****

**Структура программы**

|  |  |
| --- | --- |
| 1. **Целевой раздел** | Стр. |
| 1. Пояснительная записка. | 3 |
| 1.1. Актуальность программы (теоретические, нормативно-правовые основы), обоснование специфики её содержания. | 3 |
| 1.2. Название примерной образовательной, коррекционных и парциальных программ. | 4 |
| 1.3. Цель и задачи образовательной деятельности в соответствии с ФГОС ДО. | 4 |
| 1.4 Интеграция образовательных областей. | 5 |
| 1.5 Характеристика особенностей воспитанников (возрастные и индивидуальные). | 5 |
| 1.6 Временная продолжительность реализации программы, срок реализации. | 8 |
| 1.7 Планируемые результаты освоения программы. | 8 |
| 1.8 Конкретизированные целевые ориентиры и инструментарий определения эффективности освоения содержания программы | 10 |
| II. **Содержательный раздел.** |  |
| 2.1 Комплексно-тематический план 1 мл группа (содержание работы) | 15 |
| 2.2 Комплексно-тематический план 2 мл группа (содержание работы) | 18 |
| 2.3 Комплексно-тематический план средняя группа (содержание работы) | 21 |
| 2.4 Комплексно-тематический план старшая группа (содержание работы) | 25 |
| 2.5 Комплексно-тематический план подготовительная группа (содержание работы) | 28 |
| 2.6. Особенности организации педагогического процесса. | 31 |
| 2.7. Используемые образовательные технологии | 33 |
| III. **Организационный раздел.** |  |
| 3.1. График работы специалиста. | 34 |
| 3.2. Расписание ННОД. | 34 |
| 3.3. Условия, необходимые для реализации программы:  помещения (уголки), взаимодействие педагогов, специалистов и родителей. | 35 |
| **4.Информационно-методическое обеспечение программы:** |  |
| 4.1 Специальные методики, технологии, методическая литература; | 39 |
| 4.2 Наглядные дидактические пособия (иллюстрации, репродукции, схемы, таблицы, инструменты, модели, муляжи и т.п.); | 40 |
| 4.3 Технические средства (звуковые, визуальные, экранные, аудио-визуальные (теле-, видеоаппаратура и др.); | 40 |
| 4.4 Оборудование. | 40 |
| **5 *Приложения к программе:*** |  |
| 5.1 Описание подвижных игр | 42 |
| 5.2 Перспективное планирование физкультурных досугов | 49 |
| 5.3 Диагностические карты |  |

I. **Целевой раздел**

**1. Пояснительнаязаписка.**

Рабочая программа составлена на основании:

* Основной образовательной программы МБДОУ Чановского детского сада №4
* Законом РФ от 10.07.1992 №3266 – I «Об образовании»;
* Конвенция о правах ребенка ООН;
* Санитарно-эпидемиологическими правила и нормативами СанПиН 2.4.1.3049-13
* Федеральным законом «Об образовании в РФ» (от 29 декабря 2012 годаN273-ФЗ)
* Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (Приказ РФ №1155 Минобрнауки от 17 октября 2013года
  1. **Актуальность программы.**

Забота о всестороннем развитии подрастающего поколения постоянно находится в центре внимания Российской Федерации. Очень важной, составной частью гармоничного развития личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание всех этих качеств должно начинаться с детства. В связи с этим одной из актуальных задач физического воспитания дошкольников является разработка и использование таких методов и средств, которые способствовали бы функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делали бы его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды.  
 Использование разнообразных форм двигательной деятельности создает оптимальный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья ребенка.    Физкультурные праздники, физкультурный досуг, Дни здоровья являются важными компонентами активного отдыха детей. Многообразная деятельность детей, насыщенная эмоциональными играми, упражнениями, проводимыми на свежем воздухе в виде развлечений, способствует физической реакции детей, расслабления организма после умственной нагрузки, укреплению их здоровья полезными упражнениями и в плане всесторонней физической подготовки, и в плане активного отдыха детей являются спортивные игры и упражнения, в основе которых лежат все основные виды движений, выполняемых в самых разнообразных условиях.  
 Обоснование специфики содержания программы:

Приобретение детьми опыта в двигательной деятельности. Становление ценностей здорового образа жизни.

**1.2. Название примерной образовательной, коррекционных и парциальных программ.**

Рабочая программа составлена на основании основной образовательной программы МБДОУ Чановского детского сада №4.

**1.3. Цель и задачи образовательной деятельности в соответствии с ФГОС ДО.**

**Цели и задачи программы**

**Цель**

* гармоничное физическое развитие
* формирование интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой
* формирование основ здорового образа жизни

**Задачи**

**Оздоровительные**

* охрана жизни и укрепление здоровья, обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организма
* всестороннее физическое совершенствование функций организма
* повышение работоспособности и закаливание

**Образовательные**

* формирование двигательных умений и навыков
* развитие физических качеств
* овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме,  
   роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления  
   собственного здоровья

**Воспитательные**

* формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями
* разностороннее гармоничное развитие ребенка(не только физическое,  
   но и умственное, нравственное, эстетическое, трудовое).
  1. **Интеграция образовательных областей**

Физическая культура по своему интегрирует в себе такие образовательные области как, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое раз­витие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

Социально-коммуникативное развитие. Развивать игровой опыт совмест­ной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично да­вать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных мо­ментах и пожеланий. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь то­варищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить кон­фликт через общение.

Познавательное развитие. Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценно­сти, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

Речевое развитие. Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и инто­национную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.

Художественно-эстетическое развитие. Обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развивать музыкально-ритмические способности детей, научить выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом му­зыкального сопровождения

**1.5 Характеристика особенностей воспитанников (возрастные и индивидуальные).**

**Возрастные и индивидуальные особенности детей от 2 до 7 лет.**  
У ребенка с 2 до 7 лет жизни под воздействием обучения условные связи закрепляются и совершенствуются. Повышается физическая подготовленность, совершенствуются психофизические качества.  
Таким образом, понимание особенностей развития нервной системы ребенка позволяет педагогом посредством упражнений и подвижных игр укреплять и совершенствовать его нервную систему.  
За период раннего и дошкольного детства непрерывно изменяются показатели физического развития: роста, массы тела, окружности головы, грудной клетки.  
За первый год жизни рост ребенка увеличивается примерно на 25 см. К 5 годам он удваивается по сравнению с первоначальным.  
Масса тела ребенка на первом году жизни утраивается по сравнению с массой при рождении. После года отмечаются прибавки на каждом году жизни по 2 – 2,5 кг. К 6 -7 годам она удваивается по сравнению с показателями годовалого ребенка.  
Костная система ребенка богата хрящевой тканью. Кости его мягкие, гибкие, недостаточно прочные, поэтому они легко поддаются как благоприятным, так и неблагоприятным воздействиям. Эти особенности костной системы требуют внимания педагогов к подбору физических упражнений, мебели, одежды и обуви в соответствии с функциональными и возрастными возможностями ребенка.  
Окостенение опорно-двигательного аппарата начинается с 2 – 3 лет. Оно происходит постепенно в течение всего дошкольного детства. В этот период формируются изгибы в шейном, грудном, поясничном отделах позвоночника. Физиологическое развитие позвоночника играет жизненно важную роль и влияет на формирование правильной осанки, техники движений, состояние внутренних органов, дыхательную и нервную системы. S – образный изгиб позвоночника предохраняет скелет от травм при выполнении физических упражнений.  
В дошкольном детстве происходит формирование свода стопы. Оно начинается на первом году жизни и интенсивно продолжается с освоением ребенком ходьбы весь дошкольный период. В укреплении свода стопы важнейшую роль играют физические упражнения. Важно также подобрать ребенку соответствующую обувь.  
В младшем возрасте у ребенка мышцы-сгибатели развиты больше, чем разгибатели, поэтому часто его движения и осанка бывают неправильными: сутулая спина, опущенная голова, сведенные плечи и т.д. К 5 годам увеличивается мышечная масса, нарастает мускулатура нижних конечностей, увеличиваются сила и работоспособность мышц. Сила мышц увеличивается с 3,5 – 4 кг к 7 годам. С 4 лет появляются различия в показателях у мальчиков и девочек. Значительно увеличивается становая сила - сила мышц туловища. Она увеличивается к 7 годам до 32 – 34 кг по сравнению с 15 – 17 кг в 3 – 4 года.  
Статическое состояние мышц называется мышечным тонусом. Мышечный тонус в дошкольном возрасте имеет большое значение для формирования правильной осанки. Мышечный тонус туловища создает естественный «мышечный корсет». С годами у ребенка укрепляются мышцы спины и живота. Это является результатом, как регулярного функционирования центральной нервной системы, так и положительным воздействием физических упражнений.  
В старшем дошкольном возрасте отмечается бурное развитие и перестройка в работе всех физиологических систем организма ребенка: нервной, сердечнососудистой, эндокринной, опорно-двигательной. Организм дошкольника развивается очень интенсивно. Ребенок быстро прибавляет в росте и весе, изменяются пропорции тела.  
На протяжении первых семи лет у него не только увеличиваются все внутренние органы, но и совершенствуются их функции. Происходят существенные изменения высшей нервной деятельности. По своим характеристикам головной мозг шестилетнего ребенка в большей степени приближается к показателям мозга взрослого человека. Организм ребенка в этот период свидетельствует о готовности к переходу на более высокую ступень возрастного развития, предполагающую более интенсивные умственные и физические нагрузки.  
После пяти лет резко возрастает потребность ребенка в общении со сверстниками. В игре и других видах совместной деятельности дети осуществляют обмен информацией, планирование, разделение и координацию функций. Постепенно складывается достаточно сплоченное детское общество. Существенно увеличиваются интенсивность и широта круга общения.  
Проявления в психическом развитии:  
- хочет заниматься интересными делами, умеет сам их находить;  
- стремится к контактам, проявляет доброжелательность в общении с взрослыми и сверстниками, адекватность в поведении, эмоциональную отзывчивость;  
- стремится к освоению нового (информации, игр, способов действия с различными предметами).  
Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат и мускулатура) у детей 6-7 лет еще далеко до завершения. Кости детей содержат значительное количество хрящевой ткани, суставы очень подвижны, связочный аппарат легко растягивается. В 6-8 лет заканчивается формирование физиологических изгибов позвоночника. Скелетная мускулатура ребенка 6-8 лет характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций и связок. Так, брюшной пресс ребенка 6 лет как мышечно-фасциональный комплекс еще слабо развит и не в состоянии выдержать значительные напряжения, например, связанные с подъемом тяжестей.  
К 6-7 годам хорошо развиты круглые мышцы живота, однако мелкие мышцы спины, имеющие большое значение для удержания правильного положения позвоночного столба, развиты слабее. К 6-7 годам заметно увеличивается сила мышц-разгибателей туловища, бедра и голени – это способствует развитию координированных двигательных актов (ходьба, бег, прыжки) и физических качеств (быстрота, сила, выносливость).  
Уровень развития костно-мышечной системы и двигательного анализатора у детей 6-7 лет дает им возможность, кроме естественных движений (ходьба, бег, прыжки), имеющих место в повседневной двигательной активности, воспроизводить ряд сложных двигательных действий. Качество выполнения этих движений позволяет сделать заключение об определенной моторной зрелости детей 6-7 лет.  
Старшие дошкольники отличаются высокой двигательной активностью, обладают достаточным запасом двигательных умений и навыков; им лучше удаются движения, требующие скорости и гибкости, а их сила и выносливость пока еще не велики. У ребенка развиты основные двигательные качества (ловкость, гибкость, скоростные и силовые качества):  
- сохраняет статическое равновесие (от 15 секунд), стоя на линии (пятка одной ноги примыкает к носку другой ноги);  
- подбрасывает и ловит мяч двумя руками (от 10 раз);  
- прыгает в длину с места, приземляясь на обе ноги и не теряя равновесие;  
- бегает свободно, быстро и с удовольствием, пробегает со старта дистанцию 30 м, ловко обегает встречающиеся предметы, не задевая их;  
- бросает теннисный мяч или любой маленький мяч, снежок, мешочек и прочее удобной рукой на 5-8 метров;  
- хорошо владеет своим телом, сохраняет правильную осанку.  
В старшем дошкольном возрасте на фоне общего физического развития улучшается подвижность, уравновешенность, устойчивость нервных процессов, накапливается резерв здоровья: снижается частота заболеваний, они протекают сравнительно легко, чаще всего без осложнений.  
Однако дети все еще быстро устают, «истощаются» и при перегрузках возникает охранительное торможение. Поэтому одним из основных условий эффективности физического воспитания детей старшего дошкольного возраста является учет их возрастных особенностей.  
Таким образом, познание особенностей психофизического развития, формирования двигательных функций позволяет сделать вывод о необходимости создания для ребенка возможности правильно двигаться, т.е. заложить у него основы физической культуры. Важную роль здесь, об этом нельзя забывать, играют воспитание и обучение.

