прогулке.
- В развитии детской инициативы и самостоятельности воспитателю важно соблюдать ряд общих требований:
- создавать разнообразные условия и ситуации, побуждающие детей к активному применению знаний, умений, способов деятельности в личном опыте;
 - постоянно расширять область задач, которые дети решают самостоятельно; постепенно выдвигать перед детьми более сложные задачи, требующие сообразительности, творчества, поиска новых подходов, поощрять детскую инициативу;
 - тренировать волю детей, поддерживать желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца;
 - ориентировать дошкольников на получение хорошего результата;
 - своевременно обратить особое внимание на детей, постоянно проявляющих небрежность, торопливость, равнодушие к результату, склонных не завершать работу;
 - дозировать помощь детям. Если ситуация подобна той, в которой ребенок действовал раньше, но его сдерживает новизна обстановки, достаточно просто намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае;
 - поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества.

Взаимодействие с семьями воспитанников.

Ведущей целью взаимодействия детского сада с семьей – создание в дошкольном учреждении необходимых условий для развития ответственных и взаимозависимых отношений с семьями воспитанников, обеспечивающих целостное развитие личности дошкольника, повышение компетентности родителей в области воспитания.

Основные условия для продуктивного и эффективного взаимодействия с родителями:

- привлечение семей воспитанников к участию в совместных мероприятиях;
- поощрение родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребенка, за активное участие в жизни детского сада.

Выстраивая взаимодействие с семьей необходимо уточнить при этом выделенные задачи и наполнить их содержанием. Эти задачи определяют основные направления и формы взаимодействия детского сада и дошкольного учреждения.

Основные направления взаимодействия инструктора по физической культуре с семьями воспитанников

1.Ознакомление родителей с результатами диагностики.

2 Посещение детей на дому с целью анализа условий для проведения физкультурно-оздоровительной работы в семье и определения путей улучшения здоровья каждого ребенка

3 Формирование банка данных об особенностях развития и медико-гигиенических условиях жизни ребенка в семье с целью разработки индивидуальных программ физкультурно-оздоровительной работы с детьми.

4 Создание в дошкольном учреждении и семье медико- социальных условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости детей (зоны физической активности, закаливающие процедуры, массаж)

Основные формы взаимодействия с семьей

Форма	Содержание
Знакомство с семьей	Встречи-знакомства, посещение семей, анкетирование семей.
Информирование родителей о ходе образовательного процесса	Индивидуальные и групповые консультации, оформление информационных стендов,
Совместная деятельность	Привлечение родителей к организации спортивных конкурсов, семейных праздников, к участию в детской исследовательской и проектной деятельности.

Содержание работы с семьей .

Образовательная область	Содержание направлений работы
«Физическая развитие»	Объяснять родителям, как образ жизни семьи воздействует на здоровье ребенка. Информировать родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка (спокойное общение, питание, закаливание, движения). Рассказывать о действии негативных факторов (переохлаждение, перегревание, перекармливание и др.), наносящих непоправимый вред здоровью малыша. Помогать родителям сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье ребенка. Ориентировать родителей на совместное с ребенком чтение литературы, посвященной сохранению и укреплению здоровья, просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов. Знакомить родителей с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в детском саду. Разъяснять

важность посещения детьми секций, студий, ориентированных на оздоровление дошкольников. Совместно с родителями и при участии медико-психологической службы детского сада создавать индивидуальные программы оздоровления детей и поддерживать семью в их реализации

Разъяснять родителям (через оформление соответствующего раздела в «уголке для родителей», на родительских собраниях, в личных беседах, рекомендуя соответствующую литературу) необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка.

Ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту; привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику (это лучше всего делать на личном примере или через совместную утреннюю зарядку); стимулирование двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями (лыжи, коньки), совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или лес; создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря, совместное чтение литературы, посвященной спорту; просмотр соответствующих художественных и мультимедийных фильмов. Информировать родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о

	возможностях детского сада в решении данных задач. Знакомить с лучшим опытом физического воспитания дошкольников в семье и детском саду, демонстрирующим средства, формы и методы развития важных физических качеств, воспитания потребности в двигательной деятельности. Создавать в детском саду условия для совместных с родителями занятий физической культурой и спортом, открывая разнообразные секции и клубы (любителей туризма, плавания и пр.). Привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду (а также районе, городе).
--	---

ПРИМЕРНОЕ

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

2МЛАДШАЯ ГРУППА

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

СЕНТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-неделя «Здравствуй детский сад!»	2неделя «Осень»	3неделя «День красоты»	4неделя «День воспитателя и дошкольного работника»
Задачи: Создать условия для ходьбы прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может бросать мяч от груди; проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками. Интеграция образовательных областей: физическое развитие, речевое развитие, социально-коммуникативное. Работа с родителями: <i>Информация «Как устроить спортивный уголок в квартире»</i>				
Вводная часть	развитие ориентировки в пространстве, при ходьбе в разных направлениях; учить ходить по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие; прыжки на двух ногах на месте; умение действовать по сигналу воспитателя.			
ОРУ	Без предметов	Без предметов	С мячом	С кубиком
Основные виды движений	Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (ширина – 25см).	Прыжки на двух ногах на месте (2-3 раза).	Прокатывание мячей.	Ползание с опорой на ладони и колени.
Подвижные игры	«Бегите ко мне»	«Птички» «Кошка и мышки»как.игра (в/ч)	«Кот и воробышки»	«Быстро в домик»

Мало/п игра	Д/и «Угадай, кто идет?»(в/ч)	«Где спрятался цыпленок»	«Волшебная шкатулка» (в/ч) Игры	«Найдем жучка»
Создание условий для самостоятельной деятельности	«Ходьба стайкой в обход зала	Игра «В городки»	Игры с обручами	«Прятки»(в/ч)
Итоговое событие:	«Догоните меня» игра	«Осенние старты» Игры с мячами.	Сорви яблоко» игра	«Найди домик» Игра.

ОКТАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-неделя «Я и моя семья»	2неделя «Всемирный день животных»	3неделя «Мой дом -мое село»	4неделя «Неделя здоровья»
	Создать условия для развития навыков бега, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч двумя руками, 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. Интеграция образовательных областей: физическое развитие, речевое развитие, социально-коммуникативное. Работа с родителями: * <i>Информация для родителей. «Подвижные спортивные игры с детьми на воздухе»</i>			
Вводная часть	ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба врассыпную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках			

ОРУ	Без предметов	Без предметов	С осенними листочками	На стульчиках
Основные виды движений	1. Упражнения в сохранении равновесия «Пойдем по мостику»; 2. Прыжки.	1. Прыжки из обруча в обруч; 2. Прокатывание мяча друг другу (игра «Прокати мяч») ⁴ 3. бег по залу в разных направлениях.	1 Прокатывание мячей в прямом направлении; 2. Ползание между предметами не задевая их	1 Ползание «Крокодильчики» (ползание под перекладной поставленной на высоте 50 см. от пола); 2. Упражнение в равновесии «Пробеги - не задень»
Подвижные игры	«Догони мяч»	«Серый заяк умывается»	«Зайка серый умывается»	«Кот и воробушки»
Малоподв. игры	«Найди и промолчи»	«Аба»хак.игра (в/ч)	«В капустку»(в/ч)	«В городки»
Создание условий для самостоятельной деятельности	Ходьба в колонне по одному с мячом в руках.	«Машины поехали в гараж» игра	Ходьба с осенними листочками и положением рук: за спиной, в стороны, за головой	Имитация «Деревья и кустарники» (низкий, высокий)
Итоговое событие	«Папа, мама и я - спортивная семья» Развлечение.	«Гуси-лебеди» игра(в/ч)	«Найди домик»игра	Спортивно-игровая программа «Репка»

Ноябрь

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1неделя «День народного единства»	2неделя.»День работника Сельского хозяйства»	3неделя «День работника сельского хозяйства»	4неделя «День матери»
Задачи: Создать условия для бега, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, катать мяч в заданном направлении, бросать мяч двумя руками, 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. Интеграция образовательных областей: физическое развитие, познавательное развитие, речевое развитие, социально-коммуникативное. Работа с родителями:Папка – передвижка «Будем здоровы!»Способствовать укреплению физического здоровья дошкольников в семье, обогащению совместного с детьми физкультурного отдыха, способствовать развитию у детей умений безопасного поведения дома, на улице, в лесу, у водоема.				
Вводная часть	ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба врассыпную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках			
ОРУ	С флажками	Без предметов	С обручем	На стульчиках
Основные виды	1.Упражнения в сохранении равновесия «Пойдем по	1. Прыжки из обруча в обруч;	1 Прокатывание мячей в прямом направлении;	1Ползание «Крокодилычики»

движений	мостику»; 2. Прыжки.	2. Прокатывание мяча друг другу (игра «Прокати мяч»)4 3. бег по залу в разных направлениях.	2. Ползание между предметами не задевая их	(ползание под переладиной поставленной на высоте 50 см. от пола); 3. Упражнение в равновесии «Пробеги - не задень»
Подвижные игры	«Догони мяч»	«Поймай комара»	«Зайка серый умывается»	«Кот и воробушки»
Малоподв. игры	«Рассели животных»Д/и (в/ч)	«Аба»хак.игра (в/ч)	«Собери орехи»(в/ч)	«В городки»
Создание условий для самостоятельной деятельности	Ходьба в колонне по одному с мячом в руках.	«Догони мяч» игра	Катание мячей друг другу	Игры с обручами
Итоговое событие	«Неразлучные друзья» Игротека	День мяча. Игры	«Урожай собирай» игра	Спортивно-игровая программа «Веселые старты»

ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-2неделя «Зима»		3-4неделя «Новогодний праздник»	
Задачи: Создать условия для ходьбы и бега по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, 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.				
Интеграция образовательных областей: физическое развитие, познавательное развитие, речевое развитие, социально-коммуникативное.				
Работа с родителями: <i>Информация. «Зимние игры на воздухе»</i>				
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, бегу между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал			
ОРУ	С кубиками	С мячом	С кубиками	С флажками
Основные виды движений	1 Упражнение в сохранении равновесия (ходьба в умеренном темпе сначала по одной доске, затем по другой, положенным параллельно друг другу (ш- 25 см., д- 2-3 м.)); 2. Прыжки на двух ногах «Воробышки»	1. Прыжки через «болото»; 2. прокати мяч «точный пас»;	1. Игровое задание с мячом «прокати – не задень» (между предметов); 2. Игровое задание «проползи - не задень» (ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени) между предметами не задевая их.	1. Игровое задание «Паучки» (ползание); 2. Упражнение в сохранении равновесия.
Подвижные игры	«Игра в снежки»	«Кот и воробышки»	«Лягушки»	«Догони снежок»

Малоподвижные игры	«Узнай по описанию» Д/ и. (в/ч)	«Где спрятался цыпленок»	«Снежный ком» (игры с мячом)	Ходьба в колонне по одному за снеговиком
Создать условия для самостоятельной деятельности	Игра в снежки	«Угадай следы »	Играем с лентами	Прыжки через короткую и длинную скакалку.
Итоговое событие	«Зимние старты» Игры	«День снежка»	«Волшебная ленточка» Развлечение.	«Найдем Снегурочку» Игровая программа.

ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности			
Темы Этапы занятия	2неделя «Зимние забавы»	3неделя «Зимние забавы»	4неделя «Всемирный день спасибо!»
Задачи: способствовать развитию навыка бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре.			