**1.6 Временная продолжительность реализации программы, срок реализации.**

Продолжительность реализации программы 2016 - 2017, срок реализации 1учебный год.

Реализация данной программы проводится в процессе образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов, и самостоятельной деятельности детей.

Работа по освоению учебной программы проводится инструктором по физическому развитию в следующих возрастных группах:

Первая младшая № 1, №2 ­­- 2 группы

Вторая младшая №1, №2 - 2 группы

Средняя №1, №2 - 2 группы

Старшая №1, №2 - 2 группы

Подготовительная - 1 группа

**1.7 Планируемые результаты освоения программы.**

**Первая младшая группа:**

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

**Вторая младшая группа:**

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

**Средняя группа:**

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

**Старшая группа:**

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

**Подготовительная группа:**

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

**1.8 Конкретизированные целевые ориентиры и инструментарий определения эффективности освоения содержания 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.

Система мониторинга соответствует Федеральному государственному образовательно­му стандарту дошкольного образования, приказ Министерства образования и науки № 1155 от 17 октября 2013 года: что позволяет комплексно оценить качество образовательной деятельности в группе и при необходимо­сти индивидуализировать его для достижения достаточного уровня освоения каждым ребенком содержания образовательной программы учреждения.

Предлагаемая диагностика разработана с целью оптимизации образователь­ною процесса в любом учреждении, работающим с группой детей 2 – 3, 3—4 лет,4-5, 5-6, 6-7 лет вне зависимости от приоритетов разработанной программы обучения и вос­питания и контингента детей. Это достигается путем использования обще­принятых критериев развития детей данного возраста и уровневым подхо­дом к оценке достижений ребенка по принципу: чем ниже показатель, тем боль­ше проблем в развитии ребенка или организации педагогического процесса в группе детей.

Оценка педагогического процесса связана с уровнем овладения каждым ребенком необходимыми навыками и умениями в образовательной облас­ти:

нс - не сформирован,

нсс – находится в стадии становления,

сф – сформирован.

Таблицы педагогической диагностики заполняются дважды в год, если другое не предусмотрено в образовательной организации, - в начале и кон­це учебного года (лучше использовать ручки разных цветов), для проведения сравнительного анализа. Технология работы с таблицами проста и включает

1. этапа.

Этап I. фамилия и имя каждого ребенка нормативы. Проставляются показатели в каждой ячейке указанного параметра, по которым затем считается ито­говый показатель по каждому ребенку (среднее значение = все показатели сложить (по строке) и разделить на количество параметров, округлять до десятых до­лей). Этот показатель необходим для написания характеристики на конкрет­ного ребенка и проведения индивидуального учета промежуточных результа­тов освоения общеобразовательной программы.

Этап 2. Когда все дети прошли диагностику, тогда подсчитывается итоговый показатель по группе (среднее значение = все показатели сложить (по столбцу) и разделить на количество параметров, округлять до десятых до­лей). Этот показатель необходим для описания общегрупповых тенденций (в группах компенсирующей направленности для подготовки к групповому мсдико-психолого-педагогичсскому совещанию), а также для ведения учета общегрупповых промежуточных результатов освоения общеобразовательной программы.

Двухступенчатая система мониторинга позволяет оперативно находить неточности в построении педагогического процесса в группе и выделять де­тей с проблемами в развитии. Это позволяет своевременно разрабатывать для детей индивидуальные образовательные маршруты и оперативно осу­ществлять психолого-методичсскую поддержку педагогов. (Указанные интервалы средних значений носят реко­мендательный характер, так как получены с помощью применяемых в психолого-педагогических исследованиях психометрических процедур, и будут уточняться по мере поступления результатов мониторинга детей данного возраста.)

Наличие математической обработки результатов педагогической диагно­стики образовательного процесса оптимизирует хранение и сравнение ре­зультатов каждого ребенка и позволяет своевременно оптимизировать педа­гогический процесс в группе детей образовательной организации.

Условные обозначения: нг – начало года, кг – конец года.

Нс - не сформирован, нсс - находится в стадии становления, сф - сформирован.

Примеры описания инструментария по образовательной области «Физическое развитие»

**Образовательная область «Физическое развитие» 1 младшая группа**

* 1. Умеет ходить и бегать не наталкиваясь на других детей.
  2. Может прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперёд.
  3. Умеет брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч
  4. Умеет ползать, подлезать под натянутую верёвку, перелезать через препятствие.

**Образовательная область «Физическое развитие» 2 младшая группа**

* 1. Умеет ходить и бегать, сохраняя равновесие, в разных направлениях по указанию
  2. Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке стремянке, гимнастической стенке произвольным способом
  3. Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места
  4. Катает мяч в заданном направлении, бросает мяч двумя руками от груди, из-за головы, умеет ударять мячом об пол, метает предметы правой и левой рукой

Образовательная область «Физическое развитие» средняя группа

1. Ловит мяч с расстояния. Метает мяч разными способами правой и левой руками, отбивает об пол
2. Строится в шеренгу, в колонну по одному, парами, в круг
3. Ходит на лыжах, поднимается на горку, переступает. Скользит по ледяным дорожкам. Участвует в подвижных играх
4. Ориентируется в пространстве, находит правую и левую руки

**Образовательная область « Физическое развитие» старшая группа**

1. Умеет лазать по гимнастической стенке, прыгать в длину с места, с разбега, в высоту с разбега, через скакалку
2. Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо, равняться, размыкаться, выполнять повороты в колонне
3. Умеет метать предметы правой и левой руками в вертикальную и горизонтальную цели, отбивает и ловит мяч
4. Ходит на лыжах, катается на самокате, участвует в спортивных играх.

**Образовательная область «Физическое развитие» подготовительная группа**

1. Правильно выполняет все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье)
2. Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см, мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега не менее 180 см, в высоту с разбега – не менее 50 см, прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами
3. Может перебрасывать набивные мячи (до 1 кг), бросать предметы в цель из разных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4–5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 12 м, метать предметы в движущуюся цель
4. Умеет в составе группы перестраиваться в 3–4 колонны, в 2–3 круга на ходу, в 2 шеренги после расчета на первый-второй, соблюдать интервалы во время передвижения
5. Выполняет физические упражнения из разных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; следит за правильной осанкой
6. Ходит на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку и спускается с нее, умеет тормозить при спуске; плавает произвольно на расстояние 15 м
7. Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис)

II. **Содержательный раздел.**

**2.1 Комплексно - тематический план первая младшая группа № 1, 2**

Литература «Физическое воспитание детей 2-7 лет в ДОУ» автор составитель Т.Г. Анисимова, конспекты занятий в 1 младшей группе автор Карпухина, интернет ресурсы.

|  |  |
| --- | --- |
| **Интегрирующая тема** | **Непосредственно образовательная деятельность**  Далее НОД |
| **Детский сад**  05.09 – 09.09 | НОД №1,2 (Анисимова.Т.Г стр.5)  НОД №3(Карпухина стр. 215) |
| **Осень**  12.09 – 30.09 | НОД № 4,5(Анисимова.Т.Г стр.5)  НОД № 6(Карпухина стр. 215)  НОД № 7, 8(Анисимова.Т.Г стр.5)  НОД № 9(Карпухина стр. 215)  НОД №10,11(Анисимова.Т.Г стр.6)  НОД №12(Карпухина стр. 216) |
| **Мониторинг**  03.10 – 07.10 | НОД № 13,14(Анисимова.Т.Г. стр.6)  НОД №15(Карпухина стр. 216) |
| **Я в мире человек**  10.10 - 21.10 | НОД № 16, 17(Анисимова.Т.Г. стр. 7)  НОД № 18(Карпухина стр. 216)  НОД № 19, 20 (Анисимова.Т.Г. стр. 7)  НОД №21(Карпухина стр. 216) |
| **Неделя здоровья**  24.10 – 28.10 | НОД № 22, 23(Анисимова.Т.Г. стр. 7)  НОД №24(Карпухина стр. 217) |
| **Мой дом**  31.10 - 11.11 | НОД № 25, 26 (Анисимова.Т.Г. стр. 8)  НОД №27(Карпухина стр. 217)  НОД № 28, 29 (Анисимова.Т.Г. стр. 8 )  НОД №30(Карпухина стр. 219) |
| **Домашние животные и птицы**  14.11 – 25.11 | НОД № 31,32 (Анисимова.Т.Г. стр. 9)  НОД № 33(Карпухина стр. 219)  НОД №34, 35 (Анисимова.Т.Г. стр. 9)  НОД №36(Карпухина стр. 221 - 222) |
| **Транспорт, профессии**  28.11 – 02.12 | НОД №37, 38 (Анисимова.Т.Г. стр. 10)  НОД №39(Карпухина стр. 221 - 222) |
| **Новогодний**  **праздник**  05.12 - 30.12 | Декабрь  НОД № 40,41 (Анисимова.Т.Г. стр. 10)  НОД №42(Карпухина стр. 223 - 224)  НОД №43, 44 (Анисимова.Т.Г. стр. 11)  НОД №45(Карпухина стр. 223 - 224)  НОД №46, 47 (Анисимова.Т.Г. стр. 11)  НОД №48(Карпухина стр. 225 - 226)  НОД №49, 50 (Анисимова.Т.Г. стр. 12)  НОД №51(Карпухина стр. 225 - 226) |
| **Каникулы**  **Неделя здоровья**  09.01 – 13.01 | НОД №52, 53 (Анисимова.Т.Г. стр. 12)  НОД №54(Карпухина стр. 226) |
| **Зима**  16.01- 03.02 | НОД №55, 56 (Анисимова.Т.Г. стр. 12)  НОД №57(Карпухина стр. 226)  НОД №58, 59 (Анисимова.Т.Г. стр. 13)  НОД № 60(Карпухина стр. 227 - 228)  НОД №61, 62 (Анисимова.Т.Г. стр. 13)  НОД №63(Карпухина стр. 227 - 228) |
| **Моя безопасность**  06.02 – 17.02 | НОД №64, 65 (Анисимова.Т.Г. стр. 14)  НОД №66(Карпухина стр. 229)  НОД №67, 68 (Анисимова.Т.Г. стр. 14)  НОД № 69(Карпухина стр. 229) |
| **Мамин день**  20.02 - 07.03 | НОД № 70, 71 (Анисимова.Т.Г. стр. 15)  НОД № 72(Карпухина стр. 230)  НОД № 73(Анисимова.Т.Г. стр. 15)  НОД №74(Карпухина стр. 230) |
| **Игрушки,**  **народная**  **игрушка**  09.03 - 24.03 | НОД № 75,76 (Анисимова.Т.Г. стр. 16)  НОД № 77(Карпухина стр. 231)  НОД №78, 79 (Анисимова.Т.Г. стр. 16)  НОД № 80(Карпухина стр. 231) |
| **Весна**  27.03 – 21.04 | НОД № 81, 82 (Анисимова.Т.Г. стр. 17)  НОД № 83(Карпухина стр. 232 - 233)  НОД № 84, 85 (Анисимова.Т.Г. стр. 17)  НОД № 86(Карпухина стр. 232 - 233)  НОД № 87,88 (Анисимова.Т.Г. стр. 18)  НОД №89(Карпухина стр. 234)  НОД № 90, 91 (Анисимова.Т.Г. стр. 18)  НОД № 92(Карпухина стр. 234) |
| **Мониторинг**  24.04 – 28.04 | НОД № 93, 94 (Анисимова.Т.Г. стр. 19)  НОД № 95(Карпухина стр. 234) |
| **Лето**  02.05 - 31.05 | НОД № 96 (Анисимова.Т.Г. стр. 19)  НОД № 97(Карпухина стр. 235)  НОД № 98,99 (Анисимова.Т.Г. стр. 20)  НОД № 100(Карпухина стр. 235)  НОД № 101, 102 (Анисимова.Т.Г. стр. )  НОД № 103(Карпухина стр. 236 -237)  НОД № 104, 105 (Анисимова.Т.Г. стр. 20)  НОД № 106 (Карпухина стр. 236 -237)  НОД № 107 (Анисимова. Т.Г. стр20)  Итого: 107 |

**Содержание образовательной области «Физическая культура»**

**Первая младшая группа № 1,2**

**(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.

**2.2 Комплексно - тематический план вторая младшая группа №1, 2**

Литература: «Физкультурные занятия в детском саду с детьми 3-4 лет», Л.И. Пензулаева. «Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет» Т.М.Бондаренко, интернет ресурсы.

|  |  |
| --- | --- |
| **Тема, период** | **Непосредственно образовательная деятельность**  Далее НОД |
| **Детский сад**  05.09 – 09.09 | НОД №1,2 (Л.И.Пензулаева)  НОД №3(Т.М. Бондаренко) |
| **Осень**  12.09 – 30.09 | НОД № 4,5(Л.И.Пензулаева)  НОД №6(Т.М. Бондаренко)  НОД № 7,8(Л.И.Пензулаева)  НОД № 9 (Т.М. Бондаренко)  НОД №10,11(Л.И.Пензулаева)  НОД №12 (Т.М. Бондаренко) |
| **Мониторинг**  03.10 – 07.10 | НОД №13,14(Л.И.Пензулаева)  НОД №15(Т.М. Бондаренко) |
| **Я и моя семья**  10.10 – 21.10 | НОД №16,17 (Л.И.Пензулаева)  НОД № 18(Т.М. Бондаренко)  НОД № 19,20 (Л.И.Пензулаева)  НОД №21(Т.М. Бондаренко) |
| **Неделя здоровья**  ***24.10-28.10*** | НОД №22,23 (Л.И.Пензулаева)  НОД №24(Т.М. Бондаренко) |
| **Мой дом, мой посёлок**  31.10 – 18.11 | НОД №25,26 (Л.И.Пензулаева)  НОД №27(Т.М. Бондаренко)  НОД № 28,29 (Л.И.Пензулаева)  НОД № 30 (Т.М. Бондаренко)  НОД №31,32 (Л.И.Пензулаева)  НОД №33 (Т.М. Бондаренко) |
| **День матери**  21.11 – 25.11 | НОД №34,35 (Л.И.Пензулаева)  НОД №36(Т.М. Бондаренко) |
| **Новогодний**  **праздник**  28.11 – 30.12 | НОД №37,38 (Л.И.Пензулаева)  НОД №39(Т.М. Бондаренко)  НОД № 40,41 (Л.И.Пензулаева)  НОД №42(Т.М. Бондаренко)  НОД №43,44 (Л.И.Пензулаева)  НОД №45(Т.М. Бондаренко)  НОД №46,47 (Л.И.Пензулаева)  НОД №48(Т.М. Бондаренко)  НОД №49, 50 (Л.И.Пензулаева)  НОД № 51(Т.М. Бондаренко) |
| **Каникулы**  09.01 – 13.01  (Неделя здоровья) | НОД № 52,53 (Л.И.Пензулаева)  НОД № 54(Т.М. Бондаренко) |
| **Зима**  16.01 – 03.02 | НОД № 55,56 (Л.И.Пензулаева)  НОД № 57(Т.М. Бондаренко)  НОД №58,59 (Л.И.Пензулаева)  НОД № 60 (Т.М. Бондаренко)  НОД № 61,62 (Л.И.Пензулаева)  НОД № 63 (Т.М. Бондаренко) |
| **Моя безопасность**  06.02 – 10.02 | НОД № 64,65 (Л.И.Пензулаева)  НОД № 66 (Т.М. Бондаренко) |
| **День защитника Отечества**  13.02 – 22.02 | НОД № 67,68(Л.И.Пензулаева)  НОД № 69 (Т.М. Бондаренко)  НОД № 70, 71 (Л.И.Пензулаева)  НОД № 72 (Т.М. Бондаренко) |
| **8 Марта**  27.02 – 07.03 | НОД № 73 (Т.М. Бондаренко) |
| **Знакомство с народной культурой и традициями**  09.03 – 24.03 | НОД № 74,75(Л.И.Пензулаева)  НОД № 76 (Т.М. Бондаренко)  НОД № 78,79 (Л.И.Пензулаева)  НОД №80 (Т.М. Бондаренко) |
| **Неделя детской книги**  27.03 - 31.03 | НОД №81,82 (Л.И.Пензулаева)  НОД №83 (Т.М. Бондаренко) |
| **Весна**  03.04 – 21.04 | НОД № 84,85 (Л.И.Пензулаева)  НОД № 86(Т.М. Бондаренко)  НОД № 87, 88 (Л.И.Пензулаева)  НОД № 89(Т.М. Бондаренко)  НОД № 90,91 (Л.И.Пензулаева)  НОД № 92(Т.М. Бондаренко) |
| **Мониторинг**  24.04 – 28.04 | НОД № 93,94 (Л.И.Пензулаева)  НОД № 95(Т.М. Бондаренко) |
| **Лето**  02.05 – 31.05 | НОД № 96, 97 (Л.И.Пензулаева)  НОД № 98(Т.М. Бондаренко)  НОД № 99, 100(Л.И.Пензулаева)  НОД № 100(Т.М. Бондаренко)  НОД № 102, 103 (Л.И.Пензулаева)  НОД № 104(Т.М. Бондаренко)  НОД № 105, 106 (Л.И.Пензулаева)  НОД № 107 (Т.М. Бондаренко)  НОД № 108 (Л.И.Пензулаева)  Итого: 108 |

**Содержание образовательной области «Физическая культура»**

**Вторая младшая группа № 1,2**

**(от 3 до 4 лет)**

Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей

ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя

перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать

совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить

свое место при построениях.

Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с

места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см.

Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.

Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение

ползать.

Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.

Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи

на место.

Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.

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

**Подвижные игры.** Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами.

Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры

более сложные правила со сменой видов движений.

Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

**2.3 Комплексно тематический – план средняя группа №1,2**

Литература: «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» Л.И.Пензулаева, интернет ресурсы.

|  |  |
| --- | --- |
| **Тема, период** | **Непосредственно образовательная деятельность**  Далее НОД |
| **Детский сад**  05.09 – 09.09 | НОД №1,2(Л.И. Пензулаева стр22,23,24)  НОД №3(Л.И. Пензулаева стр24) |
| **Осень**  12.09 – 30.09 | НОД №4,5(Л.И. Пензулаева стр25,26,27)  НОД №6(Л.И. Пензулаева стр27)  НОД №7,8(Л.И. Пензулаева стр28,29,30)  НОД №9(Л.И. Пензулаева стр30)  НОД №10,11(Л.И. Пензулаева стр 31,32,33)  НОД №12(Л.И. Пензулаева стр 33) |
| **Мониторинг**  03.10 – 07.10 | НОД №13,14(Л.И. Пензулаева стр 34,35)  НОД №15(Л.И. Пензулаева стр 35) |
| **Я в мире человек**  10.10 – 21.10 | НОД №16,17(Л.И. Пензулаева стр 36,37)  НОД №18(Л.И. Пензулаева стр 37)  НОД №19,20(Л.И. Пензулаева стр 37,38)  НОД №21(Л.И. Пензулаева стр 39) |
| **Неделя здоровья**  ***24.10-28.10*** | НОД №22,23(Л.И. Пензулаева стр 40,41)  НОД №24(Л.И. Пензулаева стр 41,42) |
| **Мой посёлок, моя страна**  31.10 – 11.11 | НОД №25,26(Л.И. Пензулаева стр 42,43)  НОД №27(Л.И. Пензулаева стр 44)  НОД №28,29(Л.И. Пензулаева стр 44,45)  НОД №30(Л.И. Пензулаева стр 46) |
| **Транспорт**  14.11 – 18.11 | НОД №31,32(Л.И. Пензулаева стр 46,47)  НОД №33(Л.И. Пензулаева стр 48) |
| **День матери**  21.11 – 25.11 | НОД №34,35(Л.И. Пензулаева стр49,50)  НОД №36(Л.И. Пензулаева стр50) |
| **Новый год**  28.11 – 30.12 | НОД №37,38(Л.И. Пензулаева стр51,52 )  НОД №39(Л.И. Пензулаева стр52 )  НОД №40,41(Л.И. Пензулаева стр 53,54 )  НОД №42(Л.И. Пензулаева стр 55 )  НОД №43,44(Л.И. Пензулаева стр 55,56,57)  НОД №45,(Л.И. Пензулаева стр57,58)  НОД №46,47(Л.И. Пензулаева стр 58,59)  НОД №48,49(Л.И. Пензулаева стр 60,61)  НОД №50(Л.И. Пензулаева стр61,62) |
| **Каникулы**  09.01 -13.01  (Неделя здоровья) | НОД № 51,52(Л.И. Пензулаева стр62,63)  НОД № 53(Л.И. Пензулаева стр63,64) |
| **Зима**  16.01 – 03.02 | НОД № 54,55(Л.И. Пензулаева стр 64,65)  НОД №56 повторить 53(Л.И. Пензулаева стр63,64)  НОД №57,58(Л.И. Пензулаева стр 67,68 )  НОД №59(Л.И. Пензулаева стр 68)  НОД № 60,61(Л.И. Пензулаева стр. 68,69 )  НОД № 62(Л.И. Пензулаева стр. 69,70) |
| **Моя безопасность**  06.02 – 10.02 | НОД № 63,64(Л.И. Пензулаева стр. 70,71)  НОД № 65(Л.И. Пензулаева стр.71) |
| **День защитника Отечества**  13.02 – 22.02 | НОД № 66(Л.И. Пензулаева стр.71,72)  НОД № 67,68(Л.И. Пензулаева стр.73,74)  НОД № 69(Л.И. Пензулаева стр.74,75) |
| **Международный женский день**  27.02 – 07.03 | НОД № 70(Л.И. Пензулаева стр.75,76)  НОД № 71(Л.И. Пензулаева стр.77)  НОД № 72,73(Л.И. Пензулаева стр. 77,78)  НОД № 74(Л.И. Пензулаева стр. 74) |
| **Народная культура и традиции**  09.03 – 24.03 | НОД № 75,76(Л.И. Пензулаева стр. 79,80)  НОД № 77(Л.И. Пензулаева стр. 80)  НОД № 78,79(Л.И. Пензулаева стр. 81,82)  НОД № 80(Л.И. Пензулаева стр. 83) |
| **Неделя детской книги**  27.03 - 31.03 | НОД № 84,85(Л.И. Пензулаева стр. 85,86)  НОД № 86(Л.И. Пензулаева стр. 86,87) |
| **Весна**  03.04 – 21.04 | НОД № 87,88(Л.И. Пензулаева стр. 87,88)  НОД № 89(Л.И. Пензулаева стр. 88)  НОД № 90,91(Л.И. Пензулаева стр. 89,90)  НОД № 92(Л.И. Пензулаева стр. 90)  НОД № 93,94(Л.И. Пензулаева стр. 90)  НОД № 95(Л.И. Пензулаева стр. 91,92) |
| **Мониторинг**  24.04 – 28.04 | НОД № 96,97(Л.И. Пензулаева стр. 93)  НОД № 98(Л.И. Пензулаева стр. 93) |
| **День Победы**  02.05 – 05.05 | НОД № 99,100(Л.И. Пензулаева стр. 93)  НОД № 101(Л.И. Пензулаева стр. 93) |
| **Лето**  10.05 - 31.05 | НОД № 102,103(Л.И. Пензулаева стр. 94)  НОД № 104(Л.И. Пензулаева стр. 94,95)  НОД № 105,106(Л.И. Пензулаева стр. 95)  НОД № 107(Л.И. Пензулаева стр. 96,97)  НОД № 108,(Л.И. Пензулаева стр. 97) Итого:108 |