Интеграция образовательных областей: физическое развитие, познавательное развитие, речевое развитие, социально-коммуникативное. Работа с родителями: <i>Информация. «Зимние игры на воздухе»</i>				
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными врассыпную), по гимнастической скамейке. Ходьба с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег врассыпную с нахождением своего места в колонне			
ОРУ	С кубиками	С мячом	С кубиками	На стульчиках
Основные виды движений	1. Игровое упражнение в сохранении равновесия «Пройди не задень» (ходьба между кубиками); 2. Игровое упражнение «Лягушки попрыгушки» (прыжки на двух ногах).	1. Игровое упражнение в сохранении равновесия «Пройди не задень» (ходьба между кубиками); 2. Игровое упражнение «Лягушки попрыгушки» (прыжки на двух ногах).	1. Прокатывание мяча между предметами, расположенными в 50-60 см. друг от друга; 2. Ползание под дугу «Проползи – не задень» (высота 50 см.).	1. Ползание подоске с опорой на ладони и колени (игровое упражнение «Жучки на бревнышке»); 2. Упражнение в сохранении равновесии. Ходьба по доске в умеренном темпе боком приставным шагом (игровое упражнение «Пойдем по мостику»)
Подвижные игры	«Санный поезд»	«Санный поезд»	«Снежинки-пушинки»	«Птица и птенчики»
Малоподвижные игры	«Снежинки-пушинки»	«Снежинки-пушинки»	«Найдем Снегурочку»	«Варежка»хак.и. (в/ч)

Создание условий для самостоятельной деятельности	«Дует вьюга» Дыхательная гимнастика	Упражнения с мячами по желанию детей.	Волшебные обручи	Упражнения с мячами по желанию детей.
Итоговое событие	«В гостях у Мороза» Игротека.	«Веселый снежок» Игры.	«В гостях у мороза» Игры.	«Догони снежок» Развлечение

ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности			
Темы Этапы занятия	1-2-неделя «День доброты»	3неделя «День защитника Отечества»	4неделя «Масленица»
Задачи: Способствовать развитию навыка бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке произвольным способом, энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах прыгает в длину, может катать мяч, ударять мячом об пол и ловить; проявляет положительные в самостоятельной двигательной деятельности, имеет элементарные представления о ценности здоровья, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения.			
Интеграция образовательных областей: физическое развитие, познавательное развитие, речевое развитие, социально-			

коммуникативное. Работа с родителями: Информация «Приглашаем поиграть»(Масленица)				
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному; на носках, пятках, подскоком, врассыпную. Ходьба и бег парами «Лошадки» (по кругу); с выполнением заданий по сигналу; перестроение в колонну по три			
ОРУ	С кубиком	Без предметов	С мячом	Без предметов
Основные виды движений	1. ходьба по доске боком приставным шагом (игровое упражнение «Ровным шагом»); 2. прыжки между предметами змейкой, продвигаясь вперед на двух ногах.	1. прыжки в длину с места (игровое упражнение «В канавку») 2. катание мячей друг другу «Точно в руки»	1. Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками «Брось и поймай»; 2. ползание по скамейке «Муравьишки».	1. ползание на четвереньках в прямом направлении «Медвежата»; 2. упражнение в сохранении равновесия (ходьба по гимнастической скамейке (высота – 25 см.) в умеренном темпе, свободно балансируя руками.
Подвижные игры	Эстафетная игра «Собери набор»	«Подарки»	«Зайка серый умывается»	«Солнечный зайчик»
Малоподвижные игры	Д/и «Назови и покажи», (какие спортивные атрибуты есть в зале и как мы играем в них)	«По тропинке в лес». Ходьба в колонне по одному	«Доктора»	«Догони зайца»

Создание условий для самостоятельной деятельности	«Мои любимые игры»	«Плаваем в бассейне»	Игры с флажками	Игра с кубиками
Итоговое событие	«Приглашаем поиграть» Игротека с мячами.	«Загадки из волшебной шкатулки» (в/ч)	«Тюесок» (в/ч) Хак.игра	«А мы масленку встречаем» Игротека.

Март

Содержание организованной образовательной деятельности			
Темы Этапы занятия	1неделя «Международный женский день8 марта»	2-3неделя «Знакомство с народной культурой и традициями»	4неделя «День театра»
Задачи: Способствовать развитию навыка ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить двумя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами, обращается по имени и отчеству. Интеграция образовательных областей: физическое развитие, познавательное развитие, речевое развитие, социально-коммуникативное. Работа с родителями: <i>Беседа с родителями на Тему: Одежда детей для игровой деятельности в спортивном зале</i>			
Вводная часть	Ходьба и бег: по кругу, взявшись за руки; в рассыпную, с изменением направления; с остановкой по сигналу с заданием; с перестроением в три звена, перестроением в пары; в рассыпную между предметами, не задевая их		

ОРУ	На скамейке с кубиками	С косичкой	Без предметов	С обручем
Основные виды движений	1.упражнения в сохранении равновесия (ходьба боком приставным шагом, по гимнастической скамейке (высота 25 см.)); 2. прыжки на двух ногах через шнуры «Через канавку».	1. прыжки из кружка в кружок с приземлением на полусогнутые ноги; 2. прокатывание мячей «Точный пас»	1. бросание мяча вверх и ловля его двумя руками; 2. ползание по гимнастической скамейке «Медвежата».	1. ползание на четвереньках между предметами (расстояние между ними 1 м.), не задевая их. 2. упражнение в сохранении равновесии «По мостику» (ходьба по гимнастической скамейке свободно балансируя руками.
Подвижные игры	«Тишина»	«По ровненькой дорожке»	«Мы потопаем ногами»	«Огуречик, огуречик»
Малоподвижные игры	Пальчиковая гимнастика «Семья»	Д/и «Когда это бывает?» (в/ч)	Ходьба в колонне по одному	«Поезд»
Самостоятельная деятельность детей	Ходьба по залу, игры с обручами	Обеспечение спортивным оборудованием	Игры со скакалкой	Игры с мячами
Итоговое событие	«Приглашаем поиграть» игротека	«Веселая Карусель»Развлечение	«Кошка и мышки»хак.игра(в/ч)	«Репка» Игровая программа

АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности

Темы Этапы занятия	1неделя «День птиц»	2неделя День космонавтики	3неделя «Всемирный день здоровья»	4неделя «Почитание матери - Земли»
Задачи: Создать условия для РАЗВИТИЯ умения бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч двумя руками, 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. Интеграция образовательных областей: физическое развитие, познавательное развитие, речевое развитие, социально-коммуникативное. Работа с родителями: Консультация на тему: «Будем здоровы!» Способствовать укреплению физического здоровья дошкольников в семье, обогащению совместного с детьми физкультурного отдыха, способствовать развитию у детей умений безопасного поведения дома, на улице, в лесу, у водоема.				
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба враспынную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках			
ОРУ	С флажками	Без предметов	С обручем	На стульчиках
Основные виды движений	1. Упражнения в сохранении равновесия «Пойдем по мостику»; 2. Прыжки.	1. Прыжки из обруча в обруч; 2. Прокатывание мяча друг другу (игра «Прокати мяч») ⁴ 3. бег по залу в разных направлениях.	1 Прокатывание мячей в прямом направлении; 2. Ползание между предметами не задевая их	1 Ползание «Крокодилчики» (ползание под перекладиной поставленной на высоте 50 см. от пола); 3. Упражнение в

				равновесии «Пробеги - не задень»
Подвижные игры	«Догони мяч»	«Серый зайка умывается»	«Зайка серый умывается»	«Кот и воробушки»
Малоподв. игры	Д/и «Найди и промолчи»	«Ракетодром»	«Собери орехи»(в/ч)	«Рассели животных» Д/и.игра (в/ч)
Создание условий для самостоятель ной деятельности	Ходьба в колонне по одному с мячом в руках.	«Машины поехали в гараж» игра	Ходьба с положением рук: за спиной, в стороны, за головой	Имитация «Деревья и кустарники» (низкий, высокий)
Итоговое событие	«Сорока-белобока» игротека.	«Мы – космонавты!» Игра.	«Будем здоровы» Развлечение	Спортивно-игровая программа «Веселые старты»

МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности			
Темы Этапы занятия	2неделя «Праздник Победы»	2неделя «Международный день семьи»	4неделя «Лето»

Задачи: Способствовать развитию навыка бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, катать мяч в заданном направлении, бросать его двумя руками, ударять об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, доброту, дружелюбие по отношению к окружающим

Интеграция образовательных областей: физическое развитие, познавательное развитие, речевое развитие, социально-коммуникативное.

Работа с родителями: *Информация о играх на воздухе..

Вводная часть	Ходьба и бег: со сменой ведущего; между предметами; с высоко поднятыми коленями; в полу-приседе; бег «Лошадка»			
ОРУ	С кольцом от кольцеброса	С мячом	С флажками	Без предметов
Основные виды движений	1. упражнения в сохранении равновесия (ходьба боком приставным шагом, по гимнастической скамейке (высота 30 см.)); 2. прыжки на двух ногах через шнуры (расстояние между ними 30-40см.	1. прыжки соскамейке на полусогнутые ноги «Парашютисты»; 2. прокатывание мяча друг другу.	1. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками 2. ползание по скамейке на четвереньках.	1. лазание на наклонную лесенку; 2. ходьба по доске руки на пояс
Подвижные игры	«Поймай комара»	«Воробышки и кот»	«Пятнашки с ленточками»	«У медведя во бору»
Малоподвижные игры	«Друг за другом» Д/и	«Давайте вместе с нами»	«Солнышко лучистое»	«Воздушный шар»
Создание условий для самостоятельной деятельности	Упражнения с мячами по желанию детей.	«Ходьба по залу с мячами »	«Игры с мячами»	«Плаваем в бассейне»

Итоговое событие	«Мы - солдаты» Ходьба.	«Дружная семейка» Игротека	«В гостях у солнышка» Игротека	«Здравствуй лето!» Праздник

ПРИМЕРНОЕ

КОМПЛЕКСНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

СРЕДНЯЯ ГРУППА

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

СЕНТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-неделя «Здравствуй детский сад!»	2неделя «Осень»	3неделя«День красоты»	4неделя «День воспитателя и дошкольного работника»	<u>Физическое развитие</u>
Задачи: способствовать владению основными видами движений и выполняет команды «вперёд, назад, вверх, вниз», умению строиться в колонну по одному и ориентироваться в пространстве; умением прокатывать мяч в прямом направлении; способствовать самостоятельно выполнять гигиенические процедуры, соблюдать правила поведения при их выполнении; знать и соблюдать правила безопасности при проведении занятий в спортивном зале и на улице. Способствовать доброжелательно относиться друг к другу. Работа с родителями: Консультация: «Подвижные игры для детей на воздухе»					<u>Социально-коммуникативное</u> <u>Познавательное:</u>
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, врассыпную с высоким подниманием коленей, перестроение в три звена				<u>Музыка</u>

ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячом	С обручем	<u>Речевое</u>
Основные виды движений	1. Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (длина – 3м, ширина – 15см). 2. Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево (вокруг обруча). 3. Ходьба и бег между двумя линиями (ширина – 10см). 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до флажка.	1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета». 2. Прокатывание мячей друг другу, стоя на коленях. 3. Повтор подпрыгивания. 4. Ползание на четвереньках с подлезанием под дугу.	1. Прокатывание мячей друг другу двумя руками, исходное положение – стоя на коленях. 2. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 3. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. 4. Подлезание под дугу, поточно 2 колоннами.	1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по доске, положенной на пол, руки на поясе. 3. Ходьба по скамейке (высота – 15см), перешагивая через кубики, руки на поясе. 4. Игровое упражнение с прыжками на месте на двух ногах	
Подвижные игры	«Найди себе пару»	«Кошка и мышки» Хак.и. (в/ч)	«Огуречик, огуречик»	«Подарки»	
Малоподвижные игры	«Гуси идут купаться». Ходьба в колонне по одному	«Карлики и великаны»	«Капуста - редиска».	«Пойдём в гости»	
Создание условий для самостоятельной деятельности	«Волшебные обручи»	«Скакалка- мой друг»	«В городки»	«Музыкально-ритмическая гимнастика»	
Итоговое событие	«Давайте дружить!» Игротека.	«Осенние старты» Развлечение	«Живет повсюду красота» Игротека.	«Приглашаем поиграть!» Игры.	

ОКТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-неделя «Я и моя семья»	2неделя «Всемирный день животных»	3неделя «Мой дом -мое село»	4неделя «Неделя здоровья»	<u>Физическое развитие</u>
Задачи: способствовать развитию знаний о пользе утренней зарядки и зарядки после сна; ориентироваться в пространстве при изменении направления движения, при ходьбе и беге между предметами; уметь выполнять дыхательные упражнения при ходьбе на повышенной опоре; выразительно и пластично выполнять движения игры «Мыши за котом» и танцевальные движения игры «Чудо-остров» Работа с родителями: Консультация : «Подвижные игры для детей на воздухе»					<u>Социально-коммуникативное</u>
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бега между предметами; ходьбы с перешагиванием через бруски; ходьба враспынную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках				<u>Познавательное:</u>
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С кубиками	С султанчиками	<u>Музыка</u>
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – присесть. 2. Прыжки на двух ногах до предмета. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.	1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 2. Прокатывание мяча друг другу, исходное положение – стоя на коленях. 3. Прокатывание мяча по мостику двумя руками перед собой	1. Подбрасывание мяча вверх двумя руками. 2. Подлезание под дуги. 3. Ходьба по доске (ширина – 15см) с перешагиванием через кубики. 4. Прыжки на двух ногах между набивными мячами, положенными в две линии	1. Подлезание под шнур (40см) с мячом в руках, не касаясь руками пола. 2. Прокатывание мяча по дорожке. 3. Ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики.	<u>Речевое</u>

Подвижные игры	«Кот и мыши»	«Зайцы и волк»	«В капустку», (в/ч)	«Мы – весёлые ребята», «Карусель»	
Малоподвижные игры	«Аба»хак.и.(в/ч)	Ходьба в рассыпную по залу «По грибы, по ягоды»	«Повстречались»	«Пропавшие ручки».	
Создание условий для самостоятельной деятельности	«Мой веселый мяч»	«Плаваем в бассейне»	«Найди свой домик» Игры с обручами	«Мой друг - мяч»	
Итоговое событие	«Ты – мой друг и я твой друг!» Развлечение	«В гости к ежику» Игротека.	«День кубика» Игротека.	«Будем со спортом дружить!» Игры с мячами	

НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-неделя «День народного единства»	2неделя «День работника С/х»	3неделя «День работника сельского хозяйства»	4неделя «День матери»	<u>Физическое развитие</u>
Задачи: способствовать развитию знаний о пользе утренней зарядки и зарядки после сна; ориентироваться в пространстве при изменении направления движения, при ходьбе и беге между предметами; уметь выполнять дыхательные упражнения при ходьбе на повышенной опоре; выразительно и пластично выполнять движения игры «Мыши за котом» и танцевальные движения игры «Чудо-остров» Работа с родителями: Консультация: «Профилактика нарушение осанки».					<u>Социально-коммуникативное</u>

					<u>Познавательное:</u>
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег враспынную, с остановкой на сигнал				<u>Музыка</u>
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С кубиками	С султанчиками	<u>Речевое</u>
Основные виды движений	1. Прыжки на двух ногах через шнуры. 2. Перебрасывание мячей двумя руками снизу (расстояние 1,5м). 3. Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед, перепрыгивая через шнуры. 4. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками из-за головы (расстояние 2м)	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине.	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Прыжки через бруски (взмах рук). 3 Прокатывание мяча между предметами, поставленными в одну линию	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками.	
Подвижные игры	«Быстрее к своему флажку»	«Гуси-лебеди»(в/ч)	«Лиса в курятнике»	«У медведя во бору»	
Малоподвижные игры	игра «Назови одежду и обувь» (игры с мячом)	«Вокруг веревки»(в/ч)	«Летает, ползает, плавает» Д/и (в/ч)	«Два медведя»Сравни белого и бурого (в/ч)	
Создание условий для самостоятельной деятельности	«На параде». Ходьба в колонне по одному за ведущим	«Плаваем в бассейне»	«День кубика»	«Мой друг - мяч»	

Итоговое событие	«День флажка» Игротека.	«Музыкально-ритмическая гимнастика»	«Урожай собирай» развлечение	«Приглашаем поиграть» игротека	
-------------------------	----------------------------	-------------------------------------	---------------------------------	-----------------------------------	--

ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1неделя «Зима»	2неделя «Зима»	3неделя «зимние игры»	4неделя «Новый год»	
Задачи :способствовать умению владеть техникой выполнения дыхательных упражнений и самостоятельно их выполнять; умению задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдать технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявлять инициативу в оказании помощи взрослым и детям Работа с родителями: Консультация «Режим - залог нормального развития дошкольников». «Подвижные игры и упражнения с детьми на природе». «Закаляйся – если хочешь быть здоров!»					<u>Физическое развитие</u> <u>Социально-коммуникативное</u> <u>Познавательное:</u> <u>Музыка</u>
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному, уметь перестраиваться в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными врассыпную), по гимнастической скамейке, создать условия для ходьбы с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег врассыпную с нахождением своего места в колонне				
ОРУ	Без предметов	С малым мячом	С кубиками	С султанчиками	

Основные виды движений	1. Прыжки со скамейки (20см). 2. Прокатывание мячей между набивными мячами. 3. Прыжки со скамейки (25см). 4. Прокатывание мячей между предметами.	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу. 2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей	1. Ползание по наклонной доске на четвереньках, хват с боков (вверх, вниз). 2. Ходьба по скамейке, руки на поясе. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше.	1. Ходьба по гимнастич. скамейке (на середине сделать поворот кругом). 2. Перепрыг. через кубики на двух ногах. 3. Ходьба с перешагиван. через рейки лестницы высотой 25см от пола. 4. Перебрасывание мяча друг другу стоя в шеренгах (2 раза снизу).	<u>Речевое</u>
Подвижные игры	«Птички и птенчики»	«Птички в гнездышках»	«Снежинки-пушинки»	«Мороз красный нос»	
Малоподв. игры	«Золотые ворота» (в/ч)	«Варежка» Хак.игра (в/ч)	«Кто дальше бросит снежок»	«Елочка»	
Создание условий для самостоятельной деятельности	«Волшебные обручи»	«Скакалка- мой друг»	«В городки»	«Музыкально-ритмическая гимнастика»	
Итоговое событие	«Зимняя прогулка» Игротека.	«День снежка» развлечение	«В лес за елкой» Игротека.	«Два мороза» игротека	

ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия		2неделя «Зимние забавы»	3неделя «Зимние забавы»	4неделя «Всемирный день спасибо»	
задачи: способствовать умению передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умению ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; способствовать знаниям о понятии «дистанция» и уметь её соблюдать; владеть навыком самомассажа, умении рассказать о пользе ходьбы по ребристой поверхности босиком; умении выполнять танцевальные движения с учётом характера музыки, проявлять интерес к участию в музыкальных играх работа с родителями: Консультации: «Профилактика нарушение осанки».					<u>Физическое развитие</u> <u>Социально-коммуникативное</u> <u>Познавательное:</u>
Вводная часть	ходьба в колонне по одному, между предметами на носках, бега между предметами, в рассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; со сменой ведущего, с выполнением заданий				<u>Музыка</u>
ОРУ	С мячом	С веревкой	С обручем	Без предметов	<u>Речевое</u>
Основные виды движений	1. Отбивание мяча одной рукой о пол (4–5 раз), ловля двумя руками. 2. Прыжки на двух ногах (ноги врозь, ноги вместе) вдоль каната поточно. 3. Ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд.	1. Отбивание мяча о пол (10–12 раз) фронтально по подгруппам. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях (2–3 раза). 3. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – приседание, встать и пройти дальше, спрыгнуть.	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть. 2. Перешагивание через кубики. 3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 25см от пола).	

		слева и справа (2–3 раза)			
Подвижные игры	«Найди себе пару»	«Санный поезд»	«Зайка беленький сидит»	«Собери букет»	
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Ходьба по ребристой доске (босиком)	«Угадай кто позвал»	«Жили – были зайчики»	«Цветочек», (имитация «Как распускается цветочек»)	
Создание условий для самостоятельной деятельности	«Мой веселый мяч»	«Плаваем в бассейне»	«День кубика»	«Мой друг - мяч»	
Итоговое событие	«Зимушка-зима» Игры	«Музыкально-ритмическая гимнастика»	«Волшебный мешочек» Игры.	«Музыкально-ритмическая гимнастика»	

ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности	Интеграция
--	------------

Темы Этапы занятия	1-неделя	2неделя «День родного языка»	3неделя «День защитника Отечества»	4неделя «Масленица»	образовательных областей
	«День доброты»				<u>Физическое развитие</u>
Задачи : способствовать умению соблюдать правила безопасности во время ходьбы и бега с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры; умеет проявлять инициативу в подготовке и уборке места проведения занятий и игр; умению считаться с интересами товарищей и соблюдать правила подвижной или спортивной игры Работа с родителями: Консультация «Закаляйся – если хочешь быть здоров!»					<u>Социально-коммуникативное</u>
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий, на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег между мячами. Бег врассыпную с остановкой, перестроение в звенья				<u>Познавательное:</u>
ОРУ	Без предметов	С мячом	С гантелями	Без предметов	<u>Музыка</u>
Основные виды движений	1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 2. Прокатывание мяча между предметами.	1. Перебрасыв. мяча друг другу двумя руками из-за головы. 2. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой руками (5–6 раз).	1. Ползание по наклонной доске на четвереньках. 2. Ходьба с перешагиван. через набивные мячи, высоко поднимая колени.	1. Ходьба и бег по наклонной доске. 2. Игровое задание «Перепрыгни через ручеек». 3. Игровое задание «Пробеги по мостику».	<u>Речевое</u>
Подвижные игры	«Поход в музей»	«Кошка и мышки» Хак.игра (в/ч)	Эстафетная игра «Наша армия сильна»	«Догони блин»	
Малоподвижные игры	Ходьба в сочетании с прыжком на счёт «три»	«Кошечка крадется»	«Танки»	«Угадай!»	
Создание условий для самостоятель	«День воздушного шарика»	«День мяча»	«Волшебный обруч»	«Купи корову» (в/ч)	

ной деятельности					
Итоговое событие	«Если добрый ты» Игротека.	«В любом месте – веселее вместе!» развлечение	«На корабле» Развлечение	«Турнир богатырей» (в/ч)	

МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-неделя «Международный женский день8 марта»	2неделя«Знакомство с народной культурой и традициями	3неделя«Знакомство с народной культурой и традициями	4неделя «День театра»	
Задачи: способствовать умению соблюдать правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места; умению прокатывать мяч по заданию педагога: «далеко, близко, вперёд, назад», умению планировать последовательность действий и распределять роли в игре «Охотники и зайцы» Работа с родителями: Консультация «Подвижные игры и упражнения с детьми на природе». «Закаляйся – если хочешь быть здоров!»					<u>Физическое развитие</u> <u>Социально-коммуникативное</u> <u>Познавательное:</u>
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному; на носках, пятках, подскоком, врассыпную. Ходьба и бег парами «Лошадки» (по кругу); с выполнением заданий по сигналу; перестроение в колонну по три				<u>Музыка</u>
ОРУ	С обручем	С малым мячом	С флажками	С лентами	

Основные виды движений	1. Прыжки в длину с места (фронтально). 2. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы (расстояние до шнура 2м) и ловля после отскока (парами).	1. Прокатывание мяча между кеглями, поставленными в один ряд (1м). 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.	1. Лазание по наклонной лестнице, закрепленной за вторую рейку. 2. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки в стороны.	1. Ходьба и бег по наклонной доске. 2. Перешагивание через набивные мячи. 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком	<u>Речевое</u>
Подвижные игры	Эстафетная игра «Собери набор»	«Мы веселые ребята»	«Ручеек»	«Бег по дорожке»	
Малоподв. игрв	«Мама спит, она устала»	«Карусель» (в/ч)	«Летает не летает»(в/ч)	«По камушкам»	
Создание условий для самостоятельной деятельности	«Волшебные обручи»	«Скакалка- мой друг»	«В городки»	«Музыкально- ритмическая гимнастика»	
Итоговое событие	«Приглашаем поиграть» игротека	«В гостях у солнышка» развлечение	«Богатырские состязания»Хак.и. (в/ч)	«Репка» Игровая программа	

АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-неделя «День птиц»	2неделя День космонавтики	3неделя «Всемирный день здоровья»	4неделя «Почитание матери - Земли»	<u>Физическое развитие</u>
Задачи: Способствовать умению соблюдать правила безопасности во время метания мешочка и знать значение понятий «дальше, ближе»; умению соблюдать дистанцию при построении и движении на площадке и выполнять команды «направо, налево, кругом»; владеть техникой выполнения дыхательных упражнений; способствовать развитию умения выполнять упражнения ритмической гимнастики под счёт и определённое количество раз Работа с родителями: Консультация «Подвижные игры и упражнения с детьми на природе».					<u>Социально-коммуникативное</u>
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки; врассыпную, с изменением направления; с остановкой по сигналу с заданием; с перестроением в три звена, перестроением в пары; врассыпную между предметами, не задевая их				<u>Познавательное:</u>
ОРУ	Без предметов	С мячом	С косичкой	Без предметов	<u>Музыка</u>
Основные виды движений	1. Прыжки в длину с места (фронтально). 2. Бросание мешочков в горизонтальную цель (3–4 раза) поточно.	1. Метание мешочков на дальность. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях.	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 3. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, на	1. Ходьба по наклонной доске (ширина 15см, высота 35см). 2. Прыжки в длину с места. 3. Перебрасывание мячей друг другу.	<u>Речевое</u>

			середине – присесть, встать, пройти		
Подвижные игры	«Совушка»	«Найди свой цвет»	«Зайка серый умывается»	«Прыжки на травке»	
Малоподвиж- ные игры	«Журавли летят». Ходьба в колонне по одному на носках	«Бирюльки» (в/ч)	«Будем здоровыми»	«Что растет в родном краю »(в/ч)	
Создание условий для самостоятель ной деятельности	«День воздушного шарика»	«День мяча»	«Волшебный обруч»	«Купи корову» (в/ч)	
Итоговое событие	«Птички-невелички» развлечение	«Ракетодром» игротека	«День здоровья» Игротека	Эстафеты с обручем	

МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия		2неделя«День Победы»	3неделя «Международный день семьи»	4неделя«Лето»	
					<u>Физическое развитие</u>

Задачи : способствовать развитию навыков лазания по гимнастической стенке, соблюдения правила безопасности при спуске; уметь метать предметы разными способами правой и левой рукой; владеть навыком самостоятельного счёта (до 5) прыжков через скамейку; через скакалку; планировать действия команды в игре «Удочка», соблюдать правила игры и уметь договариваться с товарищами по команде					<u>Социально-коммуникативное</u>
Работа с родителями:					
Вводная часть	Ходьба и бег со сменой ведущего; между предметами; с высоко поднятыми коленями; в полу-приседе; бег «Лошадка»				<u>Познавательное:</u>
ОРУ	С кубиками	С обручем	С гимнастической палкой	Без предметов	<u>Музыка</u>
Основные виды движений	1. Прыжки через скакалку на двух ногах на месте. 2. Перебрасывание мяча двумя руками снизу в шеренгах (2–3 м).	1. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой. 2. Ползание на животе по гимнастической скамейке, хват с боков.	1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой, на середине присесть и пройти дальше. 2. Прыжки на двух ногах между предметами.	1. Прыжки на двух ногах через шнуры. 2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.	<u>Речевое</u>
Подвижные игры	«Карусель» (в/ч)	«Собери букет»	«Лягушки»	«Прыжки на травке»	
Малоподвижные игры	«Поясок» Хак.игра (в/ч)	Дыхательное упражнение «Одуванчик»	«Угадай, где спрятано»	«Прилетели птицы» Д/и (в/ч)	
Создание условий для самостоятельной деятельности	«День флажка»	«День мяча»	«Музыкально-ритмическая гимнастика»	«Догони » Игры с ловишками	

Итоговое событие	«Музыкально-ритмическая гимнастика»	«Мы хотим Родине служить» игротека	«Дружная семейка» игротека	«Веселые старты» Праздник.	
-----------------------------	--	--	-------------------------------	-------------------------------	--

ПРИМЕРНОЕ

КОМПЛЕКСНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

СТАРШАЯ ГРУППА

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

СЕНТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-неделя «Здравствуй детский сад!»	2неделя «Осень»	3неделя«День красоты»	4неделя«День воспитателя и дошкольного работника»	
Задачи: упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, для умения сохранять равновесие на повышенной опоре, ходьба по скамейке прямо с мешочком на голове; правильно выполнять все виды основных движений; прыжков на 2х ногах из обруча в обруч, перебрасывать мяч друг другу.: 2мя руками снизу, из-за головы 3м.; самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности сверстников, в том числе п/и, уверенно анализируют их Работа с родителями: <i>Индивидуальные консультации по запросам родителей</i>					<u>Физическое развитие</u>
					<u>Социально-коммуникативное</u>
					<u>Познавательное:</u>
					<u>Музыка</u>
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, на носках, пятках, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, врассыпную с высоким подниманием коленей, бег до 1 мин перестроение в три звена				

ОРУ	Без предметов	Без предметов	С мячом	С гимнастической палкой	
Основные виды движений	1. Ходьба с перешагиванием через кубики, через мячи. 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, змейкой между предметами. 3. 3.Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, после удара мяча об пол подбрасывать вверх двумя руками (не прижимая к груди).	1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета». 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка 3. Ползание на четвереньках по гимн. скамейке на ладонях и коленях, на предплечьях и коленях.	1. Подлезание в обруч в группировке, боком, прямо 2. Перешагивание через бруску с мешочком на голове 3. Ходьба с мешочком на голове.	1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе. 3. Ходьба по скамейке (высота – 15см), перешагивая через кубики, руки на поясе.	
Подвижные игры	Хак.и.«Медведь и пень»(в/ч)	«Удочка»	«Мы веселые ребята»	«Ловишки с ленточками»	
Малоподвижные игры	«Тише едешь – дальше будешь»	«Гуси идут домой» Спокойная ходьба в колонне по одному	«Кто где живет»Д/и (в/ч)	«Подойди не слышно»	
Создание условий для самостоятельной деятельности	Игра в «Городки»	Игра с обручами	Игры с мячом	Создать условия для музыкально-ритмической гимнастики	
Итоговое событие	«В любом месте веселее вместе» игротека.	«Волшебные обручи» Игротека.	«Поход в осенний лес» игры.(в/ч)	«Если с другом вышел в путь» Развлечение	

ОКТАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-неделя «Я и моя семья»	2неделя «Всемирный день животных»	3неделя «Мой дом -мое село»	4неделя «Неделя здоровья»	<u>Физическое развитие</u>
Задачи: способствовать умению владеть соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи выполнять гигиенические и закаливающие процедуры; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдать порядок в своем шкафу); проявлять активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражать положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений .ритмической гимнастики под музыку. Работа с родителями: Консультации: «Мы со спортом дружить хотим»; «Профилактика нарушение осанки».					<u>Социально-коммуникативное</u>
					<u>Познавательное:</u>
					<u>Музыка</u>
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.				
ОРУ	Без предметов	С гимнастической палкой	С малым мячом	С обручем	
Основные виды движений	1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги.. 2. Переползание через препятствие	1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики. 2. Прыжки на двух ногах ч/з шнуры, прямо, боком 3 Броски мяча двумя руками	1. Пролезание через три обруча (прямо, боком). 2 Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком..	1.Ходьба по скамейке на носках в руках веревочка 2..Прыжки через предметы, чередуя на двух ногах, на одной ноге, продвигаясь вперед 3.Перебрасывание мяча	

	3Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой.	от груди, передача друг другу из-за головы.	3. Перелезание с преодолением препятствия.	друг другу, сидя по-турецки	
Подвижные игры	«Перелет птиц»	«Зайцы в огороде»	«Гуси-гуси»	«Мы – весёлые ребята»,	
Малоподвижные игры	Упражнение «Кто перепрыгнет ручеек в самом широком месте»	Хак.и.«Попади в цель (в/ч)»	«Вершки и корешки»	«Летает-не летает».	
Создание условий для самостоятельной деятельности	музыкально-ритмическая гимнастика	«С веревкой» Хак.игра (в/ч)	музыкально-ритмическая гимнастика	«В городки»	
Итоговое событие	«Папа, мама и я - спортивная семья» Развлечение.	«Гуси-лебеди» игра(в/ч)	«Найди домик»игра	Спортивно-игровая программа «Вместе весело шагать»	

НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-неделя «День народного единства»	2неделя «День работника С/Х»	3неделя «День работника сельского хозяйства»	4неделя «День матери	
					<u>Физическое развитие</u>

Задачи: способствовать развитию умения владеть техникой выполнения дыхательных упражнений и самостоятельно их выполнять ; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдать технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявлять инициативу в оказании помощи взрослым и детям					<u>Социально-коммуникативное</u>
Работа с родителями: Консультации: «Как устроить спортивный уголок в квартире»					
<u>Познавательное:</u>					
<u>Музыка</u>					
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал				
ОРУ	С малым мячом	Без предмета	С мячом большого диаметра	На гимнастической скамейке	
Основные виды движений	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягивание двумя руками 2.Ведение мяча с продвижением вперед 3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч	1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета» 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, предплечьях и коленях	1. Подлезание под шнур боком, прямо не касаясь руками пола 2. Ходьба с мешочком на голове по гимнастической скамейке, руки на поясе 3. Прыжки с места на мат, прыжки на правой и левой ноге между предметами	1.Ходьба по гимн.скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками 2.Спрыгивание со скамейки на мат. 3.Ползание до флажка прокатывая мяч впереди себя	
Подвижные игры	«Не оставайся на полу»	«Круговая лапта»	«Платочек»	«Эстафета парами»	
Малоподвижные игры	«С какой ветки детка?» Д/и (в/ч)	«Пропавшие ручки»	«Найди, где спрятано»	«Летает-не летает» Викторина (в/ч).	