**Содержание образовательной области «Физическая культура»**

**Средняя группа №1, 2**

**(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, перелезать через предметы. Учить

перелезать 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, гиб-

кость, 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.

**2.4 Комплексно тематический – план старшая группа №1,2**

Литература: «Физкультурные занятия в детском саду.

Старшая группа » Л.И.Пензулаева. Интернет ресурсы.

|  |  |
| --- | --- |
| **Тема, период** | **Непосредственно образовательная деятельность**  Далее НОД |
| **Детский сад**  05.09 – 09.09(3) | НОД № 1,2 (Л.И. Пензулаева стр.14,16)  НОД № 3 (Пензулаева стр.16-17) |
| **Осень**  12.09 – 30.09(9) | НОД № 4, 5 (Л.И. Пензулаева стр.18,19)  НОД № 6 (Л.И. Пензулаева стр.19,20)  НОД № 7,8 (Л.И. Пензулаева стр. 20-23)  НОД № 9 (Л.И. Пензулаева стр. 23)  НОД № 10,11 (Л.И. Пензулаева стр. 23-25)  НОД № 12 (Л.И. Пензулаева стр.25) |
| **Мониторинг**  03.10 – 07.10(3) | НОД № 13,14(Л.И. Пензулаева стр. 27, 28)  НОД № 15 (Пензулаева стр.28,29) |
| **Я вырасту здоровым**  10.10 – 21.10(6) | НОД № 16, 17 (Л.И. Пензулаева стр. 29-31)  НОД № 18 (Л.И. Пензулаева стр. 31)  НОД № 19,20(Л.И. Пензулаева стр.32, 34)  НОД № 21(Л.И. Пензулаева стр. 34) |
| **Неделя здоровья**  ***24.10-28.10(3)*** | НОД № 22,23(Л.И. Пензулаева стр.34, 36)  НОД № 24(Л.И. Пензулаева стр. 36,37) |
| **Мой посёлок**  31.10 – 03.11(3) | НОД № 25,26(Л.И. Пензулаева стр.38, 40)  НОД № 27(Л.И. Пензулаева стр,40) |
| **День народного единства**  07.11 – 11.11(3) | НОД № 28,29(Л.И. Пензулаева стр.41, 42)  НОД № 30 (Л.И. Пензулаева стр. 42, 43) |
| **Транспорт**  14.11 – 18.11(3) | НОД № 31,32(Л.И. Пензулаева стр.43,44)  НОД № 33(Л.И. Пензулаева стр. 44,45) |
| **День матери**  21.11 – 25.11(3) | НОД № 34,35(Л.И. Пензулаева стр.45,46)  НОД № 36(Л.И. Пензулаева стр,46) |
| **Новый год**  28.11 – 30.12(15) | НОД № 37, 38(Л.И. Пензулаева стр 47,49)  НОД № 39(Л.И. Пензулаева стр. 49)  НОД № 40,41(Л.И. Пензулаева стр. 50, 51)  НОД № 42 (Л.И. Пензулаева стр.51)  НОД № 43, 44(Л.И. Пензулаева стр. 52,53)  НОД № 45(Л.И. Пензулаева стр.53)  НОД № 46,47(Л.И. Пензулаева стр. 54,56)  НОД № 48 (Л.И. Пензулаева стр. 56)  НОД № 49,50(Л.И. Пензулаева стр. 58,59)  НОД № 51 (Л.И. Пензулаева стр. 60) |
| **Каникулы**  09.01 – 13.01(3)  (Неделя здоровья) | НОД № 52, 53(Л.И. Пензулаева стр.60-62)  НОД № 54(Л.И. Пензулаева стр.62) |
| **Зима**  16.01 – 03.02(9) | НОД № 55,56 (Л.И. Пензулаева стр.62,63)  НОД № 57 (Л.И. Пензулаева стр. 64)  НОД № 58,59 (Л.И. Пензулаева стр.64,65)  НОД № 60 (Л.И. Пензулаева стр 65)  НОД № 61,62 (Л.И. Пензулаева стр.67,68)  НОД № 63(Л.И. Пензулаева стр.68,69) |
| **Моя безопасность**  06.02 – 10.02(3) | НОД № 64,65(Л.И. Пензулаева стр. 69, 70)  НОД № 66 (Л.И. Пензулаева стр.70) |
| **День защитника Отечества**  13.02 – 22.02(6) | НОД № 67,68(Л.И. Пензулаева стр. 70, 71, 72)  НОД № 69(Л.И. Пензулаева стр.72)  НОД № 70,71(Л.И. Пензулаева стр. 72, 73)  НОД № 72(Л.И. Пензулаева стр.74) |
| **Международный женский день**  27.02 – 07.03(4) | НОД № 73, 74(Л.И. Пензулаева стр.75,77)  НОД № 75(Л.И. Пензулаева стр.77)  НОД № 76(Л.И. Пензулаева стр. 78) |
| **Народная культура и традиции**  09.03 – 24.03(7) | НОД № 77(Л.И. Пензулаева стр.79)  НОД № 78(Л.И. Пензулаева стр. 79,80)  НОД № 79,80(Л.И. Пензулаева стр.80-81)  НОД № 81(Л.И. Пензулаева стр. 82)  НОД № 82, 83(Л.И. Пензулаева стр. 82,83) |
| **Неделя детской книги**  27.03 - 31.03(3) | НОД № 84, 85(Л.И. Пензулаева стр. 85,86)  НОД № 86(Л.И. Пензулаева стр.86) |
| **Весна**  03.04 – 21.04(9) | НОД № 87, 88(Л.И. Пензулаева стр.80, 81)  НОД № 89(Л.И. Пензулаева стр.88)  НОД № 90,91(Л.И. Пензулаева стр. 88, 90)  НОД № 92(Л.И. Пензулаева стр.90)  НОД № 93,94(Л.И. Пензулаева стр. 90,92)  НОД № 95(Л.И. Пензулаева стр.92) |
| **Мониторинг**  24.04 – 28.04(3) | НОД № 96,97(Л.И. Пензулаева стр. 92,93)  НОД № 98(Л.И. Пензулаева стр.94,95) |
| **День Победы**  02.05 – 05.05(3) | НОД № 99,100(Л.И. Пензулаева стр. 90, 91)  НОД № 101(Л.И. Пензулаева стр.96) |
| **Лето**  10.05 - 31.05(10) | НОД № 102,103(Л.И. Пензулаева стр. 96,97)  НОД № 104(Л.И. Пензулаева стр.98)  НОД № 105,106(Л.И. Пензулаева стр. 98,99)  НОД № 107(Л.И. Пензулаева стр. 100)  НОД № 108,109(Л.И. Пензулаева стр.100,101)  НОД № 110(Л.И. Пензулаева стр.103)  НОД № 111(Л.И. Пензулаева стр.104)  Итого: 111 |

**Содержание образовательной области «Физическая культура»**

**Старшая группа №1, 2**

**(от 5 до 6 лет)**

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от

опоры.

Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться,

отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать

на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при

приземлении.

Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить

мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при

ходьбе.

Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон,

спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на

самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве.

Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования,

играм-эстафетам.

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к

занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им

некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

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

Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами

соревнования, играх-эстафетах.

Учить спортивным играм и упражнениям.

**2.5 Комплексно тематический – план подготовительная группа**

Литература: «Физическая культура в детском саду. Подготовительная к школе группа» Л.И.Пензулаева. Интернет ресурсы.

|  |  |
| --- | --- |
| **Тема, период** | **Непосредственно образовательная деятельность**  Далее НОД |
| **Мир знаний**  05.09 – 09.09(3) | НОД № 1,2 (Л.И. Пензулаева стр.9, 10)  НОД № 3 (Л.И. Пензулаева стр.11) |
| **Осень**  12.09 – 30.09(9) | НОД № 4,5 (Л.И. Пензулаева стр.11,13)  НОД № 6 (Л.И. Пензулаева стр.14)  НОД № 7,8 (Л.И. Пензулаева стр.15,16)  НОД № 9 (Л.И. Пензулаева стр.16)  НОД № 10, 11 (Л.И. Пензулаева стр16,18.)  НОД № 12 (Л.И. Пензулаева стр.18) |
| **Мониторинг**  03.10 – 07.10(3) | НОД № 13, 14 (Л.И. Пензулаева стр.20-22)  НОД № 15 (Л.И. Пензулаева стр.22) |
| **Я вырасту здоровым**  10.10 – 21.10(6) | НОД № 16,17 (Л.И. Пензулаева стр.22-24)  НОД № 18 (Л.И. Пензулаева стр.24)  НОД № 19,20 (Л.И. Пензулаева стр.24-26)  НОД № 21 (Л.И. Пензулаева стр.26-27) |
| **Неделя здоровья**  ***24.10-28.10(3)*** | НОД № 22,23 (Л.И. Пензулаева стр.27,28)  НОД № 24 (Л.И. Пензулаева стр.28,29) |
| **Мой посёлок**  31.10 – 03.11(2) | НОД № 25,26 (Л.И. Пензулаева стр.29-32) |
| **Наша родина – Россия!**  **День народного единства.**  07.11 – 11.11(3) | НОД № 27,28 (Л.И. Пензулаева стр.32-34)  НОД № 29 (Л.И. Пензулаева стр.34) |
| **Моя планета**  14.11 – 18.11(3) | НОД № 30,31 (Л.И. Пензулаева стр.34-36)  НОД № 32 (Л.И. Пензулаева стр.36) |
| **День матери**  21.11 – 25.11(3) | НОД № 33,34 (Л.И. Пензулаева стр.37-39)  НОД № 35 (Л.И. Пензулаева стр.39) |
| **Новый год**  28.11 – 30.12(15) | НОД № 36,37 (Л.И. Пензулаева стр.40,41)  НОД № 38 (Л.И. Пензулаева стр.41,42)  НОД № 39,40 (Л.И. Пензулаева стр.42,43)  НОД № 41 (Л.И. Пензулаева стр.43,44)  НОД № 42,43 (Л.И. Пензулаева стр.45,46)  НОД № 44 (Л.И. Пензулаева стр.46)  НОД № 45,46 (Л.И. Пензулаева стр.47,48)  НОД № 47(Л.И. Пензулаева стр.48,49)  НОД № 48,49 (Л.И. Пензулаева стр.49,51)  НОД № 50 (Л.И. Пензулаева стр.51,52) |
| **Каникулы**  09.01 – 13.01(3)  (Неделя здоровья) | НОД № 51,52 (Л.И. Пензулаева стр.52,53)  НОД № 53 (Л.И. Пензулаева стр.54) |
| **Зима**  16.01 – 03.02(9) | НОД № 54,55 (Л.И. Пензулаева стр.54,56)  НОД № 56 (Л.И. Пензулаева стр.56)  НОД № 57,58 (Л.И. Пензулаева стр.57,58)  НОД № 59 (Л.И. Пензулаева стр.58)  НОД № 60,61 (Л.И. Пензулаева стр59,60)  НОД № 62 (Л.И. Пензулаева стр.60,61) |
| **Моя безопасность**  06.02 – 10.02(3) | НОД № 63,64 (Л.И. Пензулаева стр 61,62)  НОД № 65 (Л.И. Пензулаева стр.62) |
| **День защитника Отечества**  13.02 – 22.02(5) | НОД № 66,67 (Л.И. Пензулаева стр63,64 )  НОД № 68 (Л.И. Пензулаева стр.64)  НОД № 69,70 (Л.И. Пензулаева стр 65,66) |
| **Международный женский день**  27.02 – 07.03(4) | НОД № 71,72 (Л.И. Пензулаева стр 72,73)  НОД № 73 (Л.И. Пензулаева стр.73,74)  НОД № 74 (Л.И. Пензулаева стр.74,75) |
| **Народная культура и традиции**  09.03 – 24.03(7) | НОД № 75 (Л.И. Пензулаева стр 75,76)  НОД № 76,77 (Л.И. Пензулаева стр.76-78)  НОД № 78 (Л.И. Пензулаева стр 78)  НОД № 79,80 (Л.И. Пензулаева стр.79,80)  НОД № 81 (Л.И. Пензулаева стр 80) |
| **Неделя детской книги**  27.03 - 31.03(3) | НОД № 82,83 (Л.И. Пензулаева стр 81,82)  НОД № 84 (Л.И. Пензулаева стр 82) |
| **Весна**  03.04 – 21.04(9) | НОД № 85,86 (Л.И. Пензулаева стр 83, 84)  НОД № 87 (Л.И. Пензулаева стр 84)  НОД № 88,89 (Л.И. Пензулаева стр 85, 86 )  НОД № 90 (Л.И. Пензулаева стр 86 )  НОД № 91,92 (Л.И. Пензулаева стр 87,88)  НОД № 93 (Л.И. Пензулаева стр 88 ) |
| **Мониторинг**  24.04 – 28.04(3) | НОД № 94,95 (Л.И. Пензулаева стр 88,89 )  НОД № 96 (Л.И. Пензулаева стр 90) |
| **День Победы**  02.05 – 05.05(2) | НОД № 97,98 (Л.И. Пензулаева стр.90-92) |
| **До свидания, детский сад!**  **Здравствуй, школа!**  10.05 - 31.05(10) | НОД № 99 (Л.И. Пензулаева стр 92,93)  НОД № 100(Л.И. Пензулаева стр 93,94)  НОД № 101,102 (Л.И. Пензулаева стр 95,96)  НОД № 103 (Л.И. Пензулаева стр96)  НОД № 104,105 (Л.И. Пензулаева стр 97-100)  НОД № 106 (Л.И. Пензулаева стр97-100)  НОД № 107,108 (Л.И. Пензулаева стр 97-100)  Итого:108 |

**Содержание образовательной области «Физическая культура»**

**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 ocновных 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.

Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки,

бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

**2.6. Особенности организации педагогического процесса.**

Особое значение в воспитании здорового ребёнка придаётся развитию движений и физической культуре детей в ходе непосредственно образовательной деятельной по физической культуре.  
Причём, в каждом возрастном периоде непосредственно образовательная деятельность имеют разную направленность:  
- Маленьким детям они должны доставлять удовольствие, научить их ориентироваться в пространстве, правильно работать с оборудованием, обучить приёмам элементарной страховки  
- В среднем возрасте – развить физические качества (прежде всего выносливость и силу)  
- В старших группах – сформировать потребность в движении, развивать двигательные способности и самостоятельность и т.д.  
Поэтому мы пытаемся использовать разнообразные варианты проведения непосредственно образовательной деятельности:

1. Непосредственно образовательная деятельность по традиционной схеме.
2. Непосредственно образовательная деятельность, состоящая из набора подвижных игр большой, средней и малой интенсивности.
3. Ритмическая гимнастика.
4. Соревнования, где дети в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей.
5. Сюжетно-игровая непосредственно образовательная деятельность.

Различные виды непосредственно образовательной деятельности (использование тренажеров и спортивных комплексов, туризм и другие).

1. Квест игра

**Формы организации образовательной области «Физическая культура»**

**Занятие тренировочного типа.** Занятия направлены на развитие двигательных функциональных возможностей детей. Тренировочные занятия включают многообразие движений (циклических, ритмических, акробатических и др.) и комплекс общеразвивающих упражнений с использованием тренажеров простого и сложного устройства. В занятие данного типа входят упражнения на спортивных комплексах, где дети выполняют такие движения, как лазанье по канату, веревочной лестнице и др.

**Фронтальный способ**. Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.

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

**Групповой способ**. Дети по указанию инструктора распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).

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

**Контрольно-проверочные занятия,** целью которых является выявление состояния двигательных умений и навыков у детей в основных видах движений (бег на скорость на I0 м, 30 м, прыжки в длину с места, метание мешочка вдаль, бросание мяча вверх и ловля его, и т.д)

**Методы и приемы обучения:**

**Наглядные:**

- наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физкультурного оборудования, зрительные ориентиры);

- тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора);

**Словесные:**

- объяснения, пояснения, указания;

- подача команд, распоряжений, сигналов;

- вопросы к детям и поиск ответов;

- образный сюжетный рассказ, беседа;

- словесная инструкция.

**Практические:**

- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;

- выполнение упражнений в игровой форме;

- выполнение упражнений в соревновательной форме;

- самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.

**2.7. Используемые образовательные технологии**

* Технология развивающего обучения
* Игровые технологии
* Здоровье сберегающие технологии

III. **Организационный раздел.**

**3.1. График работы специалиста.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| понедельник | вторник | среда | четверг | пятница |
| 8:30**-** 12:00  14:00-17:30 | 8:30**-** 12:00  14:00-17:30 | 8:30**-** 12:00  14:00-17:30 | 8:30**-** 12:00  14:00-17:30 | 8:30**-** 12:00  14:00-17:30 |

**3.2. Расписание НОД**

**Сетка НОД ОО «Физическое развитие»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| группы | понедельник | вторник | среда | четверг | пятница |
| Средняя № 1 | 9:40-10:00 |  | 9:40-10:00 |  | 9:40-10:00 |
| Средняя № 2 | 16:00-16:20 | 9:40-10:00 |  | 9:40-10:00 |  |
| Старшая № 1 | 10:05-10:25 |  | 10:05-10:25 |  |  |
| Старшая № 2 | 16:35-17:00 | 10:15-10:40 |  | 10:15-10:40 |  |
| подготовительная | 10:50-11:25 |  | 10:5011:25 |  | 10:50-11:25 |
| 2 младшая №1 |  | 16:00-16:15 |  | 16:00-16:15 | 16:00-16:15 |
| 2 младшая №2 |  | 16:25-16:40 |  | 16:25-16:40 | 16:25-16:40 |
| 1 младшая № 1 |  | 16:50-17:00  17:00-17:10 |  | 16:50-17:00  17:00-17:10 | 16:50-17:00  17:00-17:10 |
| 1 младшая № 2 | 16:50-17:00  17:00-17:10 | 10:00-10:10 |  | 10:00-10:10 |  |

**утренние гимнастики**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| группы | Понедельник  ритмика | Среда  Подвижные игры | Пятница  ОРУ |
| подготовительная | 8:30-8:40 | 8:30-8:40 | 8:30-8:40 |
| старшая | 8:40-8:50 | 8:40-8:50 | 8:40-8:50 |
| средняя | 8:50-9:00 | 8:50-9:00 | 8:50-9:00 |
| 2 младшая | 9:00-9:05 | 9:00-9:05 | 9:00-9:05 |

**физкультурные досуги**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| группа | время | День недели | № недели |
| подготовительная | 10:50-11:25 | среда | 4- я неделя месяца |
| старшая | 10:10-10:30 | среда | 3 - я неделя месяца |
| средняя | 9:40-10:00 | пятница | 2 - я неделя месяца |
| 2 младшая | 16:00-16:15 | пятница | 1 - я неделя месяца |
| 1 младшая № 1 | 16:25-16:35 | пятница | 4 - я неделя месяца |
| 1 младшая № 2 | 17:15-17:25 | пятница | 4 - я неделя месяца |

**корригирующая гимнастика**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Группы | Понедельник | Пятница |
| подготовительная | 15:00 – 15:06 | 15:00 – 15:06 |
| Старшая №1 | 15:00 – 15:06 | 15:00 – 15:06 |
| Средняя №1 | 15:00 – 15:06 | 15:00 – 15:06 |

**«Недели здоровья»**

|  |  |
| --- | --- |
| группы | Сроки проведения |
| подготовительная | ***24.10-28.10***  ***09.01 – 13.01*** |
| Старшая №1, № 2 |
| Средняя №1,№ 2 |
| 2 младшая группа №1,№ 2 |
| 1 младшая группа №1 |
| 1 младшая группа №2 |

**«Спортивные праздники»**

|  |  |
| --- | --- |
| группы | Сроки проведения |
| подготовительная | Февраль «День Защитника Отечества» Июнь « День защиты детей» |
| старшая | Ноябрь «Форт Боярд»  Февраль «День Защитника Отечества» Июнь « День защиты детей» |
| средняя | Февраль «День Защитника Отечества» Июнь « День защиты детей» |

**3.3. Условия, необходимые для реализации программы:**

**помещения (уголки), взаимодействие педагогов, специалистов и родителей.**

**Физкультурное оборудование и инвентарь**

В детском саду имеется большой спортивный зал, где дети делают ежедневную гимнастику, занимаемся физическим развитием, проводим соревнования и веселые эстафеты. В каждой возрастной группе оборудованы спортивные уголки, которые снабжены снаряжением для детей. К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования. Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям дошкольников; его количество определяется из расчета активного участия всех детей в процессе занятий. Важнейшее требование — безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закругленными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется педагогом перед занятием. Все оборудование высококачественное и отвечает санитарно – гигиеническим требованиям

**Технические средства обучения**

Для проведения физкультурно-оздоровительной работы, утренней гимнастики, физкультурных занятий и спортивных развлечений необходим музыкальный центр и музыкальное сопровождение. Детские песни и мелодии обновляется для стимулирования физической, творческой, интеллектуальной активности детей. Все это позволяет организовывать работу по сохранению и укреплению здоровья детей, созданию положительного психологического климата в детских коллективах, а также по всестороннему развитию каждого ребенка.