Создание условий для самостоят. деятельности	«Волшебные обручи» игры	музыкально-ритмическая гимнастики	«Мы дружим с обручами»	музыкально-ритмическая гимнастики	
Итоговое событие	«День мяча»Игры с мячом.	«Палочка-помогалочка» развлечение	«Урожай убирай» Игры.	«День скакалки» Игры.	

ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-неделя «Зима»	2неделя«Зима»	3неделя «Новогодний праздник»	4неделя «Новогодний праздник»	
Задачи: упражнять в умении задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдать технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявлять инициативу в оказании помощи взрослым и детям Работа с родителями: <i>Индивидуальные консультации «Семь родительских заблуждений о морозной погоде»</i>					<u>Физическое развитие</u>
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом в другую сторону, ходьба в полуприседе, широким шагом, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасывании ног назад. Дыхательные упражнения				<u>Социально-коммуникативное</u>
ОРУ	С обручем	С флажками	Без предметов	Без предметов	<u>Познавательное:</u>
Основные виды движений	1. Прыжки со скамейки (20см) на мат 2. Ходьба по наклонной доске, закрепленной на гимнастической стенке 3. Перешагивание через	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя	1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом(вверх, вниз). 2. Метание мешочков вдаль.	1.Ходьба по гимн.скамейке с перекатом мяча по талии 2. Прыжки с разбега на мат 3. Метание вдаль	<u>Музыка</u>

	бруски, справа и слева от него	руками. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей	3. Ходьба по гимнастической скамейке		
Подвижные игры	«Мороз Красный нос»	Хак.и. «Юрта»(в/ч)	«Ключи»	«Два Мороза»	
Малоподвижные игры	Ходьба «Конькобежцы»	«Береги мебель»	«Назови предметы» (назвать мелкий физкультурный домашний инвентарь)	Игровое упражнение «Снежная королева»	
Создание условий для самостоятельной деятельности	«Варежка» хак. и. (в/ч)	«Где спрятался цыпленок» Игры из «Волшебной шкатулки.(в/ч)»	«Снежный ком» (игры с мячом)	Ходьба в колонне по одному за снеговиком	
Итоговое событие	«Прогулка в зимний лес» Игры.	«День снежка» Развлечение	«Мы – веселые ребята» Игротека.	«Волшебный сундучок» игры	

ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	2неделя «Зимние забавы»	3неделя«Зимние забавы»	4неделя «Всемирный день спасибо!»	
Задачи: способствовать умению передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умению ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега; владеть соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обручи, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезть с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполнять гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упр. и игр; аккуратно				<u>Физическое развитие</u>
				<u>Социально-</u>

одеваться и раздеваться; соблюдать порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и,.; выполнять танцевальные движения с учётом характера музыки, проявлению интереса к участию в музыкальных играх					<u>коммуникативное</u> <u>Познавательное:</u> <u>Музыка</u>
Работа с родителями: : Консультации: «Подвижные игры для детей на воздухе»;					
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, врассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; по кругу держась за шнур, с выполнением заданий, челночный бег				
ОРУ	С кубиками	Со шнуром	На гимнастической скамейке	С обручем	
Основные виды движений	1.Ходьба по наклонной доске(40см). 2. Прыжки на правой и левой ногах между кубиками. 3. Попади в обруч (правой и левой)	1. Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове. 2. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед – ноги на вису 3. Прыжки в длину с места	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени, по гимнастической скамейке, на середине – приседание, встать и пройти дальше, прыгнуть.	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, прыгнуть, с перешагиванием через рейки 2. Пролезание в обруч правым и левым боком	
Подвижные игры	«Ловишка с мячом»	«Мышеловка»	«Совушка»	«Звериная зарядка»	
Малоподвижные игры	«Летает не летает» (в/ч)	«Зимушка-зима».	Игровое упражнение «Веселые воробышки»	«Почта»	
Создание условий для самостоятельной	«День скакалки»	День мяча	«Веселые воробышки»	музыкально-ритмическая гимнастика	

деятельности					
Итоговое событие	«Ловишка с мячом» Игротека.	«Мышеловка» Игры.	«День снежка» развлечение	«Мы - спортсмены» Игротека.	

ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-неделя «День доброты»	2неделя «День здоровья»	3неделя«День защитника Отечества»	4неделя«Масленица»	<u>Физическое развитие</u>
Задачи: способствовать умению передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умению ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега; владеть соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обручи, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезть с преодолением препятствия) Работа с родителями: : Консультации: «Подвижные игры для детей на воздухе»;					<u>Социально-коммуникативное</u>
Вводная часть	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком(правое-левое плечо вперед) , перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий				<u>Познавательное:</u>
ОРУ	С гимнастической палкой	С большим мячом	На гимнастической скамейке	Без предметов	<u>Музыка</u>
Основные виды движений	1. Ходьба по скамейке раскладывая и собирая мелкие кубики 2. Прыжки через скакалку (неподвижную). 3. Прокатывание мяча	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прыжки через бруски правым боком 3.Ходьба по гимнастической стенке	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его	

	между кеглями	руками, хват с боков. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине.	спиной к ней	двумя руками. 3. Прыжки через скамейку	
Подвижные игры	«Автомобили»	«Охотники и зайцы»	«У солдат порядок строгий»	Хак.и.«Волк во рву»(в/ч)	
Малоподвижные игры	«Поезд»	«Четыре стихии».	Игровое упражнение: «Снайперы»	«Светофор»	
Создание условий для самостоятельной деятельности	«В городки»	Волшебные обручи	Игры с веревкой	Игры по желанию	
Итоговое событие	«Ты мой друг и я твой друг» Игротека.	«Веселые мышата» Игры	«Кто такой богатырь?» Развлечение(в/ч)	Молодецкие игры» Развлечение	

МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-неделя «Международный женский день8 марта»	2неделя«Знакомство с народной культурой и традициями»	3неделя «Знакомство с народной культурой и традициями»	4неделя«День театра»	
					<u>Физическое развитие</u>

Итоговое событие	«Приглашаем поиграть» игротека	«Карусель»(в/ч)	«Кошка и мышки»хак.игра(в/ч)	«Репка» Игровая программа	
------------------	-----------------------------------	-----------------	------------------------------	------------------------------	--

АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-неделя «День птиц»	2неделя День космонавтики	3неделя «Всемирный день здоровья»	4неделя «Почитание матери - Земли»	<u>Физическое развитие</u>
Задачи: Создать условия для бега, сохраняя равновесие, изменять направление, темп бега в соответствии с указаниями, для катания мяча в заданном направлении, бросании мяча двумя руками, способствовать проявлению положительных эмоции при физической активности, откликаться на эмоции близких людей и друзей, делать попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь Работа с родителями: Папка – передвижка «Будем здоровы!» Способствовать укреплению физического здоровья дошкольников в семье, обогащению совместного с детьми физкультурного отдыха, способствовать развитию у детей умений безопасного поведения дома, на улице, в лесу, у водоема.					<u>Социально-коммуникативное</u>
Вводная часть Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево					<u>Познавательное:</u>
ОРУ С гимнастической палкой С короткой скакалкой С малым мячом Без предметов					<u>Музыка</u>

Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом накругом и передачей мяча перед собой на каждый шаг 2. Прыжки из обруча в обруч. 3. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой	1. Ходьба по ограниченной опоре с перебрасыванием малого мяча перед собой 2. Пролезание в обруч боком 3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями	1. Ходьба по скамейке спиной вперед 2. Прыжки через скакалку 3. Метание вдаль набивного мяча	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками. 3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет	
Подвижные игры	«Медведь и пень» Хак. игра (в/ч)	«Полет»	Эстафета «Картошка в ложке»	«Ловишка с ленточками	
Малоподвижные игры	Забавное упражнение «Березка»	«Кто на чем полетит»	Дыхательное упражнение «Буря в стакане»	Народная игра «12 палочек»	
Самостоятельная деятельность детей	Ходьба по залу, игры с обручами	Игры с - кубиками	Игры со скакалкой	Игры с мячами	
Итоговое событие	«Прилетели птицы» игротека	«Карусель» (в/ч)	«Быстрые и меткие» Эстафеты. (в/ч)	«Репка» Игровая программа	

МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия		2неделя«Праздник Победы	3неделя «Международный день семьи»	4неделя«Лето»	
Задачи: упражнять в умении бегать, сохраняя равновесие и изменяя направление и темп бега в соответствии с указаниями, способствовать умению ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, катать мяч в заданном направлении, бросать его двумя руками, ударять об пол, бросать его вверх и ловить, поощрять в самостоятельной двигательной деятельности за доброжелательность, доброту, дружелюбие по отношению к окружающим • Работа с родителями:<i>*Информация о играх на воздухе..</i>					<u>Физическое развитие</u> <u>Социально-коммуникативное</u> <u>Познавательное:</u>
Вводная часть	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед				<u>Музыка</u>
ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячом	С обручем	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание набивного мяча.	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы.	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прыжки через бруски.	1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед 4.Лазание по гимнастической стенке	
Подвижные игры	«Разведчики»(в/ч)	«Парашют» (с бегом)	«Медведь и пень» Хак.игра (в/ч)	Эстафета «Дружба»	

Малоподвижные игры	Игровое упражнение «Меткие стрелки»	«Море волнуется»	Игровое упражнение «Муравьи»	«Найди и промолчи»	
Самостоятельная деятельность детей	Обеспечение спортивным оборудованием для игр в городки	«Ходьба по залу »	«Игры с мячами»	«Плаваем в бассейне»	
Итоговое событие	«Мы - солдаты» Ходьба Марш.	«Кто где живет?» (в/ч) Игротека.	«В гостях у солнышка» Игротека	«Здравствуй лето!» Праздник	

ПРИМЕРНОЕ

КОМПЛЕКСНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

СЕНТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1неделя «Здравствуй детский сад!»	2неделя «Осень»	3неделя «День красоты»	4неделя «День воспитателя и дошкольного работника»	
Задачи: Создать условия для ходьбы и бега в колонне по одному с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, для умения сохранять равновесие на повышенной опоре, ходьба по скамейке прямо с мешочком на голове; правильно выполнять все виды основных движений; прыжков на 2х ногах из обруча в обруч, перебрасывать мяч друг другу.: 2мя руками снизу, из-за головы 3м.; самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности сверстников, в том числе п/и, уверенно анализируют их Работа с родителями: Индивидуальные консультации по запросам родителей					<u>Социально-коммуникативное</u> <u>Речевое</u> <u>Познавательное:</u>