|  |  |
| --- | --- |
| Музыкальный центр | 2 шт в спортивном зале №1, №2. |
| аудиозаписи | Имеются и обновляются |

**Взаимодействие со специалистами**

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда

**Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя:**

* Перед физкультурным занятием воспитатель прослеживает заспортивной одеждой детей и обувью (чешками), чтобы были сняты майки и у детей ничего не находилось в руках и во рту.
* Важно, чтобы воспитатель знал свою роль в каждом виде деятельности. Он должен помочь детям лучше усвоить программное содержание. При этом его активность на занятии зависит прежде всего от возраста детей. Наиболее активная роль принадлежит воспитателю младшей группы. Воспитатель выполняет всё с самого начала занятия: с входом в зал, построения детей в шеренгу и до его окончания: выход из зала спокойным шагом.
* В средней, старшей и подготовительных к школе группах воспитатель помогает инструктору в перестроении детей, раздаче и сборе спортивного инвентаря. Во время выполнений общеразвивающих упражнений и в основных видах движений воспитатель следит за исходным положением и качеством движений, делает по необходимости замечания детям или поощряет тех, которые верно справились с заданием, применяя самые разнообразные приёмы.
* Во время подвижных игр воспитатель следит за детьми, чтобы они правильно передавали игровой образ, не нарушали установленные правила.
* Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель умело должен применять на утренней гимнастике и в повседневной жизни детей. Ежедневные занятия с каждым ребёнком, знание его интересов, способностей дают возможность воспитателю и инструктору по физическому воспитанию осуществлять физическое развитие всех детей.
* Инструктор консультирует воспитателей, даёт необходимые советы, оказывает помощь.
* Чтобы воспитатель был первым помощником инструктора, с ним надо регулярно взаимодействовать. На консультациях знакомить воспитателей с планом работы, разрабатывать утреннюю гимнастику, обращать внимание на те умения и навыки, которыми должен овладеть каждый ребёнок, вместе обсуждать проведенные занятия, учитывать, кому из детей нужна индивидуальная помощь. А на практических занятиях помогать воспитателям, совершенствовать их навыки и умения.

**Взаимодействие инструктора по физической культуре и медицинского работника**

* Основными проблемами, требующими совместной деятельности прежде всего, являются:
* Физическое состояние детей посещающих детский сад (в начале и в конце года, совместно с медицинской сестрой осуществляется мониторинг физической подготовленности детей);
* Профилактика заболеваний ОДА, сердечнососудистой, дыхательной и других систем;
* Способствуем предупреждению негативных влияний интенсивной образовательной деятельности

**Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального**

**руководителя**

Музыка воздействует:

* на эмоции детей;
* создает у них хорошее настроение;
* помогает активировать умственную деятельность;
* способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации;
* освобождает инструктора или воспитателя от подсчета;
* привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике.

**Система работы с родителями воспитанников**

***Цель***: Оказание помощи семье в физкультурно-оздоровительном воспитании детей.

***Задачи:***

1. Повышать уровень культуры родителей, их ком­петентности в области здоровьесбережения, физическом воспитании ре­бенка.

4. Воспитывать у родителей от­ветственность за сохранение здоровья, воспитание и развитие своего ребенка.

***Формы организации:***

Консультации

Беседы

Совместные занятия, праздники, развлечения

***Предполагаемый результат:***

Родители вовлечены в воспитательно-образовательный процесс по физическому воспитанию детей.

У родителей воспитанников повысился уровень компетентности в физическом воспитании и развитии дошкольников. В большинстве се­мей изменены установки в области здоровьесбережения по отношению к ребенку, скорректированы родительские пози­ции.

**4.Информационно-методическое обеспечение программы:**

**4.1 Специальные методики, технологии, методическая литература;**

Методические литература:

* + - 1. Анисимова.Т.Г. Физкультурное воспитание детей 2-7 лет: развернутое перспективное планирование по программе под редакцией Васильеваой. М.А, Гербовой. В.В и др, Волглргад:Учитель. 2010. – 131с.

1. Бондаренко Н.А. Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3 – 4 лет в ДОУ: - Воронеж: И П Лакоценина Н.А. 2012.- 176с.
2. Вераксы Н.Е, Комарова Т.С, Васильевой М.А, Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования. «От рождения до школы» - М.: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2014. – 368с.
3. Степанкава Э.Я. Сборник подвижных игр. Для работы с детьми 2-7 лет - М.: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ. 2011.- 144с.
4. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа. — М.Мозаика-Синтез, 2010 год.
5. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду. Система работы в средней группе - М. Мозаика-Синтез, 2012 год.
6. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в старшей группе. – М. Мозаика-Синтез 2012 год.
7. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе.- М. Мозаика - Синтез, 2012 год.
8. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. Комплексы оздоровительной гимнастики. – М.: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ.2010. – 128с.
9. Карпухина Н.А. Консчпекты занятий в первой младшей группе детского сада. Практические пособие для воспитателей и методистов ДОУ. – Воронеж: ЧП Лакоценин С.С.,2008 – 272с.
10. Рабочая программа МБДОУ Чановского детского сада №4. 2015г - 104с.
11. Интернет ресурсы.
12. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольно­го образования // Приказ Министерства образования и науки № 1155 от 17 октября 2013 года (вступил в силу 01 января 2014 года).
13. Ноткина Н. А. и др. Оценка физического и нервно-психического разви­тия детей раннего и дошкольного возраста. — СПб., 2003.

**4.2 Наглядные дидактические пособия (иллюстрации, репродукции, схемы, таблицы, инструменты, модели, муляжи и т.п.);**

* Наглядные дидактические пособия « Расскажите детям о зимних видах спорта» рассказы по картинкам.
* Наглядные дидактические пособия « Расскажите детям о летних видах спорта» рассказы по картинкам.
* Наглядные дидактические пособия «Олимпийские виды спорта» рассказы по картинкам.
* Консультативный материала в уголки для родителей.
* Картотека подвижных игр.
* Картотека ОВД (основных видов движения).
* Картотека дыхательная гимнастика.
* Картотека гимнастик побудок.
* Плакаты тематические по видам спорта.
* Картотека гимнастика в движении
* Картотека зарядка в стихах
* Картотека развитие речи в движении

**4.3 Технические средства (звуковые, визуальные, экранные, аудио-визуальные (теле-, видеоаппаратура и др.);**

* Музыкальный центр

**4.4 Оборудование, инвентарь**

|  |  |
| --- | --- |
| Спортивный инвентарь | количество |
| Цель для метания | 3 |
| Наборы городков | 5 |
| Платочки | 30 |
| Гантели пласмассовые | 30 |
| Самокат | 2 |
| Гантели с наполнителем | 20 |
| Дорожки «Ладошки следочки» | 1 |
| Маски для П\И | 40 |
| Мяч футбольный | 2 |
| Мяч баскетбольный | 2 |
| Мяч волейбольный | 2 |
| Мяч резиновый большой | 15 |
| Мяч резиновый средний | 10 |
| Мяч резиновый малый | 20 |
| Мяч «Хоп» | 5 |
| Скакалки | 20 |
| Обруч алюминиевый | 20 |
| Обруч пластмассовый | 6 |
| Стойка | 2 |
| Дуги железные | 2 |
| Доска деревянная 15\*1.50 | 1 |
| Доска деревянная 20\*2.50 | 1 |
| Доска наклонная | 1 |
| Доска ребристая | 1 |
| Бревно деревянное | 1 |
| Свисток | 3 |
| Бубен | 1 |
| Конусы | 4 |
| Мяч теннисный | 2 |
| Мешок для прыжков | 2 |
| Кегли | 50 |
| Гантели | 50 |
| Ленты | 20 |
| Флажки | 30 |
| Ведра | 3 |
| Шишки | 100 |
| Погремушки | 20 |
| Корзина | 5 |
| Кубики | 30 |
| Кольцеброс | 2 |
| Канат | 4 |
| Гимнастическая палка | 30 |
| Булавы | 20 |
| Кольца для баскетбола | 2 |
| Обручи малые | 30 |
| Лоток для инвентаря | 2 |
| Мат | 3 |
| Гимнастические скамейки | 3 |
| Мешочки с песком | 20 |
| Мячи с разными наполнителями | 2 |
| Массажные дорожки | 10 |
| Дорожки «Ладошки следочки» | 1 |

**5. Приложение к программе**

5.1 Описание подвижных игр.

**Первая младшая группа**

**(от 2 до 3 лет)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Название игры** | **Цель** |
| Солнышко и дождик | Развивать у детей умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, быстро реагировать на сигнал. |
| Кошка и мышки | Упражнять детей в подлезании, умении реагировать на сигнал, выполнять движения в соответствии с текстом стихотворения. |
| Пузырь | Закреплять у детей умение становиться в круг, постепенно расширять и сужать его; учить согласовывать движения; развивать внимание. |
| Карусели | Учить согласовывать движения друг с другом и ритмом текста; развивать внимание. |
| Лови-лови! | Упражнять в прыжках. |
| Куклы пляшут | Учить выполнять игровые действия по очереди; воспитывать самостоятельность. |
| Зайка | Учить выполнять движения в соответствии с текстом. |
| Бабушка Маланья | Учить становиться в круг, выполнять движения в соответствии с текстом, показом. |
| Самый меткий | Упражнять в бросании мешочков горизонтальную цель; развивать меткость. |
| Догони мяч | Развивать у детей умение сохранять во время ходьбы и бега необходимое направление и изменять его в зависимости от сложившейся ситуации, приучать бегать в разных направлениях, не задевать друг друга, ловить мяч, развивать внимание и выдержку. |
| Где звенит? | Развивать у детей внимание и ориентировку в пространстве. |
| Подползи под воротца | Упражнять детей в ползании на четвереньках и пролезании под препятствие, не задевая его. |
| Ай гу-гу! | Знакомить с народными подвижными играми; учить выполнять движения в соответствии с текстом. |
| У медведя во бору | Знакомить детей с русскими народными подвижными играми; учить бегать по сигналу в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга. |
| Пчёлки и медведи | Учить детей действовать по сигналу; бегать, не наталкиваясь друг на друга. |
| Кто раньше дойдёт до флажка? | Учить ходить в прямом направлении; воспитывать выдержку. |
| Самолёты | Упражнять детей в умении бегать, не наталкиваясь друг на друга; выполнять движения по сигналу. |
| Мой весёлый звонкий мяч | Учить детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга. |
| Зайцы и волк | Знакомить детей с русскими народными подвижными играми; приучать детей внимательно слушать педагога, выполнять прыжки и другие действия в соответствии с текстом; учить ориентироваться в пространстве. |
| Весёлые зайчата | Упражнять детей в беге, прыжках, развивать ловкость. Побуждать к самостоятельности. Вызывать чувство радости от совместных действий со взрослым и сверстниками. |
| Лошадки | Приучать детей двигаться вдвоем один за другим, согласовывать движения, не подталкивать бегущего впереди, даже если он двигается медленно. |
| Не боимся мы кота | Приучать детей слушать текст и быстро реагировать на сигнал. |
| Вышла курочка гулять | Учить внимательно слушать взрослого, выполнять движения в соответствии с текстом. |
| Поезд | Развивать у детей умение выполнять движения по звуковому сигналу, упражнять в ходьбе, беге друг за другом. |
| Веснянка | Учить выполнять движения в соответствии с текстом. |
| Лохматый пёс | Учить внимательно слушать текст, бегать по сигналу в разных направлениях. |
| Птички летают | Учить имитировать движения птиц, действовать по сигналу. |
| Ловишки | Развивать ловкость, быстроту. |
| Птички и кошка | Упражнять детей в беге в разных направлениях. |
| Зайчики в домике | Повышать двигательную активность детей, развивать быстроту, ловкость; учить ориентироваться в пространстве. |
| Пчёлки | Знакомить детей с русскими народными играми, развивать быстроту и ловкость. |

**Подвижные игры вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Игры с бегом | Игры с прыжками | Игры с ползанием и лазаньем | Игры с бросанием и ловлей | Игры с элементами соревнования |
| «Бегите ко мне»,  «Птичка и птенчик»,  «Кот и мышки», «Бегите  к флажку», «Найди свой  цвет», «Трамвай»,  «Поезд», «Лохматый  пес», «Птички в  гнездышках»,  «Солнышко и дождик»,  «Пузырь». | «По ровненькой  дорожке», «Поймай  комара», «Воробушки и  кот», «С кочки на  кочку», «Лягушки»,  «Зайка». | «Наседка и цыплята»,  «Мыши в кладовой»,  «Кролики», «Обезьянки». | «Кто бросит дальше  мешочек», «Попади в  круг», «Сбей кеглю»,  «Береги предмет»,  «Догони мяч». | «Найди свое место»,  «Угадай, кто и где кричит»,  «Найди, что спрятано». |

**Подвижные игры средняя группа (от 4 до 5 лет)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Игры с бегом | Игры с прыжками | Игры с ползанием и лазаньем | Игры с бросанием и ловлей | Игры с элементами соревнования |
| «Цветные  автомобили»,  «Самолеты», «У  медведя во бору»,  «Птички и кошка»,  «Лохматый пес»,  «Найди себе пару»,  «Бездомный заяц»,  «Ловишки»,  «Огуречик»,  «Карусель», «Мы -  веселые ребята»,  «Совушка», «Кто  быстрее добежит до  флажка», «Ловишки»,  «Ловишки с  ленточкой» | «По дорожке на одной  ножке», «Зайцы и волк»,  «Лиса в курятнике»,  «Зайка серый умывается»,  «Лягушки». | «Котята и щенята»,  «Перелет птиц»,  «Наседка и цыплята»,  «Мыши в кладовой»,  «Пастух и стадо»,  «Кролики», «Не  опоздай», «Не задень». | «Мяч через сетку»,  «Подбрось-поймай»,  «Сбей булаву», «Кегли»,  «Кольцебросы», «Попади  в ворота». | ««Найди свое место», «Найди  и промолчи», «Прятки»,  «Найди, где спрятано».  Народные подвижные  игры. «Дорожки», «Змейка»,  «Лошадки», «Заря»,  «Стрекозы». |

**Подвижные игры старшая группа (от 5 до 6 лет)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Игры с бегом | Игры с прыжками | Игры с ползанием и лазаньем | Игры с бросанием и ловлей | Игры с элементами соревнования |
| «Мы – веселые  ребята», «Парный  бег», «Мышеловка»,  «Гуси-лебеди»,  «Караси и щука»,  «Хитрая лиса»,  «Совушка», «Два  Мороза», «Бездомный  заяц», «День и ночь»,  «Снежная карусель»,  «Ловишки»,  «Ловишки с  ленточками»,  «Ловишки-  перебежки» | «Удочка»,  «С кочки на кочку»,  «Лягушки и цапля»,  «Волк во рву»,  «Классики», «Не  попадись!», «Не  оставайся на полу»,  «Чехарда». | «Медведь и пчелы»,  «Перелет птиц», «Ловля  обезьян», «Пожарные на  учении», «Переправа». | «Охотники и зайцы», «Мяч  водящему», «Охотник и  звери», «Ловишки с мячом»,  «Школа мяча».  *Игры-эстафеты.*  «Эстафета парами»,  «Дорожка препятствий»,  «Забрось мяч в кольцо»,  «Веселые соревнования». | «Кто быстрее?»,  «Кто выше?», «Кто скорее  пролезет через обруч к  флажку?»,  «Чья команда забросит в  корзину больше мячей?».  *Народные подвижные игры*  «Гори, гори ясно!»,  «Платок», «Много троих,  хватит двоих», «Дедушка-  рожок», «Краски»,  «Колечко», «Веселый  садовник». |

**Подвижные игры подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Игры с бегом | Игры с прыжками | Игры с подлезанием и лазаньем | Игры с бросанием и ловлей | Игры с элементами соревнования |
| «Быстро возьми,  быстро положи»,  «Перемени предмет»,  «Ловишки с  ленточками»,  «Жмурки», «Чье звено  скорее соберется»,  «Кто скорее докатит  обруч до флажка»,  «Догони свою пару»,  «Мы – веселые  ребята», «Парный  бег», «Мышеловка»,  «Гуси-лебеди»,  «Караси и щука»,  «Хитрая лиса»,  «Совушка», «Два  Мороза», «Пустое  место», «День и  ночь», «Снежная  карусель». | «Удочка»,  «С кочки на кочку»,  «Лягушки и цапля»,  «Волк во рву»,  «Классики», «Не  попадись!», «Не  оставайся на полу | «Медведь и пчелы»,  «Перелет птиц», «Ловля  обезьян», «Пожарные на  учении», «Переправа». | «Кого назвали, тот ловит  мяч», «Охотники и зайцы»,  «Мяч водящему»,  «Охотник и звери»,  «Ловишки с мячом»,  «Школа мяча».  *Игры-эстафеты:*  «Эстафета парами»,  «Дорожка препятствий»,  «Забрось мяч в кольцо»,  «Веселые соревнования». | «Кто быстрее?»,  «Кто выше?»,  «Кто скорее пролезет через  обруч к флажку?»,  «Чья команда забросит в  корзину больше мячей?».  *Народные подвижные игры:*  «Гори, гори ясно!», «Платок»,  «Много троих, хватит двоих»,  «Дедушка-рожок», «Краски»,  «Колечко», «Веселый  садовник». |