Вводная часть	Построение в колонну по одному, расчет на первый второй, перестроение из одной в две колонны, ходьба на носках, пятках, с разным положением рук, бег в колонне, на носках, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасыванием их назад, челночный бег, с высоким подниманием колен.				
ОРУ	б/п	На гимнастических скамейках	С осенними листочками	С обручем	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием (боком приставным шагом). 2. Прыжки с места на мат(через набивные мячи) 3.Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, (из-за головы) 4. Ползание на животе по гимнастической скамейке	1.Прыжки с поворотом «кругом» , доставанием до предмета. 2. Метание в горизонтальную цель, в вертикальную цель 3.Пролезание в обруч различными способами, пол шнур 4. Ходьба по гимнастической скамейке с перекатыванием перед собой мяча двумя руками, с мешочком на голове	1. Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа 2. Перебрасывание мяча через сетку 3. Ходьба по гимнастической скамейке, с приседанием на одной ноге другой махом вперед, сбоку скамейки 4. Прыжки через скакалку с вращением перед собой.	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе с подтягиванием руками 2.Ходьба по наклонной доске и спуск по гимнастической стенке 3.Прыжки с места вдалеку 4. Перебрасывание мяча из одной руки в другую	
Подвижные игры	Хак.и.«Медведь и пень»(в/ч)	«Перемени предмет»	«Догони свою пару»	«Горелки»	
Малоподвижные игры	«Найди и отгадай» Д/и	«Дует, дует ветерок» Ходьба с выполнением заданий дыхательные упражнения	Ходьба с выполнением дыхательной гимнастики «Когда это бывает?» Д/и (в/ч)	«Дерево, кустик, травка»	

Создание условий для самостоятельной деятельности	Игры в «Городки»	Игры с обручами	Игры с мячом	музыкально-ритмическая гимнастика	
Итоговое событие	«В любом месте веселее вместе» игротека.	«Волшебные обручи» Игротека.	«Поход в осенний лес» игры на воздухе	«Если с другом вышел в путь» Развлечение	

ОКТАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1неделя «Я и моя семья»	2неделя «Всемирный день животных»	3неделя «Мой дом -мое село»	4неделя «Неделя здоровья»	
Задачи: способствовать умению владеть соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи выполнять гигиенические и закаливающие процедуры; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдать порядок в своем шкафу); проявлять активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражать положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений .ритмической гимнастики под музыку. Работа с родителями: Консультации: «Мы со спортом дружить хотим»; «Профилактика нарушение осанки».					<u>Физическое развитие</u> <u>Социально-коммуникативное</u> <u>Познавательное:</u> <u>Музыка</u>
Вводная часть	Ходьба и перестроение в колонну по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруску; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на				

	внешних сторонах стопы.				
ОРУ	С малым мячом	Без предметов	С веревочкой	С султанчиками(под музыку)	
Основные виды движений	1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги.. 2. Ходьба по скамейке с высоким подниманием прямой ноги и хлопок под ней 3. Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой.	1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики. 2. Прыжки на двух ногах с мешочком зажатым между ног 3. Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы.	1. Пролезание через три обруча (прямо, боком). 2. Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком.. 3. Перелезание с преодолением препятствия.	1. Ходьба по узкой скамейке 2. Прыжки через веревочку на одной ноге, продвигаясь вперед 3. Перебрасывание мяча друг другу на ходу	
Подвижные игры	«Удочка»	«Жмурки»	Эстафета «Сбор урожая»	«Перелет птиц»	
Малоподвижные игры	«Рассели животных»(в/ч)	«Затейники»	«Съедобное – не съедобное»(в/ч)	«Летает не летает»(в/ч)	
Создание условий для самостоятельной деятельности	музыкально-ритмическая гимнастика	игра «С веревкой» Хак. игра (в/ч)	«Собери шишки» (в/ч)	игры «В городки»	

Итоговое событие	«Папа, мама и я - спортивная семья» Развлечение.	«Гуси-лебеди» игротека	«Найди домик» эстафеты.	Спортивно-игровая программа «Вместе весело шагать»	
-------------------------	---	------------------------	-------------------------	--	--

НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					<u>Физическое развитие</u> <u>Социально-коммуникативное</u> <u>Познавательное</u> <u>Музыка</u>
Темы Этапы занятия	1-неделя «День народного единства»	2неделя «День здоровья»	3неделя «День работника С/х»	4неделя «День матери»	
Задачи: способствовать развитию умения владеть техникой выполнения дыхательных упражнений и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям					
Работа с родителями: Консультации «Подвижные игры для детей на воздухе»; «Профилактика нарушение осанки».					
Вводная часть	Ходьба и построение в колонну , перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени. Дыхательные упражнения				
ОРУ	Без предметов	С мячом	С обручами	С султанчиками под музыку	
Основные виды движений	1. Прыжки из глубокого приседа 2. Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе,	1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом(вверх, вниз). 2. Метание мешочков	1.Ходьба по гимн скамейке с отбиванием мяча о пол 2. Прыжки с разбега на мат	

	3.Метание набивного мяча вдаль 4.Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед	подтягиваясь двумя руками. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей	вдаль правой и левой рукой. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше.	3. Метание в цель 4.Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь(кошечка) и с мешочком на спине	
Подвижные игры	«Мороз красный нос»	«Охотники и зайцы»	«Уголки»	«Я люблю играть с мячом»	
Малоподвижные игры	«Птичья семья» (в/ч)	«Звериная зарядка»	«Летает, ползает, плавает» (в/ч)	Игровое упражнение «Снежная королева»	
Создание условий для самостоят. деятельности	«Волшебные обручи» игры	музыкально-ритмическая гимнастика	«Мы дружим с обручами»	музыкально-ритмическая гимнастика	
Итоговое событие	«День Флажка» Игры с флажками.	«Палочка-помогалочка» развлечение	«Урожай убирай» Игры.	«День скакалки» Игротека.	

ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					<u>Физическое развитие</u>
Темы Этапы занятия	1-неделя «Зима»	2неделя «Зима»	3неделя «Зимние игры»	4неделя «Новый год»	<u>Социально-</u>

Задачи: создать условия для владения техникой выполнения дыхательных упражнений и самостоятельно их выполняет; умения задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдать технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявлять инициативу в оказании помощи взрослым и детям

Работа с родителями: Консультация «Как одеть ребенка зимой для участия в подвижных играх»

коммуникативное

Познавательное

Вводная часть Ходьба и построения в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени. Дыхательные упражнения

Музыка

ОРУ	Без предметов	С мячом	С обручами	С султанчиками под музыку
Основные виды движений	1. Прыжки из глубокого приседа 2. Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием 3. Метание набивного мяча вдаль 4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей	1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом (вверх, вниз). 2. Метание мешочков вдаль правой и левой рукой. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше.	1. Ходьба по гимнастической скамейке с отбиванием мяча о пол 2. Прыжки с разбега на мат 3. Метание в цель
Подвижные игры	«Мороз красный нос»	«Охотники и зайцы»	«Уголки»	«Два мороза»
Малоподвижные игры	Ходьба «Конькобежцы»	«Звериная зарядка»	«Береги мебель»	Игровое упражнение «Снежная королева»
Создание условий для самостоятельной	«Варежка» хак. и. (в/ч)	«Где спрятался цыпленок» игра	«Снежный ком» (игры с мячом)	Ходьба в колонне по одному за снеговиком

деятельности				
Итоговое событие	«Прогулка в зимний лес» Игры на воздухе.	Развлечение«День снежка»	«Мы – веселые ребята» Игротека.	«Волшебный сундучок» Игры(в/ч)

ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия		2неделя «Зимние забавы»	3неделя «Зимние забавы»	4неделя «Всемирный день спасибо»	<u>Физическое развитие</u>
Задачи: способствовать умению передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умению ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега; владеть соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обручи, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезть с преодолением препятствия); одеваться и раздеваться; проявляет активность при участии в п/и,.; выполнять танцевальные движения с учётом характера музыки, проявлению интереса к участию в музыкальных играх Работа с родителями: : Консультации: «Подвижные игры для детей на воздухе»					<u>Социально-коммуникативное</u>
					<u>Познавательное:</u>
Вводная часть	Ходьба и построение в колонну , перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени с выполнением заданий, челночный бег				<u>Музыка</u>
ОРУ	С палкой	С мячом	б/п	Со скакалкой	
Основные виды движений	1.Ходьба по наклонной доске(40см). 2. Прыжки в длину с места 3. Метание в обруч из положения стоя на коленях (правой и левой)	1. Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове. 2. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед – ноги на вису 3. Прыжки через веревочку (две ноги с боку – одна в	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по узенькой рейке прямо и боком 3. Прыжки в высоту с места «Достань до	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть, с перешагиванием через	<u>Речевое</u>

	4. Ходьба по гимнастической скамейке с перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую	середине) 4. Ведение мяча на ходу (баскетбольный вариант)	предмета» 4. Перебрасывание мяча снизу друг другу	рейки 2. Прыжки в длину с места. 3. Метание мяча в вертикальную цель	
Подвижные игры	«Ловишка с мячом»	«Догони свою пару»	«Ловля обезьян»	«Ловля обезьян»»	
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	«Найди различия» (белого и бурого медведя) (в/ч)	«Кто где живет» Д/и (в/ч).	«У жирафов»	
Создание условий для самостоятельной деятельности	«Ножки отдыхают». Массаж стоп	«Зимушка-зима».	Игровое упражнение «Веселые воробышки»	Обеспечение условий для музыкально-ритмической гимнастики	
Итоговое событие	«Ловишка с мячом» Игра.	«Мышеловка» Игра.	«День снежка» развлечение	«Мы - спортсмены» Игротека.	

ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1 неделя «День доброты»	2 неделя «День здоровья»	3 неделя «День защитника Отечества»	4 неделя «Масленица»	

Задачи : Создать условия для соблюдения правил безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеть техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; уметь соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры Работа с родителями: <i>Индивидуальные консультации по запросам родителей на тему: «Как обустроить спортивный уголок дома»</i>					<u>Физическое развитие</u>
					<u>Социально-коммуникативное</u>
Вводная часть	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком(правое-левое плечо вперед) , перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий				
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С палками парами	С султанчиками под музыку	<u>Познавательное:</u>
Основные виды движений	1. Ходьба по скамейке боком приставным шагом 2. Прыжки в длину с разбега 3. Отбивание мяча правой и левой руой 4. Ползание по пластунски до обозначенного места	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Лазание по гимнастической стенке с использованием перекрестного движения рук и ног 4. Прыжки в высоту	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прыжки через бруски правым боком 3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо 4 Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней 5. Перебрасывание набивных мячей	1. Ходьба по гимнастич скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении 3. Прыжки через скамейку	<u>Музыка</u> <u>Речевое</u>
Подвижные игры	«Ключи»	«Удочка»	«У солдат порядок строгий»	«Цветные автомобили»	
Малоподвижные игры	«Спрос-переспрос»(в/ч)	«Море волнуется»	Игровое упражнение: «Снайперы»	«Светофор»	
Создание условий для самостоятельной	Игра «В городки»	«В камешки» (в/ч)	«Переправа» Игры с веревкой	«Мы -пилоты» игра	

деятельности					
Итоговое событие	«Ты мой друг и я твой друг» Игротека.	«Веселые мышата» Игротека	«Кто такой богатырь?» Эстафеты.(в/ч)	«Молодецкие игры» Развлечение(в/ч)	

МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1неделя«Международный женский день8 марта»	2неделя«Знакомство с народной культурой и традициями	3неделя «Знакомство с народной культурой и традициями	4неделя«День театра»	<u>Физическое развитие</u> <u>Социально-коммуникативное</u> <u>Познавательное:</u> <u>Музыка</u> <u>Речевое</u>
Задачи: Способствовать умению ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить двумя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами, обращается по имени и отчеству. • Работа с родителями: Беседа с родителями на Тему: «Одежда детей для игровой деятельности в спортивном зале»					
Вводная часть	Ходьба и перестроения в колонну по одному и по 2, ходьба и бег врасыпную, бег до 2 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы				
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С обручем	Б/п	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги и хлопка под ней 2. Метание в цель из разных исходных	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой 2. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы. 3. Ползание на спине по	1. Ходьба по узкой поверхности боком, с хлопками над головой 2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с хлопками за спиной 2 Прыжки со	

	положений 3. Прыжки из обруча в обруч 4. Подлезание в обруч разными способами	гимнастической скамейке 4. Прыжки на одной ноге через шнур	3. Ползание по скамейке по-медвежьи 4. Прыжки через шнур две ноги в середине одна.	скамейки на мат 3. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом	
Подвижные игры	Эстафета «Собери цветы»	«Собери ручейки в речку»	«Гуси-лебеди»(в/ч)	«Медведь и дети»	
Малоподвижные игры	«Летает не летает»(в/ч)	«Море волнуется»	«Что лишнее?» (в/ч)	«Кошка и мышки» хак.игра(в/ч)	
Самостоятельная деятельность детей	Ходьба по залу, игры с обручами	Игра «В городки»	Игры со скакалкой	Игры с мячами	
Итоговое событие	«Приглашаем поиграть» игротека	«Карусель» Эстафеты с лентами	«Как зовут тебя деревце?»Игротека. (в/ч)	«Репка» Игровая программа	

АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-неделя «День птиц»	2неделя День космонавтики	3неделя «Всемирный день здоровья»	4неделя «Почитание матери - Земли»	
					<u>Здоровье:</u>

Задачи: Создать условия для РАЗВИТИЯ умения бегать, сохраняя равновесие, изменять направление, темп бега в соответствии с указаниями, для катания мяча в заданном направлении, бросании мяча двумя руками, способствовать проявлению положительных эмоции при физической активности, откликаться на эмоции близких людей и друзей, делать попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь					<u>Физическое развитие</u>	
Работа с родителями: Папка – передвижка на тему: «Будем здоровы!» Способствовать укреплению физического здоровья дошкольников в семье, обогащению совместного с детьми физкультурного отдыха, способствовать развитию у детей умений безопасного поведения дома, на улице, в лесу, у водоема.						<u>Социально-коммуникативное</u>
						<u>Познавательное:</u>
Вводная часть	Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево				<u>Музыка</u>	
ОРУ	Без предметов	С обручем	С кольцом	С мешочками	<u>Речевое</u>	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой на каждый шаг и за спиной 2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура 3. Переброска мячей в шеренгах 4. Вис на гимнастической стенке	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове 2. Пролезаниев обруч боком 3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями 4. Прыжки через короткую скакалку	1. Ходьба по скамейке спиной вперед 2. Прыжки в длину с разбега 3. Метание вдаль набивного мяча 4.Прокатывание обручей друг другу	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе через предметы 2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками. 3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет		
Подвижные игры	«Кошка и мышки»хак.игра(в/ч)	«Удочка»	«Мышеловка»	«Ловишка с ленточками»		
Малоподвижные игры	«Стоп»	«Рассели животных (в/ч)»	«Парашют»	«Кто ушел»		

Самостоятельная деятельность детей	Ходьба по залу, игры с обручами	«Веселая скакалка»	Игры со скакалкой	Игры с мячами	
Итоговое событие	«Приглашаем поиграть» игротека	«Карусель» Эстафеты.	«Дети леса»Развлечение(в/ч)	«Репка» Игровая программа	

МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия		2неделя«День Победы»	3неделя«Международный день семьи»	4неделя«Лето»	
	Задачи: Способствовать умению бегать, сохраняя равновесие и изменяя направление и темп бега в соответствии с указаниями, способствовать умению ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, катать мяч в заданном направлении, бросать его двумя руками, ударять об пол, бросать его вверх и ловить, поощрять в самостоятельной двигательной деятельности за доброжелательность, доброту, дружелюбие по отношению к окружающим				
	Работа с родителями: <i>*Информация о играх на воздухе..</i>				
Вводная часть	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед				
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С палками	С обручами под музыку	

Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание набивного мяча. 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы. 4. Прыжки на одной ноге через скакалку	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прыжки через бруски. 4. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию	1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед 4. Лазание по гимнастической стенке	<u>Музыка</u> <u>Речевое</u>
Подвижные игры	«Разведчики»	«Парашют» (с бегом)	«Летает не летает»!(в/ч)	«Охотник и звери»	
Малоподвижные игры	Игровое упражнение «Меткие стрелки»	«Кто где живет»(в/ч)	Ходьба в колонне по одному	«Найди и промолчи»	
Самостоятельность детей	В городки	«Ходьба по залу с мячами	«Игры с мячами»	«Плаваем в бассейне»	
Итоговое событие	«Мы - солдаты» Ходьба -марш.		«В гостях у солнышка» Игротека	«Здравствуй лето!» Праздник	

3.Организационный раздел.

3.1 Особенности организации предметно – развивающей среды.

Пространственная среда физкультурного зала стимулировать физическую активность ребенка, желание двигаться, побуждать к подвижным играм. Это те условия, в которых протекает его жизнь в дошкольном учреждении. В спортивном зале нашего детского сада есть необходимые условия для того , чтобы дети могли двигаться, выполнять игровые и спортивные упражнения и заниматься самостоятельной игровой деятельностью.

Особое значение в воспитании здорового ребенка придается развитию движений и физической культуры детей на физкультурных занятиях. Поэтому необходимо использовать разнообразные варианты проведения физических занятий: традиционные занятия, занятия-соревнования, занятия с играми разной подвижности, занятия с элементами танцевальных движений, занятия серии «здоровье», где детям прививаются навыки по уходу за собой и оказанию первой помощи. Но нельзя лишать ребенка естественной активности, загоняя ее лишь в рамки специальных физкультурных занятий. Необходимо развивать двигательную активность детей на прогулке, в играх используя возможности оборудования на участке детского сада и во всех других видах детской деятельности.

Для занятий физической культурой в ДОО функционирует спортивный зал. Зал оснащен инвентарем и оборудованием для физической активности детей - гимнастические лестницы, массажные коврики, мячи, атрибуты к подвижным и спортивным играм.

- Скамейки – 2 шт.
- Гимнастические стенки – 2 шт.
- Мешочки для метания с песком -10

- Флажки разноцветные – 40 шт.
- Мячи резиновые (различного диаметра) – по 10 шт.
- Прыгающий мяч с ручкой – 2 шт.
- Мяч футбольный – 2 шт.
- Мяч баскетбольный – 2 шт.
- Коврик со следочками (для отработки различных способов ходьбы) – 1 шт.
- Обруч пластмассовый плоский диам. 55 см –1 5 шт.
- Мат гимнастический 2,0×1,0×0,1м цветной (искусственная кожа) -1 шт. –
- Канат для перетягивания х/б 10м диам.30мм – 1 шт.
- Дорожка «Следочки» (3 части) – 2 шт.
- Дуга для подлезания (разной высоты) – по 1 шт.
- Скамья наклонная с гладкой поверхностью – 2 шт.
- Кубы -3шт.
- Ракетки -2шт.
- Комплектация: турник подвижный; вертикальный лаз; веревочная лестница; канат; трапеция 1 шт.

3.2. Обеспечение методическими материалами обучения и воспитания

№ п/п	Перечень используемой литературы (автор, название, место издания, год)
1	Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой М.Мозаика-синтез,2014.
2	Физическая культура в детском саду. Л.Пензулаева. Младшая группа. М.Мозаика-синтез, 2014год
3	Физическая культура в детском саду. Л.Пензулаева. Младшая группа. М.Мозаика-синтез, 2014год
4	Физическая культура в детском саду. Л.Пензулаева. Средняя группа. М.Мозаика-синтез, 2014год
5	Физическая культура в детском саду. Л.Пензулаева. Старшая группа. М.Мозаика-синтез, 2014год Физическая культура в детском саду. Л.Пензулаева. Подготовительная

	группа. М.Мозаика-синтез, 2014год
6	Программно-методическое пособие «Развивающая педагогика оздоровления» под редакцией В.Кудрявцева и Б.Егорова М.Просвещение 2000г
7	Оздоровительная гимнастика Л.И. Пензулаева . « Мозаика-синтез» 2013 г. Физическая культура –дошкольникам.А.Глазырина.изд.Москва.2001г.
8	
9	Физкультурные праздники в детском саду (сценарии спортивных праздников и развлечений).Т. Е. Харченко2013 г. « Детство- пресс»
10	Оздоровительная гимнастика .Л.Пензулаева. Изд.Мозаика-синтез2013г. .
11	Спортивные занятия на открытом воздухе от 3-7лет.Е.Подольская, Волгоград.изд.Учитель2013г.

12	Физическое развитие детей от 2-7 лет. Е.Подольская, изд.Учитель, 2013г
13	Концепция поликультурного образования в Республике Хакасия
14	«Методические рекомендации по составлению рабочих программ с учетом этнокультурной ситуации развития детей в дошкольных образовательных организациях Республики Хакасия (на русском и хакасском языках)» г.Абакан ,Республика Хакасия, 2014год.
15	

3.3.Организация режима пребывания воспитанников в образовательном учреждении.

Режим является важнейшим условием успешного развития ребенка-дошкольника. Под режимом мы понимаем научно обоснованный распорядок жизни, предусматривающий рациональное распределение во времени и последовательность различных видов деятельности и отдыха. В результате ритмического повторения всех

составляющих элементов режима (питания, сна, игр, занятий, прогулок) у детей образуются прочные динамические стереотипы жизнедеятельности, облегчающие переход от одного ее вида к другому.

Выполнение режима благотворно влияет на нервную систему ребенка и на протекание всех физиологических процессов в организме.

Ежедневная организации жизни и деятельности детей осуществляется с учетом:

- построения образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми: основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра;
- решения программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

Организация режима дня.

При проведении режимных процессов МБДОУ придерживается следующих **правил**:

- Полное и своевременное удовлетворение всех физиологических потребностей детей (в сне, питании).
- Тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели.
- Привлечение детей к посильному участию в режимных процессах; поощрение самостоятельности и активности.
- Формирование культурно-гигиенических навыков.
- Эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов.
- Учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка.
- Спокойный и доброжелательный тон обращения, бережное отношение к ребенку, устранение долгих ожиданий, так как аппетит и сон малышей прямо зависят от состояния их нервной системы.

Основные *принципы* построения режима дня:

- Режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность.

- Соответствие правильности построения режима дня возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника. Поэтому в ДОУ для каждой возрастной группы определен свой режим дня. Организация режима дня проводится с учетом теплого и холодного периода года.

В нашем дошкольном учреждении 10,5-часовой режим работы, режимы дня рассчитаны на каждый возрастной период, место, занимаемое той или иной деятельностью, и время, отведенное для нее в режиме, определяется возрастом детей.

Образовательный процесс в дошкольном учреждении осуществляется по трём основным направлениям:

- образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной);
- образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов;
- самостоятельной деятельности детей в игровых центрах.

Во избежание негативного воздействия умственной нагрузки (утомления, ухудшения состояния здоровья, нарушения эмоционального тонуса, мотивации к обучению) образовательную деятельность строго регламентируется по времени в зависимости от возраста: младшая группа (2-3 года) – 8-10 минут, вторая младшая группа (3-4 года) – 15 минут, средняя группа (4-5 лет) – 20 минут, старшая группа (5-6 лет) – 25 минут, подготовительная к школе группа (6-7 лет) – 30 минут. Образовательная деятельность организуется в режиме педагогики оздоровления, с проведением динамических пауз. Максимально допустимое количество часов в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает двух, а в старшей и подготовительных трех. С целью переключения внимания с одного вида деятельности на другой и снятия психоэмоционального напряжения в течение дня в фиксированное время (в 10.00 и 16.00) проводятся динамические паузы. Во время каникул проводятся спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии и др., а также увеличивается продолжительность прогулок. В период каникул и увеличивается время пребывания на воздухе, где организовываются подвижные игры, спортивные соревнования, экскурсии, походы, больше отводится времени творческой деятельности детей.

Учебный план - график на 2019-2020 учебный год

Образовательная область	Раздел	1 младшая гр. (2-3 года)	2 младшая гр. (3-4 года)	Средняя гр. (4-5 лет)	Старшая гр. (5-6 лет)	Подготовительная гр. (6-7 лет)
Обязательная часть						
Физическое развитие	ЗОЖ	+	+	+	+	0,5
	Физическая культура	2	2	3	3	3
Вариативная часть						
Национальный региональный компонент		+	0,25	0,25	0,25	0,25
Оздоровление		+	+	+	+	+
Итого в неделю		2	2	3	3	3
Итого в неделю минут		20	30	60	75	90
Максимальная нагрузка минут в соответствии с СанПиН		20	30	60	75	90

Пояснительная записка учебному плану-графику на 2019-2020 учебный год.

Учебный план на 2019 – 2020 учебный год разработан в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 № 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам-образовательным программам дошкольного образования» ;
- Примерной основной общеобразовательной программой «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой..
- Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений», от 13.05.2013г.;
- Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.05.2007 № 03-1213 «О методических рекомендациях по отнесению дошкольных образовательных учреждений к определенному виду»;
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утверждён Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 № 1155).

-Письмом «Комментарии к ФГОС дошкольного образования» Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.02.2014 г. № 08-249.

При составлении учебного плана учитывались следующие **принципы**:

- принцип развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- принцип научной обоснованности и практической применимости;
- принцип соответствия критериям полноты, необходимости и достаточности;
- принцип обеспечения единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования дошкольников, в процессе реализации которых формируются знания, умения, навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию дошкольников;
- принцип интеграции непосредственно образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей;
- комплексно-тематический принцип построения образовательного процесса;
- решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
- построение непосредственно образовательного процесса с учетом возрастных особенностей дошкольников, используя разные формы работы.

Учебный план на 2019 – 2020 учебный год является нормативным актом, устанавливающим перечень образовательных областей и объём учебного времени, отводимого на проведение непосредственно образовательной деятельности.

Учебный год начинается с 1 сентября и заканчивается 31 мая.

Летний оздоровительный период с 01 июня по 31 августа. В это время увеличивается продолжительность прогулок, а также проводятся спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии и др.

В течение учебного года (ноябрь, январь, март) для воспитанников организуются недельные каникулы, во время которых проводятся мероприятия только эстетического и оздоровительного цикла. В дни каникул непосредственно образовательная деятельность не проводится.

Детский сад работает в режиме пятидневной рабочей недели 10,5 часов в день. Выходные дни – суббота, воскресенье, праздничные дни.

Продолжительность непосредственно образовательной деятельности :

- Для детей от 2-х до 3-х лет – 10 минут в день (50 минут в неделю);
- Для детей от 3-х до 4-х лет – 30 минут в день (150 минут в неделю);
- Для детей от 4-х до 5-ти лет – 40 минут в день (200 минут в неделю);
- Для детей от 5-ти до 6-ти лет – 40 минут в день (210 минут в неделю);
- Для детей от 6-ти до 7-ми лет – 90 минут в день (450 минут в неделю).

В середине времени, отведённого на непосредственно образовательную деятельность, проводятся физкультурные минутки. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности составляют не менее 10 минут.

Образовательная деятельность с детьми старшего возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организовывается в первой половине дня. Для профилактики утомления детей, занятия, требующие повышенной познавательной активности и умственного напряжения, чередуются с музыкальными, физкультурными занятиями.

Форма организации занятий - подгрупповые

В образовательном процессе используется интегрированный подход, который позволяет гибко реализовывать в режиме дня различные виды детской деятельности.

Учебный план состоит из обязательной и вариативной части.

- Обязательная часть учебного плана определяет содержание и организацию образовательного процесса для детей и направлена на формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, обеспечивающих социальную успешность, сохранение и укрепление здоровья детей. Содержание учебного плана включает совокупность образовательных областей: «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Развитие речи», «Художественно-эстетическое развитие», «Физическое развитие» которые обеспечивают разностороннее развитие детей с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей.
- Вариативная часть учебного плана направлена на : социально – коммуникативное и познавательное развитие (поликультурное образование через реализацию национального регионального компонента); художественно – эстетическое развитие (поликультурное образование через реализацию национального регионального компонента и кружковую работу «Умелые ручки»), музыкальное и физическое развитие (через кружковую работу «Задоринки»). Домашние задания воспитанникам не задаются.

ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА В МБДОУ

№	Формы организации	Особенности организации
1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе (в тёплое время года) или в зале, длительность- 10- 12 минут

2.	Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	Ежедневно в течение 10 минут
3.	Динамические паузы во время НОД	Ежедневно, в зависимости от вида и содержания занятий
4.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно с учетом уровней двигательной активности (ДА) детей, длительность 12-15 минут.
5.	Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	Ежедневно во время прогулки, длительность- 12- 15 мин
6.	Корректирующая гимнастика после дневного сна в сочетании с солевой дорожкой	Ежедневно по мере пробуждения и подъема детей, длительность - не более 10 мин.
7.	НОД по физической культуре	3 раза в неделю (одно на прогулке) Длительность- 10- 30 минут
8.	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей
9.	Физкультурно- спортивные праздники	1 раз в квартал на воздухе или в зале, длительность- не более 30 мин.

3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий.

Основой организации образовательного процесса является комплексно-тематическое планирование образовательной работы в детском саду.

Цель: построение образовательного процесса, направленного на обеспечение единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач, с учетом интеграции на необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному «минимуму» с учетом контингента воспитанников, их индивидуальных и возрастных особенностей, социального заказа родителей.

Организационной основой реализации комплексно-тематического принципа построения программы являются примерные темы (праздники, события, проекты), которые ориентированы на все направления развития ребенка дошкольного возраста и посвящены различным сторонам человеческого бытия, а так же вызывают личностный интерес детей к:

- явлениям нравственной жизни ребенка
- окружающей природе
- миру искусства и литературы
- традиционным для семьи, общества и государства праздничным событиям
- событиям, формирующим чувство гражданской принадлежности ребенка (родное село, День народного единства, День защитника Отечества и др.)
- сезонным явлениям
- народной культуре и традициям.

Построение всего образовательного процесса вокруг одной центральной темы дает большие возможности для развития детей. Темы помогают организовать информацию оптимальным способом. У дошкольников появляются

многочисленные возможности для практики, экспериментирования, развития основных навыков, понятийного мышления.

Введение похожих тем в различных возрастных группах обеспечивает достижение единства образовательных целей и преемственности в детском развитии на протяжении всего дошкольного возраста, органичное развитие детей в соответствии с их индивидуальными возможностями.

Тематический принцип построения образовательного процесса позволяет органично вводить региональные и культурные компоненты, учитывать специфику дошкольного учреждения.

Одной теме уделяется не менее одной недели. Оптимальный период — 2–3 недели. Тема отражается в подборе материалов, находящихся в группе и центрах (уголках) развития.

Для каждой возрастной группы в Программе дано примерное комплексно-тематическое планирование. Педагоги вправе по своему усмотрению частично или полностью менять темы или названия тем, содержание работы, временной период в соответствии с особенностями своей возрастной группы, другими значимыми событиями

Педагоги наполняют ежедневную жизнь детей увлекательными и полезными делами, создают атмосферу радости общения, коллективного творчества, стремления к новым задачам и перспективам.

Для организации традиционных событий и праздников используется тематическое планирование образовательного процесса. Темы определяются исходя из интересов и потребностей детей, необходимости обогащения детского опыта и интегрируют содержание, методы и приемы из разных образовательных областей. Единая тема отражается в организуемых воспитателем образовательных ситуациях детской практической, игровой, изобразительной деятельности, в музыке, в наблюдениях и общении воспитателя с детьми.

В организации образовательной деятельности учитывается также принцип сезонности, доступные пониманию детей сезонные праздники, такие как «Осень», «Новый год», «Зимушка-зима», «Весна», «Лето»; общественно-политические праздники (День защитника Отечества, Международный женский день, День Победы и др.). Во второй

половине дня один раз в неделю проводятся тематические вечера досуга: «Никола зимний», «День матери», «Снеговик зовет на старт», «Весны улыбки тёплые», «Пасхальная палитра», «Наступает расставанье» («До свидания, детский сад!»), « День защиты детей», физкультурные праздники и развлечения.

Развитие культурно - досуговой деятельности детей по интересам позволяет обеспечить каждому ребенку отдых (пассивный и активный), эмоциональное благополучие, способствует формированию умения занимать себя.

Циклограмма праздников представлена Приложении 1

ЦИКЛОГРАММА ПРАЗДНИКОВ

Название праздника (события)	Время проведения	Форма проведения
День знаний	1 сентября	Участие в празднике первого звонка
Международный день красоты	3 неделя сентября	Выставка «Красота в жизни, природе и искусстве» (осенний букет, поделки из природного материала)
День воспитателя	27 сентября	День открытых дверей
Международный день музыки	1 неделя октября	Музыкальная викторина
Всемирный день животных	2 неделя октября	Викторина «В мире животных», выставка рисунков, фотографий.
День народного единства	4 ноября	Спортивное развлечение (игры народов России)
День матери	4 неделя ноября	Выставка рисунков, праздник с участием мам.
Новый год	4 неделя декабря	Выставка поделок, новогодний утренник
Всемирный день «спасибо»	3 неделя января	Сюжетно-ролевые и развивающие игры

День доброты	1 неделя февраля	Благотворительная ярмарка
День защитника Отечества	23 февраля	Спортивный праздник
Масленица	4 неделя февраля	Фольклорное развлечение
Международный женский день	8 марта	Утренник, выставка поделок «У мамы руки золотые»
Чыл Пазы (хакасский новый год)	21 марта	Праздник
Международный день театра	4 неделя марта	Театрализованное представление
Международный день детской книги	2 неделя апреля	Экскурсия в библиотеку
Всемирный день здоровья	3 неделя апреля	Спортивный праздник
День космонавтики	12 апреля	Выставка работ о космосе
День Земли	22 апреля	Развлечение «Птичьи голоса», акция «Украсим Землю цветами»
Международный день семьи	2 неделя мая	Выставка «Семейный альбом», спортивный праздник «Мама, папа, я – спортивная семья»
День Победы	9 мая	Акция «Поздравление ветеранам», выставка

Международный день защиты детей	1 июня	Развлечение совместно с ДК
Пушкинский день	6 июня	Конкурс чтецов, викторина
День России	12 июня	Подвижные игры народов России
День ГАИ	1 неделя июля	Викторина «Зелёный огонёк»
День Нептуна	7 июля	Спортивное развлечение
День российской почты	3 неделя июля	Экскурсия на почту
День физкультурника	1 неделя августа	Спортивные соревнования