5 .2 Перспективное планирование физкультурных досугов

**Перспективное планирование физкультурных досугов**

**на 2016 - 2017 учебный год**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **первая младшая группа (**пятница 4 – неделя месяца) | **Вторая младшая группа** (пятница 1 я неделя месяца) | **Средняя группа** (пятница 2 я неделя месяца) | **Старшая группа** (среда 3 я неделя месяца) | **Подготовительная группа** (среда 4 я неделя месяца) |
| **Сентябрь** | **«Вышли зайцы в огород»**  **Цель:** Упражнять в беге, прыжках, ползании. Дать возможность родителям и детям заниматься совместно физкультурой. Дать родителям возможность увидеть способности ребенка. Вызвать положительный эмоциональный отклик. | **«Веселый мяч»**  **Цель:** Доставить детям удовольствие при выполнении физи­ческих упражнений. Развивать ловкость и глазомер при игре с мячом. Повторить игровые упражнения с бегом. | **«Детский сад»**  **Цель:** Доставить детям удовольствие при выполнении физи­ческих упражнений. Развивать ловкость и глазомер во время игры с мячом. Закрепить умение передавать мяч за головой назад, прыгать с мячом зажатым между ног. Повторить игровые упражнения с бегом. Воспитывать смелость, находчивость. | **«Детский сад»**  **Цель:** Доставить детям удовольствие при выполнении физи­ческих упражнений. Развивать ловкость и глазомер во время игры с мячом; закрепить умение передавать мяч за головой назад, прыгать с мячом, зажатым между ног. Повторить игровые упражнения с бегом. Воспитывать смелость, находчивость. | **«Сбор урожая»**  **Цель:** Приобщать детей к здоровому образу жизни. Обучать детей игровым упражнениям для профилактики осанки и плоскостопия. Создать положительно-эмоциональный настрой, вызвать интерес к занятиям спортом. |
| **Октябрь** | **«Мы построим новый дом»**  **Цель:** Формирование патриотических чувств у дошкольников младшего возраста в процессе физкультурно-оздоровительной работы. | **«Путешествие в осенний лес»**  **Цель:** Продолжать расширять знания детей об окру­жающем мире, развивать фантазию, воображение. Воспитывать любовь к природе и бережное к ней отношение. Развивать физи­ческие качества (силу, ловкость смелость, гибкость). Доставить детям чувство радости. | **«Я вырасту здоровым»**  **Цель:** Доставить детям удовольствие при выполнении физи­ческих упражнений. Закрепить умение продвигаться по кругу; повторить игровые упражнения с бегом, метанием. Развивать ловкость, быстроту, смелость. | **«Я вырасту здоровым»**  **Цель:** Знакомить с русскими народными играми, забавами и народными традициями. Закреплять навыки выполнения русских танцевальных движений. Развивать самостоятельность и умение импровизировать. | **«Подвижные игры народов России»**  **Цель:** Повышение интереса к физической культуре и здоровому образу жизни.  Закреплять умение участвовать в спортивных играх с элементами соревнований, способствующих развитию ловкости, силы, быстроты.  Совершенствовать навыки выполнения основных движений: бег, прыжки.  . |
| **Ноябрь** | **«Мишка шалунишка»**  **Цель:** Пролжать учить ходить по ограниченной площади опоры, сохраняя устойчивое равновесие; упражнять в подпрыгивании на месте, приземляясь на полусогнутые ноги. Воспитывать желание заниматься физкультурой, самостоятельность, дисциплинированность. | **«Мой дом, мой поселок»**  **Цель:** Продолжать знакомить детей с окружающим миром. Совершенствовать навыки ходьбы и бега. Упражнять в подбрасывании и ловле мяча. Доставить детям чувство радости. | **«Наша родина Россия»**  **Цель:** Вызвать положительный, эмоциональный настрой, устойчивый интерес к занятиям спортом, Упражнять в равновесии, беге прыжках. Развивать быстроту, ловкость, смелость. Воспитывать чувства коллективизма и взаимовыручки. | **«Транспорт»**  **Цель:** Развивать у детей физические качества: быстроту, смелость, выносливость. Воспитывать дружелюбие, чувство сопереживания, ответственности, дисциплинированности. | **«Волшебный цветок здоровья»**  Цель: Познакомить детей с физическими упражнениями для укрепления здоровья с помощью подвижной и познавательной игры- путешествие. |
| **Декабрь** | **«В гости к медвежатам – зима»**  **Цель:** Продолжать знакомить детей с природными явле­ниями; воспитывать любовь к природе и желание ее беречь; со­вершенствовать навыки ходьбы и бега; упражнять в ползании.  Доставить детям радость. | **«Зимние забавы»**  **Цель:** Расширять знания детей об окружающем мире. Совершенствовать навыки ходьбы и бега. Упражнять в подбрасывании и ловле мяча. Доставить детям чувства радости. | **«Зимний стадион – Поиграй-ка»**  **Цель:** Формировать двигательные умения и навыки. Развивать физические качества (силу, быстроту, выносливость). Воспитывать целеустремленность. Доставить детям радость. | **«Спортивный город»**  **Цель:** Создать радостное, бодрое настроение, желание играть в совместные игры. Упражнять в беге, прыжках, метании. Развивать ловкость, быстроту, смелость. Воспитывать доброжелательность. | **«Как нам весело зимой»**  **Цель:** Развивать двигательные умения и навыки детей;  создать бодрое и веселое настроение у детей;  воспитывать привычку заниматься физкультурой. |
| **Январь** | **«Встреча со Снеговиком»**  **Цель:** Совершенствовать навыки ходьбы и бега. Упражнять в метании, прыжках. Закреплять знания детей в названии и определении времен года. Развивать внимание. Доставить детям чувство радости. | **«Путешествие в зимний лес»**  **Цель:** Совершенствовать навыки ходьбы и бега. Упражнять в ползании. Продолжать знакомить с зимними явлениями природы. Воспитывать любовь к природе и желание ее беречь. | **«Чем зимою нам заняться?»**  **Цель:** Закрепить знания о зимних видах спорта и развлечениях. Развивать внимание, выразительность движений, подвижность суставов. Формировать умение создавать образ в движении. Воспитывать интерес к спорту, желание заниматься им. | **«Страна зимних игр и развлечений»**  **Цель:** Закрепить знания детей о зимних видах спорта. Способствовать развитию выразительности речи, мимики и движений. Развивать ловкость быстроту, смелость, внимание, выразительность движений. Воспитывать желание заниматься спортом, чувство товарищества и спортивный характер. | **«Страна зимних игр и развлечений»**  **Цель:** Закрепить знания детей о зимних видах спорта. Способствовать развитию выразительности речи, мимики и движений. Развивать ловкость быстроту, смелость, внимание, выразительность движений. Воспитывать желание заниматься спортом, чувство товарищества и спортивный характер. |
| **Февраль** | **«Мамин день»**  **Цель:** Упражнять в беге, равновесии, спрыгивании, прыжках. Развивать ловкость, быстроту. Воспитывать желание быть похожими на храбрых летчиков. | **«Хочется мальчишкам в армии служить!»**  **Цель:** Создать радостное, бодрое настроение. Совершенствовать двигательные умения. Формировать интерес и потребность в занятиях спортом. Развивать ловкость, быстроту, силу, смекалку. | **«Моя безопасность!»**  **Цель:** Упражнять в беге. прыжках, метании. Развивать быстроту, ловкость, смелость, глазомер. Воспитывать любовь и уважение к профессии военного, чувства коллективизма и взаимовыручки, ответственности. | **«Слава армии Российской!»**  **Цель:** Совершенствовать двигательные способности; упражнять в равновесии, беге прыжках. Развивать быстроту, ловкость, смелость. Воспитывать любовь и уважение к профессии военного, чувства коллективизма и взаимовыручки. | **«Цветок здоровья»**  **Цель:** Укреплять физическое и психическое здоровье детей;  Развивать знания об организме человека, роли физических упражнений в его  жизнедеятельности, способах укрепления здоровья;  Развивать быстроту, ловкость, выдержку, внимание, смелость и упорство в достижении  поставленной цели. |
| **Март** | **«Пришла весна, разбудим мишку ото сна»**  **Цель:** . Закрепить умение бросать мяч об пол (вверх) и ловить его двумя руками. Развивать устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке и массажным дорожкам. Совершенствовать навык прыжков через предметы. Воспитывать желание заниматься физическими упраж­нениями. | **«Федорино горе»**  **Цель:** Упражнять в равновесии, умении сохранять правильную осанку, спрыгивании со скамейки и подпрыгивании вверх с доставанием предмета. Развивать внимание, ловкость, выносливость. Доставить детям чувство радости. | **«Народная культура и традиции»**  **Цель:** Совершенствовать навыки ходьбы и бег. Упражнять в подбрасывании, отбивании, ловле и прокатывании мяча. Воспитывать волю к победе, командные качества (чувство долга, ответственности). Доставить детям радость. | **«Народная культура и традиции»**  **Цель:** Приобщить детей к традициям большого спорта;  продолжать укреплять здоровье детей; учить не только получать радость от своих результатов, но и переживать за товарищей.  выявить спортивные интересы, склонности и способности дошкольников; развивать быстроту, ловкость, силу, точность, выносливость; воспитывать волевые качества, развивать стремление к победе и уверенность в своих силах. | **«В гостях у сказки»**  **Цель:**сохранять и укреплять здоровье через развитие кондиционных физических качеств; оздоравливать и укреплять дыхательную систему с помощью дыхательных упражнений.  Воспитывать морально-волевые качества через выполнение физических упражнений, воспитывать взаимовыручку, взаимопомощь, чувство команды.Развивать кондиционные физические качества, повторить навык скольжения на груди, развивать чувство ритма. |
| **Апрель** | **«Мы растем здоровыми!»**  **Цель:** Создать радостное, бодрое настроение, желание играть в совместные игры. Упражнять в беге, прыжках, метании. Развивать ловкость, быстроту, смелость. Воспитывать доброжелательность. | **«Мы растем здоровыми, красивыми, счастливыми!»**  **Цель:** Формировать навыки здорового образа жизни. Закрепить выполнение основных движений: бега, прыжков, метания. Развивать умение ориентироваться в пространстве. Доставить детям чувство радости. | **«Ловкие, сильные, смелые!»**  **Цель:** Развивать умение ставить перед собой цель и достигать ее, преодолевая препятствия; совершенствовать двигательные качества (ловкость, быстроту, выносливость); развивать умение ориентироваться в пространстве; воспитывать командные качества; доставить детям чувство радости. | **«В здоровом теле – здоровый дух!»**  **Цель:** Прививать любовь к спорту и физкультурным упражнениям. Развивать быстроту, ловкость, силу. Подвести детей к пониманию того, что каждый человек должен сам заботиться о своем здоровье с детства. Повышать защитные силы организма через массаж, дыхательную гимнастику. Закрепить знания о необходимости наличия витаминов в организме человека, о полезных продуктах, в которых содержаться витамины. Доставить детям чувство радости. | **«Сто затей для 100 друзей»**  **Цель**:Совершенствовать навыки ходьбы и бега. Упражнять в ловле и прокатывании мяча. Упражнять в ловкости, точности движений. Воспитывать волю к победе, командные качества (чувство долга, ответственности). Доставить детям удовольствие от совместной с родителями деятельности; |
| **Май** | **«Веселые лягушки»**  **Цель:** Доставить детям удовольствие при выполнении физи­ческих упражнений. Упражнять в ходьбе, беге, прыжках. Развивать ориентировку в пространстве. | **«Веселый обруч»**  **Цель:** Доставить детям удовольствие при выполнении физи­ческих упражнений; развивать ловкость и глазомер во время игры с обручем; повторить игровые упражнения с бегом, прыжками; воспитывать смелость, находчивость | **«Зеленая страна»**  **Цель:** Совершенствовать двигательные способности детей. Упражнять в ходьбе, беге, прыжках, метании. Воспитывать любовь к природе. Доставить детям чувство радости. | **«Джунгли зовут!»**  **Цель:** Вызвать положительный, эмоциональный настрой, устойчивый интерес к занятиям спортом. Упражнять в равновесии, беге прыжках. Развивать быстроту, ловкость, смелость. Воспитывать чувства коллективизма и взаимовыручки. | **«До свидания детский сад! Здравствуй школа!»**  **Цель:** Формировать навыки здорового образа жизни; воспитывать бережное отношение к своему здоровью, формировать устойчивый интерес к занятиям физической культурой и спортом; доставлять радость и удовольствие от игр развивающей направленности; создавать условия для проявления настойчивости, смекалки, взаимопомощи. |

5.3 Диагностические карты

**Образовательная область «Физическое развитие»**  Первая младшая группа на 20\_\_/20\_\_ учебный год

Воспитатели: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия, имя ребёнка | Умеет ходить и бегать не наталкиваясь на других детей | | Может прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперёд | | Умеет брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч | | Умеет ползать, подлезать под натянутую верёвку, перелезать через препятствие | | Итоговый показатель | | | |
| Количество баллов | | Уровень | |
| н.г. | к.г. | н.г. | к.г. | н.г. | к.г. | н.г. | к.г. | н.г. | к.г. | н.г. | к.г. |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Средний уровень группы | Всего детей | НУ | | СУ | | ВУ | |
| Начало учебного года (Н) | (100%) |  | % |  | % |  | % |
| Конец учебного года (К) | (100%) |  | % |  | % |  | % |

**Образовательная область «Физическое развитие»**  вторая младшая группа на 20\_\_/20\_\_ учебный год

Воспитатели \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Ф.И.О.  ребенка | Владеет простейшими навыками поведения во время еды, умывания | | Приучен к опрятности, замечает и устраняет непорядок в одежде | | Умеет ходить и бегать, сохраняя равновесие, в разных направлениях по указанию взрослого | | Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом | | Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места | | Катает мяч в заданном направлении с расстояния, бросает мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударяет мячом об пол, бросает вверх и ловит; метает предметы правой и левой руками | | Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение) | |
| сентябрь | май | сентябрь | май | сентябрь | май | сентябрь | май | сентябрь | май | сентябрь | май | сентябрь | май |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итоговый показа­тель по группе (сред­нее значение) | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Образовательная область «Физическое развитие»** средняя группа на 20\_\_/20\_\_ учебный год

Воспитатели \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Ф.И.О.  ребенка | Знает о значении для здоровья утренней гим­настики, закаливания, соблюдения режима дня | | Соблюдает элементарные правила личной ги­гиены, опрятности | | Умеет самостоятель­но одеваться и разде­ваться, убирает одежду и обувь в шкафчик | | Ловит мяч с расстоя­ния. Метает мяч разны­ми способами правой и левой руками, отбива­ет о пол | | Строится по заданию взрослого в шеренгу, в колонну по одному, парами, в круг | | Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение) | |
| сентябрь | май | сентябрь | май | сентябрь | май | сентябрь | май | сентябрь | май | сентябрь | май |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итоговый показа­тель по группе (сред­нее значение) | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Образовательная область «Физическое развитие»** старшая группа на 20\_\_/20\_\_ учебный год

Воспитатели \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Ф.И.О.  ребенка | Знает о важных и вредных факторах для здоровья, о зна­мении для здоровья утренней гимнастики, закаливани, соблюдения режима дня | | Соблюдает элементар­ные правила личной ги­гиены, самообслужива­ния, опрятности | | Выполняет ОРУ по собственной инициати­ве, согласует движения рук и ног | | Умеет лазать по гимнастической стенке, прыгать в длину с места, с разбега, в высоту с раз- бега, через скакалку | | Умеет перестраиваться в колонну но трое, чет­веро, равняться, размы­каться, выполнять пово­роты в колонне | | Умеет метать предметы правой и левой руками в вертикальную и горизонтальную цель, отби­вает и ловит мяч | | Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение) | | |
| сент | май | сент | май | сент | май | сент | май | сент | май | сент | май | сент | май |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итоговый показа­тель по группе (сред­нее значение) | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Образовательная область «Физическое развитие»** подготовительная группа на 20\_\_/20\_\_ учебный год

Воспитатели \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Ф.И.О.  ребенка | Знает о принципах здоро­вого образа жизни (двига­тельная активность, зака­ливание, здоровое пита­ние, правильная осанка) и старается их соблюдать | | Называет атрибуты не­которых видов спорта, имеет предпочтение в выборе подвижных игр с правилами | | Выполняет ОРУ по собственной инициати­ве, согласует движения рук и ног | | Умеет прыгать в длину с места, с разбега, в вы­соту с разбега, через скакалку | | Умеет перестраиваться в 3—4 колонны, в 2—3 круга на ходу, в 2 ше­ренги после пересчета, соблюдаем интервалы в передвижении | | Умеет метать предметы правой и левой руками в вертикальную и гори­зонтальную цель, в дви­жущуюся цель, отбивает и ловит мяч | | Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение) | |
| сентябрь | май | сентябрь | май | сентябрь | май | сентябрь | май | сентябрь | май | сентябрь | май | сентябрь | май | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
| Итоговый показа­тель по группе (сред­нее значение) | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |