

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
"Детский сад комбинированного вида № 35 "Соловушка"

СОГЛАСОВАНО
старший воспитатель
Мусина Л.А.
от «28» 08 2018 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по образовательной области
«Физическое развитие»
для детей 3-7 лет
на 2018 – 2019 учебный год

ПОДГОТОВИЛИ:
Борисова Е.Ю.
Иванова Т.А.
Капустина И.В.
Обросова Л.Н.
Опружак Н.В.

г. Набережные Челны, 2018 год

ОГЛАВЛЕНИЕ

№	Наименование разделов	Стр.
I.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	3
1.1	Пояснительная записка	3
	Цели и задачи реализации Программы в соответствии с ФГОС	4
	Цель и задачи образовательной области «Физическое развитие»	5
	Цель и задачи ОО «Физическое развитие» с учетом НРК	6
	Принципы и подходы к формированию Программы	6
	Принципы построения Программы по ФГОС	6
	Принципы дошкольного образования	6
	Принципы физического развития	6
	Значимые для разработки и реализации рабочей программы характеристики	8
	Характеристика контингента детей ДО	8
	Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста	8
1.2	Планируемые результаты освоения Программы	9
	Планируемые результаты как ориентиры освоения детьми основной общеобразовательной Программы.	10
	Педагогическая диагностика	13
	Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов с учетом НРК	13
II.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	14
2.1.	Содержание образовательной области «Физическое развитие»	14
	Взаимодействие образовательной области «Физическое развитие» по ФГОС	24
2.2	Формы, способы, методы и средства реализации Программы	32
	Методы физического развития	32
	Средства физического развития	32
	Модель двигательной активности	32
	Система физкультурно-оздоровительных мероприятий	33
	Формы организации работы с детьми по ОО «Физическое развитие»	33
	Здоровьесберегающие технологии	35
	Формы взаимодействия с семьями воспитанников	36
2.3	Коррекционная работа	36
	План индивидуальной коррекционно-развивающей работы с детьми с низким уровнем физической подготовленности	39
III.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	51
	Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении	51
	Особенности традиционных мероприятий, праздников	51
	Тематическое планирование физкультурно-оздоровительных праздников и развлечений	51
	Особенности организации развивающей предметно – пространственной среды для физического развития	52
	Материально-техническое обеспечение Программы	53
	СПИСКИ ЛИТЕРАТУРЫ	55
1.	Список основной литературы	55
2.	Список обязательной литературы Учебно-методический комплект для обеспечения образовательной деятельности по программе	56
	ИНТЕРНЕТРЕСУРСЫ	56
	ПРИЛОЖЕНИЕ	58
	ПРЕЗЕНТАЦИЯ	

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Проблема ухудшения здоровья подрастающего поколения в последние годы приобретает все большую актуальность. Одна из существенных причин сложившейся ситуации – отсутствие сформированности у детей ценностного отношения к собственному здоровью. Формирование здорового образа жизни достойно того, чтобы стать своего рода национальной идеей, способствующей развитию сильного государства и здорового общества.

Сегодня в обществе идет становление новой системы дошкольного образования, направленной на реализацию федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (ФГОС ДО). Федеральный государственный стандарт представляет собой совокупность требований, обязательных при реализации основных образовательных программ начального общего образования образовательными учреждениями, имеющими государственную аккредитацию.

Происходящая в стране модернизация образования обусловила необходимость важных изменений в определении содержания и способов организации педагогического процесса в детском саду, в том числе и в физическом воспитании детей. Осознание большой ответственности за здоровье детей даёт стимул инструкторам по физической культуре к овладению новыми методиками и технологиями в направлении оздоровительной работы для дальнейшего применения воспитанниками полученных знаний, двигательных умений и навыков в различных жизненных ситуациях. Интеграция наиболее способствует этому. Согласно принципу интеграции, физическое развитие детей осуществляется не только в процессе специфических физкультурных и спортивных игр, упражнений, ООД, но и при организации всех форм двигательной деятельности через физкультминутки, дидактические игры с элементами движения, подвижные игры с элементами развития речи, математики, конструирования и пр. Интегрированная технология, реализуемая в физкультурно-оздоровительном процессе, позволяет качественно и эффективно освоить большинство разделов программы физического воспитания, и направлена на сохранение здоровья ребенка. Содержанием образовательной области «Физическое развитие» является – формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Рабочая программа (далее - Программа) разработана в соответствии с основной образовательной программой (далее ООП) МАДОУ «Детский сад №35 «Соловушка», в соответствии с введением в действие ФГОС ДО, отражает особенности содержания образовательной области «Физическое развитие». Программа разработана с учетом Программы «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

Нормативно-правовой базой для разработки Программы является:

На федеральном уровне:

Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования (пилотный вариант) / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой.

ФГОС дошкольного образования (приказ № 1155 Минобрнауки РФ от 17.10.13 г, действует с 01.01.2014 г)

Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской от 15 мая 2013 года №26 «Об утверждении САНпин» 2.4.3049-13)

«Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования». Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 г. № 1014;

На региональном уровне:

Закон «Об образовании» Республики Татарстан №68-ЗРТ от 22 июля 2013 года;

Закон Республики Татарстан «О государственных языках Республики Татарстан и других языках в Республике Татарстан»;

Региональная программа дошкольного образования под редакцией Р.К. Шаеховой. - Казань: РИЦ, 2012. Допущено Министерством образования и науки Республики Татарстан.

На уровне ДО:

Устав муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №35 «Соловушка» (утвержден от 02.04.2012 года, № 1657);

ООП муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №35 «Соловушка» в соответствии с ФГОС ДО (на переходный период).

Программа состоит из трех основных разделов – целевого, содержательного и организационного.

Цели и задачи реализации Программы в соответствии с ФГОС

Цель Программы:

Повышение социального статуса дошкольного образования;

Обеспечение государством равенства возможностей для каждого ребенка в получении качественного дошкольного образования;

Обеспечение государственных гарантий уровня и качества дошкольного образования на основе единства обязательных требований к условиям реализации образовательных программ дошкольного образования, их структуре и результатам их освоения;

Сохранение единства образовательного пространства Российской Федерации относительно уровня дошкольного образования.

Задачи Программы:

Охрана и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;

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

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

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

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

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

Обеспечение вариативности и разнообразия содержания программ и организационных форм дошкольного образования, возможности формирования программ различной направленности с учетом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей;
Формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

Задачи физического развития по ФГОС:

Охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;

Обеспечения равных возможностей полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);

Формирования общей культуры личности воспитанников, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирования предпосылок учебной деятельности;

Формирования социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;

Обеспечения психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;

Цель образовательной области «физическое развитие» – использование возможностей физической культуры для формирования здоровой, всесторонне развитой, гармоничной личности, успешно адаптирующейся в обществе и максимально эффективно и полезно реализующей свою индивидуальную жизненную программу.

Достижение поставленной цели предусматривает решение следующих задач:

Оздоровительные:

Охрана жизни и укрепление здоровья, обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организма;

Всестороннее физическое совершенствование функций организма.

Повышение работоспособности и закаливание.

Создание условий для снятия утомления и повышения эмоционального тонуса детей.

Формирование потребностей в здоровом образе жизни.

Образовательные:

Формирование и обогащение двигательных умений и навыков, необходимых в быту, труде; в целях самозащиты, в экстремальных ситуациях.

Формирование системы знаний об организме человека и об оздоровительном воздействии физических упражнений на него, о видах спорта и безопасном поведении во время выполнения упражнений и игр.

Развитие физических качеств (силы, ловкости, выносливости, гибкости, быстроты); двигательных (функции равновесия, координации движений) и индивидуальных способностей детей.

Приобретение опыта в двигательной деятельности, связанной с выполнением основных движений, не наносящих ущерба организму.

Воспитательные:

Формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями.

Разностороннее гармоничное развитие ребенка (не только физическое, но и нравственное, умственное, эстетическое, трудовое).

Привитие навыков самообслуживания и ухода за инвентарем для ООД по физической культуре.

***1

Цель: Создание условий для формирования представлений о родном крае и языке посредством народных подвижных игр.

Задачи:

Познакомить с подвижными играми татарских, русских, чувашских, мордовских, марийских, башкирских, удмуртских народов.

Поощрять самостоятельную организацию знакомых игр, участие в играх с элементами соревнования.

Развивать умение соблюдать правила игры.

Развивать в подвижных играх такие двигательные качества, как ловкость, быстрота, гибкость, общая выносливость.

Воспитывать культуру честного соперничества в играх со сверстниками; привитие любви и уважения к людям другой национальности, к их культурным ценностям (толерантность).

Принципы и подходы к формированию Программы

Принципы построения Программы по ФГОС:

Поддержка разнообразия детства;

Сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека, самоценность детства - понимание (рассмотрение) детства как периода жизни значимого самого по себе, без всяких условий; значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот период есть период подготовки к следующему периоду;

Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников организации) и детей;

Уважение личности ребенка;

Реализация Программы в формах, специфических для детей данной возрастной группы, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие ребенка.

Принципы дошкольного образования:

Полноценного проживания ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащения (амплификации) детского развития;

Индивидуализации дошкольного образования;

Содействия и сотрудничества детей и взрослых, признания ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

Поддержки инициативы детей в различных видах деятельности;

Партнерства с семьей;

Приобщения детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;

Формирования познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;

Возрастной адекватности (соответствия условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);

Учета этнокультурной ситуации развития детей.

1* Вариативная часть с учетом НРК

Принципы физического развития:

Учет ведущей (игровой) деятельности конкретного возраста – реализация Программы осуществляется через ведущую деятельность детей – игру, которая занимает значительную часть их жизни и имеет огромное значение для их психического развития. Игра вызывает у детей сильные эмоции, чувство удовольствия, радости, что позволяет быстрее освоить сложные двигательные умения и навыки. Она обеспечивает необходимую заинтересованность детей, эмоционально окрашивает занятие.

Принцип оздоровительной направленности, согласно которому инструктор по физической культуре несет ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.

Принцип осознанности и активности – осознание техники движения, последовательности его выполнения, мышечного напряжения, собственного тела способствует формированию у ребенка телесной рефлексии. Ребенок учится самостоятельно и творчески решать двигательные задачи; осознанно выбирает рациональный способ двигательного действия; придумывает свои варианты выполнения упражнения. Каждое движение в физическом воспитании имеет свой «словесный портрет», который ребенок проговаривает, осмысливает и только потом выполняет.

Принцип систематичности – обеспечивает регулярность, планомерность, непрерывность процесса обучения детей физической культуре.

Принцип непрерывности – обеспечивается последовательностью и преемственностью между занятиями; развивает морфофункциональные свойства организма, которые развиваются и совершенствуются, подчиняясь «законам упражнения». Данный принцип выражает закономерности построения обучения и воспитания как целостного процесса.

Принцип последовательности – планирование и проведение занятий по физической культуре во всех возрастных группах осуществляется в четкой последовательности, преемственности и взаимосвязи. Система подготовительных и подводящих упражнений позволяет перейти к освоению последующего, более сложного материала. Вновь разучиваемое упражнение базируется на временных связях, закрепленных разучиванием предшествующего упражнения. Т.е., обучение осуществляется в строгой последовательности.

Принцип повторения – в результате многократных повторений упражнений образуются двигательные навыки. В содержание занятий включается изучение нового движения и повторение в различных вариантах (изменение способа выполнения, условий выполнения, использование творческих заданий) изученных ранее движений, что позволяет добиться развивающего эффекта.

Принцип наглядности - систематизированный наглядный дидактический материал способствует дополнению, уточнению, коррекции образа двигательного действия, чем существенно облегчает выполнение заданий, ускоряет формирование двигательных умений и навыков, вызывает интерес и творческую активность детей.

Принцип доступности и индивидуализации – распределение программного материала по физическому воспитанию осуществляется с учетом возрастных функциональных и индивидуальных двигательных способностей детей, выявленных в результате диагностики физической подготовленности и основывается на связи каждого предыдущего занятия с последующим. Задачи по обучению детей двигательным умениям и навыкам решаются в комплексе на основе личностно-ориентированного подхода к каждому ребенку.

Принцип постепенного наращивания физической нагрузки (прогрессирования) – выражается в поступательном характере, что гарантирует развивающий эффект процесса физического воспитания. Каждое упражнение в процессе изучения выполняется в постепенно усложняющихся условиях.

Принцип разнообразия физических упражнений - во избежание образования стереотипа, не поддающегося перестройке при изменении ситуации, предусмотрена вариативность выполнения упражнений, которая не только вносит разнообразие в занятия, но и повышает интерес детей. Разнообразие упражнений достигается не только за счет творческого потенциала

педагога, но и за счет развития творческих способностей детей. Детям предлагаются творческие задания на создание и выполнение новых упражнений на решение проблемных ситуаций. Принцип единства с семьей - особое внимание уделяется совместной работе семьи и ДО по приобщению детей к физической культуре. В систему занятий включены домашние задания на развитие координации и равновесия, силы и ловкости, создание новых необычных упражнений, рассчитанные на психологическую поддержку ребенка родителями. Все принципы осуществляются в единстве. Они реализуют оздоровительную направленность и обеспечивают связь физической культуры с жизнью, осуществляют подготовку ребенка к обучению в школе, формируют потребность к ЗОЖ, интерес к занятиям ФК и спортом. Сформулированные выше принципы безусловно носят здоровьесберегающий характер, обеспечивая полноценное психическое развитие, сохранение эмоциональной сферы, формирование базисных характеристик личности.

Значимые для разработки и реализации рабочей программы характеристики

Характеристика контингента детей ДОУ

Группа возраст	ЧБ Д	Группа здоровья				В том числе			
		1	2	3	друга я	Число детей с хроническим и заболеваниям и	Лорпатологи я	Заболевания ОДА (опорно- двигательног о аппарата)	Число детей с ОВЗ (ограниченным и возможностям и здоровья)
II младшая									
средняя									
старшая									
Подготови т ельная									

Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста

Рабочая программа составлена по возрастным группам. Она охватывает четыре возрастные ступени физического и психического развития детей:

- 1) дети 3-4 лет;
- 2) дети 4-5 лет
- 3) старший дошкольный возраст (дети 5-6 лет)
- 4) подготовительный к школе возраст (дети 6-8 лет).

В каждой возрастной группе предусмотрено формирование представлений о зож и овладение разными видами движений и воспитание физических качеств.

У детей 3-4 лет усилия направлены на то, чтобы научить детей ориентироваться в пространстве физкультурного зала и физкультурной площадки, приёмам элементарной страховки, правильному (по назначению) использованию физкультурного оборудования.

Для детей 4-5 лет основные усилия направлены на развитие физических качеств и, прежде всего, выносливости и силы, которые являются основой обеспечения хорошей физической подготовленности.

У детей 5-6 лет развиваем высокую физическую работоспособность и направляем усилия на качественную физическую подготовку.

Для детей 6-8 лет основной задачей является создание условий для реализации интересов детей, раскрытия их двигательных способностей и развития самостоятельности.

Учитывая возрастные особенности физического развития дошкольников в первые годы жизни, равноценное значение для них приобретают все три группы средств физической культуры: естественные силы природы, гигиенические факторы, физические упражнения.

Младший дошкольный возраст (3—4 лет).

К четырём годам дети хорошо владеют в общих чертах всеми видами основных движений, возникает необходимость в двигательной импровизации, но они ещё не умеют соразмерять свои силы и возможности. Убедившись в трудности выполнения какого-либо упражнения, ребёнок проделывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения, что обусловлено неустойчивостью волевых усилий. Двигательная активность детей во многом обусловлена достаточно большим двигательным запасом и хорошей пространственной ориентировкой. Они стремятся к разным сочетаниям физкультурных пособий. Как чрезмерно подвижным, так и малоподвижным детям необходима помощь взрослого, который поможет показать разнообразные действия с пособиями: мячом, обручем, скакалкой и т.д. Важной задачей является формирование у детей положительного отношения к занятиям физическими упражнениями. Ребёнку трёх лет свойственна склонность к подражанию сверстникам, вместе с тем дети этого возраста более самостоятельны в выполнении упражнений.

Средний дошкольный возраст (4—5 лет).

На пятом году жизни движения ребёнка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает всё более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятия, развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движений, выделять их элементы. Появляется интерес к результатам движения. Потребность выполнять его в соответствии с образцом. Двигательная активность ребёнка этого возраста характеризуется соответствующими изменениями в основных движениях.

Старший дошкольный возраст (5—6 лет).

На шестом году жизни ребёнок успешно овладевает основными видами движений, которые становятся более осознанными, что позволяет повысить требование к их качеству, больше внимания уделять развитию морально-волевых и психофизических качеств (быстрота, ловкость, выносливость, выдержка, настойчивость, организованность, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений.

В старшем возрасте дети овладевают новыми способами выполнения знакомых им движений, осваивают новые движения (ходьбу перекатом с пятки на носок, прыжки в длину и высоту с разбега, с приземлением на мягкое препятствие, наперегонки, лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, упражнения с набивными мячами, учатся спортивным играм и спортивным упражнениям).

Подготовительный к школе возраст (6—8 лет).

На седьмом году жизни движения ребёнка становятся более координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки самореализации, взаимоконтроля, увеличивается проявление волевых усилий при выполнении задания. Ребёнок выполняет их уже целенаправленно, и для него важен результат. У детей формируется потребность заниматься физическими упражнениями, развивается самостоятельность.

1.2 Планируемые результаты освоения 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:

- 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;

- у ребёнка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.);

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

- ребёнок 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;
- ребёнок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребёнок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- у ребёнка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребёнок 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.

Планируемые результаты как ориентиры освоения детьми образовательной области «Физическое развитие».

У ребенка сформированы умения и навыки, необходимые для осуществления различных видов детской деятельности.

Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)

Владеет соответствующими возрасту основными движениями.

Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.

Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях.

Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).

Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление.

Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя.

Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы.

Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.

Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см.

Может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.

Проявляет умения самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием и укреплением здоровья (здоровьесберегающая модель поведения)

С удовольствием делает зарядку, ленивую гимнастику (гимнастика-побудка).

Имеет представление о вредных и полезных продуктах.

Проявляет интерес к татарским русским подвижным играм.

Соблюдает правила народных игр, умеет согласовывать движения и ориентируется в пространстве.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Владеет соответствующими возрасту основными движениями.

Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.

Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях.

Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).

Принимает правильное исходное положение при метании; может метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивает мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд.

Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м.

Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу.

Ходит на лыжах ступающим и скользящим шагом выполняет поворот переступанием.

Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны.

Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.

Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.

Проявляет умения самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием и укреплением здоровья (здоровьесберегающая модель поведения)

С удовольствием делает зарядку, ленивую гимнастику (гимнастика-побудка).

Имеет представление о вредных и полезных продуктах.

Проявляет интерес к татарскими русским подвижным играм, придумывает различные их варианты.

Соблюдает правила народных игр и ориентируется в пространстве.

Проявляет умение выполнять физминутки, дыхательную гимнастику татарского и русского народа.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Владеет соответствующими возрасту основными движениями.

Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.

Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях.

Проявляет желание участвовать в играх с элементами соревнования, в играх-эстафетах.

Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.

Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.

Может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку

Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м).

Владеет школой мяча.

Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие.

Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.

Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.

Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни. Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений.

Имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье.

Знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня.

Имеет элементарные представления о здоровом образе жизни, о зависимости здоровья от правильного питания.

Начинает проявлять умение заботиться о своем здоровье.

Имеет представление о вредных и полезных продуктах.

Знает и играет в башкирские и чувашские народные игры.

Применяет знания в организации знакомых татарских и русских народных подвижных игр, доводит их до конца.

Совершенствует двигательные умения и навыки в разученных народных играх.

Умеет применять навыки самоконтроля по отношению к своему двигательному поведению во время игровых занятий, построенных на основе народных музыкальных подвижных игр и эстафет.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности.

В свободное время в группе и на прогулке ребенок организует подвижные игры с другими детьми.

Движения ребенка в подвижных играх, беге и ходьбе уверенные, и ловкие.

Утомляется незначительно на занятиях, требующих концентрации внимания и усидчивости.

Умело действует двумя руками при выполнении с несколькими предметами (бытовые действия, одевание, конструирование, лепка).

Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.

Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).

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 — 180 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.

Может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг).

Бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м.

Метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель.

Умеет перестраиваться в 3-4 колонны.

Умеет перестраиваться в 2-3 круга на ходу.

Умеет перестраиваться в две шеренги после расчета на «первый-второй», соблюдать интервалы во время передвижения.

Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.

Следит за правильной осанкой.

Ходит на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние до 3-х км, поднимается на горку и спускается с нее, тормозит при спуске.

Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).

Самостоятельно без напоминаний выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.

Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений.

Всегда следит за правильной осанкой.

Имеет сформированные представления о здоровом образе жизни (об особенностях строения и функциями организма человека).

Имеет представления и может высказаться о важности соблюдения режима дня, стремится соблюдать его.

Имеет представления о рациональном и правильном питании, стремится правильно питаться.

Может перечислить продукты, которые вредны или полезны для ребенка, какими витаминами богаты.

Имеет представления о значении двигательной активности на свежем воздухе в жизни человека, о пользе и видах закаливающих процедур, о роли солнечного света, воздуха, воды и их влиянии на здоровье.

Знает и играет в мордовские, марийские и удмуртские подвижные народные игры.

Самостоятельно организывает знакомые подвижные игры; находит, придумывает разные их варианты.

С удовольствием выполняет здоровьезберегающие упражнения, рассказывает стихи, потешки, поговорки во время проведения досугов и национальных праздников.

Педагогическая диагностика

Мониторинг физического развития детей проводится в процессе педагогического наблюдения только для внутреннего пользования. Поэтому педагог проводит мониторинг по «Физическому развитию» воспитанников на начало и конец года, с тем, чтобы выстроить индивидуальную траекторию образовательной работы в этом направлении с каждым ребенком и проследить динамику развития.

Одна из основных характеристик физического развития — развитие двигательной сферы ребенка. В ней выделяют владение двигательными навыками. Двигательная неловкость, недостаточная координация движений могут служить показателями серьезных нарушений. Владение определенными действиями, разнообразными движениями (мелкими и крупными), соответствие двигательных умений некоторым минимальным возрастным нормам — важная характеристика развития ребенка. См. Приложение 1

II Содержательный раздел

2.1 Содержание образовательной области «Физическое развитие»

Содержание Программы обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности и охватывает следующие образовательные области:

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

Физическое развитие включает:

Приобретение опыта в следующих видах деятельности детей:

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

Конкретное содержание образовательной области «Физическое развитие» зависит от возраста детей и должно реализовываться в определённых видах деятельности:

в младенческом возрасте и в раннем возрасте это двигательная активность и тактильно-двигательные игры;

для детей дошкольного возраста это игровая и двигательная (овладение основными движениями) формы активности ребенка, а так же музыкально-ритмические движения.

Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой. По кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом).

Упражнения в равновесии. Ходьба по прямой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), по доске, по гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Ходьба по наклонной доске (высота 30-35 см). Медленное кружение в обе стороны.

Бег. Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях, по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25-30 см, длина 5-6 м), по кругу, змейкой, врассыпную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убежать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе, в течение 50-60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м).

Катание, бросание, ловля, метание. Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50–60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5–5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5–2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой

(расстояние 1–1,5 м). Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70–100 см). Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2–3 раза подряд).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м), между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола; пролезание в обруч; перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (расстояние 2–3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыжки с высоты 15–20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка; через линию, шнур, через 4–6 линий (поочередно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25–30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, врассыпную; размыкание и смыкание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием.

Ритмическая гимнастика. Выполнение разученных ранее общеразвивающих упражнений и циклических движений под музыку.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать и опускать прямые руки вперед, вверх, в стороны (одновременно, поочередно). Перекладывать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой. Хлопать в ладоши перед собой и отводить руки за спину. Вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Передавать мяч друг другу над головой вперед-назад, с поворотом в стороны (вправо-влево). Из исходного положения сидя: поворачиваться (положить предмет позади себя, повернуться и взять его), наклониться, подтянуть ноги к себе, обхватив колени руками. Из исходного положения лежа на спине: одновременно поднимать и опускать ноги, двигать ногами, как при езде на велосипеде. Из исходного положения лежа на животе: сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Подниматься на носки; поочередно ставить ногу на носок вперед, назад, в сторону. Приседать, держась за опору и без нее; приседать, вынося руки вперед; приседать, обхватывая колени руками и наклоняя голову. Поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях. Сидя захватывать пальцами ног мешочки с песком. Ходить по палке, валику (диаметр 6–8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни.

Спортивные игры и упражнения

Катание на санках. Катать на санках друг друга; кататься с невысокой горки.

Скольжение. Скользить по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых.

Ходьба на лыжах. Ходить по ровной лыжне ступающим и скользящим шагом; делать повороты на лыжах переступанием.

Катание на велосипеде. Кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.

Подвижные игры

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

С прыжками. «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «С кочки на кочку».

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

С бросанием и ловлей. «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет».

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

ЗОЖ

Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.

Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма.

Дать представление о необходимости закаливания.

Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.

Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения.

Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

Татарские народные игры. «Тюбетейка» (Түбэтэй), «Собачка» (Маэмай), «Белый зайка» (Ак куянкай), «Солнышко и дождик» (Кояшһәм яңгыр), «Катание мяча» (Туп тэгәрәтү) .

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, 308 приставным шагом в сторону (направо и налево). Ходьба в колонне по одному, по двое (парами). Ходьба по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук); ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего.

Упражнения в равновесии. Ходьба между линиями (расстояние 10–15 см), по линии, по веревке (диаметр 1,5–3 см), по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны). Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15–20 см, высота 30–35 см). Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20–25 см от пола, через набивной мяч (поочередно через 5–6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями рук. Кружение в обе стороны (руки на поясе).

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом. Бег в колонне (по одному, по двое); бег в разных направлениях: по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Бег с изменением темпа, со сменой ведущего. Непрерывный бег в медленном темпе в течение 1–1,5 минуты. Бег на расстояние 40–60 м со средней скоростью; челночный бег 3 раза по 10 м; бег на 20 м (5,5–6 секунд; к концу года).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 10 м), между предметами, змейкой, по горизонтальной и наклонной доске, скамейке, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; подлезание под веревку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке (перелезание с одного пролета на другой вправо и влево).

Прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2–3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперед (расстояние 2–3 м), с поворотом кругом. Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочередно). Прыжки через линию, поочередно через 4–5 линий, расстояние между которыми 40–50 см. Прыжки через 2–3 предмета (поочередно через каждый) высотой 5–10 см. Прыжки с высоты 20–25 см, в длину с места (не менее 70 см). Прыжки с короткой скакалкой.

Катание, бросание, ловля, метание. Прокатывание мячей, обручей друг другу между предметами. Бросание мяча друг другу снизу, из-за головы и ловля его (на расстоянии 1,5 м); перебрасывание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2 м). Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (3–4 раза подряд), отбивание мяча о землю правой

и левой рукой (не менее 5 раз подряд). Метание предметов на дальность (не менее 3,5–6,5 м), 309 в горизонтальную цель (с расстояния 2–2,5 м) правой и левой рукой, в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м) с расстояния 1,5–2 м.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по два, по три; равнение по ориентирам; повороты направо, налево, кругом; размыкание и смыкание.

Ритмическая гимнастика. Выполнение знакомых, разученных ранее упражнений и циклических движений под музыку.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно), отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на поясе, руки перед грудью; размахивать руками вперед-назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях. Закладывать руки за голову, разводить их в стороны и опускать. Поднимать руки через стороны вверх, плотно прижимаясь спиной к спинке стула (к стенке); поднимать палку (обруч) вверх, опускать за плечи; сжимать, разжимать кисти рук; вращать кисти рук из исходного положения руки вперед, в стороны.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поворачиваться в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны; наклоняться вперед, касаясь пальцами рук носков ног. Наклоняться, выполняя задание: класть и брать предметы из разных исходных положений (ноги вместе, ноги врозь). Наклоняться в стороны, держа руки на поясе. Прокатывать мяч вокруг себя из исходного положения (сидя и стоя на коленях); перекладывать предметы из одной руки в другую под приподнятой ногой (правой и левой); сидя приподнимать обе ноги над полом; поднимать, сгибать, выпрямлять и опускать ноги на пол из исходных положений лежа на спине, сидя. Поворачиваться со спины на живот, держа в вытянутых руках предмет.

Приподнимать вытянутые вперед руки, плечи и голову, лежа на животе.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Подниматься на носки; поочередно выставлять ногу вперед на пятку, на носок; выполнять притопы; полуприседания (4–5 раз подряд); приседания, держа руки на поясе, вытянув руки вперед, в стороны. Поочередно поднимать ноги, согнутые в коленях. Ходить по палке или по канату, опираясь носками о пол, пятками о палку (канат). Захватывать и перекладывать предметы с места на место стопами ног.

Статические упражнения. Сохранять равновесие в разных позах: стоя на носках, руки вверх; стоя на одной ноге, руки на поясе (5–7 секунд).

Спортивные упражнения

Катание на санках. Скатываться на санках с горки, тормозить при спуске с нее, подниматься с санками на гору.

Скольжение. Скользить самостоятельно по ледяным дорожкам.

Ходьба на лыжах. Передвигаться на лыжах по лыжне скользящим шагом. Выполнять повороты на месте (направо и налево) переступанием. Подниматься на склон прямо ступающим шагом, полувелочкой (прямо и наискось). Проходить на лыжах до 500 м.

Игры на лыжах. «Карусель в лесу», «Чем дальше, тем лучше», «Воротца».

Катание на велосипеде. Кататься на трехколесном и двухколесном велосипедах по прямой, по кругу. Выполнять повороты направо и налево.

Подвижные игры

С бегом. «Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки».

С прыжками. «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается».

С ползанием и лазаньем. «Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котята и щенята».

С бросанием и ловлей. «Подбрось — поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку».

На ориентировку в пространстве, на внимание. «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?», «Прятки».

Народные игры. «У медведя во бору» и др.

ЗОЖ

Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).

Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь».

Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.

Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Татарские народные игры. «Скок - перескок», «Карусель», «Овощи», «Цветные автомобили», «Гуси - гуси», «Кошка и мыши», «Серый волк» (Соры буре), «Хитрая лиса».

Игра-имитация. «Мы в автобусе»

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий воспитателя.

Упражнения в равновесии. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, веревке (диаметр 1,5–3 см), по наклонной доске прямо и боком, 311 на носках. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом), с мешочком песка на голове. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом). Кружение парами, держась за руки.

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедра), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое; змейкой, врассыпную, с препятствиями. Непрерывный бег в течение 1,5–2 минут в медленном темпе, бег в среднем темпе на 80–120 м (2–3 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м. Бег на скорость: 20 м примерно за 5–5,5 секунды (к концу года — 30 м за 7,5–8,5 секунды). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком, приставным шагом. Кружение парами, держась за руки.

Ползание и лазанье. Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползанием через препятствия; ползание на четвереньках (расстояние 3–4 м), толкая головой мяч; ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезание через несколько предметов подряд, пролезание в обруч разными способами, лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа, перелезание с одного пролета на другой, пролезание между рейками.

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте (по 30–40 прыжков 2–3 раза) в чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, одна нога вперед — другая назад), продвигаясь вперед (на расстояние 3–4 м). Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперед, в высоту с места прямо и боком через 5–6 предметов — поочередно через каждый (высота 15–20 см). Прыжки на мягкое покрытие высотой 20 см, прыжки с высоты 30 см в обозначенное место, прыжки в длину с места (не менее 80 см), в длину с разбега (примерно 100 см), в высоту с разбега (30–40 см). Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).

Бросание, ловля, метание. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд); одной рукой (правой, левой не менее 4–6 раз); бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных

положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли). Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед (на расстояние 5–6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание предметов на дальность (не менее 5–9 м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3–4 м. Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, по трое; равнение 312 в затылок, в колонне, в шеренге. Размыкание в колонне — на вытянутые руки вперед, в шеренге — на вытянутые руки в стороны. Повороты направо, налево, кругом переступанием, прыжком. Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову. Поднимать руки со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед - вверх; поднимать руки вверх - назад попеременно, одновременно. Поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поднимать руки вверх и опускать вниз, стоя у стены и касаясь ее затылком, плечами, спиной, ягодицами и пятками. Поочередно поднимать согнутые прямые ноги, прижавшись к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. Поворачиваться, разводя руки в стороны, из положений руки перед грудью, руки за голову. Поочередно отводить ноги в стороны из упора, присев; двигать ногами, скрещивая их из исходного положения лежа на спине. Подтягивать голову и ноги к груди (группироваться).

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Переступать на месте, не отрывая носки ног от пола. Приседать (с каждым разом все ниже), поднимая руки вперед, вверх, отводя их за спину. Поднимать прямые ноги вперед (махом); выполнять выпад вперед, в сторону (держа руки на поясе, совершая руками движения вперед, в сторону, вверх). Захватывать предметы пальцами ног, приподнимать и опускать их; перекладывать, передвигать их с места на место. Переступать приставным шагом в сторону на пятках, опираясь носками ног о палку (канат).

Статические упражнения. Сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках, приседая на носках; сохранять равновесие после бега и прыжков (приседая на носках, руки в стороны), стоя на одной ноге, руки на поясе.

Спортивные упражнения

Катание на санках. Катать друг друга на санках, кататься с горки по двое. Выполнять повороты при спуске.

Скольжение. Скользить по ледяным дорожкам с разбега, приседая и вставая во время скольжения.

Ходьба на лыжах. Ходить на лыжах скользящим шагом. Выполнять повороты на месте и в движении. Подниматься на горку лесенкой, спускаться с нее в низкой стойке. Проходить на лыжах в медленном темпе дистанцию 1–2 км.

Игры на лыжах. «Кто первый повернется?», «Слалом», «Подними», «Догонялки».

Катание на велосипеде и самокате. Самостоятельно кататься на двухколесном велосипеде по прямой, выполнять повороты налево и направо. Кататься на самокате, отталкиваясь правой и левой ногой.

Спортивные игры

Городки. Бросать биты сбоку, занимая правильное исходное положение. Знать 3–4 фигуры.

Выбивать городки с полукона (2–3 м) и кона (5–6 м).

Элементы баскетбола. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди, вести мяч правой, левой рукой. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди.

Бадминтон. Отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону. Играть в паре с воспитателем.

Элементы футбола. Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении. Обводить мяч вокруг предметов; закатывать в лунки, ворота; передавать ногой друг другу в парах, отбивать о стенку несколько раз подряд.

Элементы хоккея. Прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывать ее в ворота. Прокатывать шайбу друг другу в парах.

Подвижные игры

С бегом. «Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц».

С прыжками. «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы».

С лазаньем и ползанием. «Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».

С метанием. «Охотники и зайцы», «Брось флажок», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо».

Эстафеты. «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «За- брось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования. «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?».

Народные игры. «Гори, гори ясно!» и др.

ЗОЖ

Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.

Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.

Формировать умение характеризовать свое самочувствие.

Знакомить детей с возможностями здорового человека.

Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.

Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.

Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Татарские народные игры. «Колечко», «Так, да и нет», «Маляр и краски», «Летели, летели», «Мэликэ», «Лисички и курочки» (Төлкеһәм тавыклар), «Жмурки» (Күзбэйләу), «Скок-перескок» (Күчтем-күч), «Займи место» (Буш урын), «Продаем горшки» (Чүлмәк сатыш), «Серый волк» (Соры бүре), «Тимербай», «Воротики» (Чума үрдәк, чума каз), «Спутанные кони» (Тышаулыатлар), «Кто первый?», «Тюбетейка» (Түбэтэй).

Башкирские народные игры. «Липкие пеньки», «Юрта» (Тирмә).

Чувашские народные игры. «Хищник в море», «Тили-рам?», «Рыбки», «Расходитесь» (Сирелер).

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, врассыпную. Ходьба в сочетании с другими видами движений.

Упражнения в равновесии. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке (диаметр 1,5–3 см) прямо и боком. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур). Бег. Бег обычный, на носках, высоко поднимая колени, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом. Бег в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с различными заданиями, с преодолением препятствий. Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2–3 минут. Бег со средней скоростью на 80–120 м (2–4 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3–5 раз по 10 м. Бег на скорость: 30 м примерно за 6,5–7,5 секунды к концу года.

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами.

Пролезание в обруч разными способами; подлезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими способами подряд (высота 35–50 см). Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезанием с пролета на пролет по диагонали.

Прыжки. Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3–4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5–6 м, с зажатым между ног мешочком с песком. 315 Прыжки через 6–8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением.

Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см). Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега (180–190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25–30 см выше поднятой руки ребенка, с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку по одному, парами, прыжки через большой обруч (как через скакалку). Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности.

Бросание, ловля, метание. Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3–4 м), из положения сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Ведение мяча в разных направлениях. Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6–12 м) левой и правой рукой. Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4–5 м), метание в движущуюся цель.

Групповые упражнения с переходами. Построение (самостоятельно) в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2–3). Расчет на «первый – второй» и перестроение из одной шеренги в две; равнение в колонне, шеренге, круге; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом.

Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать рук вверх, вперед, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам. Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки), вперед и в стороны; отводить локти назад (рывки 2–3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч). Вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и

кисти руки перед собой и сбоку; вращать кистями рук. Разводить и сводить пальцы; поочередно соединять все пальцы с большим.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Опускать и поворачивать голову в стороны. Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх — в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы). В упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживая ноги в этом положении; переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади. Из положения лежа на спине (закрепив ноги) переходить в положение сидя и снова в положение лежа. Прогибаться, лежа на животе. Из положения лежа на спине поднимать обе ноги одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол). Поочередно поднимать ногу, согнутую в колене; поочередно поднимать прямую ногу стоя, держась за опору.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Выставлять ногу вперед на носок скрестно: приседать, держа руки за головой; поочередно пружинисто сгибать ноги (стоя, ноги врозь); приседать из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Выполнять выпад вперед, в сторону; касаться носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной); свободно размахивать ногой вперед-назад, держась за опору. Захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу.

Статические упражнения. Сохранять равновесие, стоя на скамейке, кубе на носках, на одной ноге, закрыв глаза, балансируя на большом набивном мяче (вес 3 кг). Выполнять общеразвивающие упражнения, стоя на левой или правой ноге и т. п.

Спортивные упражнения

Катание на санках. Во время спуска на санках с горки поднимать заранее положенный предмет (кегля, флажок, снежок и др.). Выполнять разнообразные игровые задания (проехать в воротца, попасть снежком в цель, выполнить поворот). Участвовать в играх-эстафетах с санками.

Скольжение. Скользить с разбега по ледяным дорожкам, стоя и присев, на одной ноге, с поворотом. Скользить с невысокой горки.

Ходьба на лыжах. Идти скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину. Ходить попеременным двухшажным ходом (с палками). Проходить на лыжах 600 м в среднем темпе, 2–3 км в медленном темпе. Выполнять повороты переступанием в движении. Подниматься на горку лесенкой, елочкой. Спускаться с горки в низкой и высокой стойке, тормозить.

Игры на лыжах. «Шире шаг», «Кто самый быстрый?», «Встречная эстафета», «Не задень» и др.

Катание на коньках. Самостоятельно надевать ботинки с коньками. Сохранять равновесие на коньках (на снегу, на льду). Принимать правильное исходное положение (ноги слегка согнуты, туловище наклонить вперед, голову держать прямо, смотреть перед собой). Выполнять пружинистые приседания из исходного положения. Скользить на двух ногах с разбега.

Поворачиваться направо и налево во время скольжения, торможения. Скользить на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь. Кататься на коньках по прямой, по кругу, сохраняя при этом правильную позу.

Игры на коньках. «Пружинки», «Фонарики», «Кто дальше?», «Наперегонки», «Пистолетик», «Бег по кругу вдвоем» и др.

Катание на велосипеде и самокате. Кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу, змейкой; тормозить. Свободно кататься на самокате.

Игры на велосипеде. «Достань предмет», «Правила дорожного движения» и др.

Спортивные игры

Городки. Бросать биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение. Знать 4—5 фигур. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

Элементы баскетбола. Передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча). Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди в движении. Ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т. п.) и с разных сторон. Бросать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча. Вести мяч одной рукой, передавая

его из одной руки в другую, передвигаться в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола. Передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте. Вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота.

Элементы хоккея (без коньков — на снегу, на траве). Вести шайбу клюшкой, не отрывая ее от шайбы. Прокатывать шайбу клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой. Вести шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивать шайбу в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева). Попадать шайбой в ворота, ударять по шайбе с места и после ведения. Бадминтон. Перебрасывать волан на сторону партнера без сетки, через сетку (правильно держа ракетку). Свободно передвигаться по площадке во время игры.

Элементы настольного тенниса. Выполнять подготовительные упражнения с ракеткой и мячом: подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену (правильно держа ракетку). Подавать мяч через сетку после его отскока от стола.

Подвижные игры

С бегом. «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун и наседка».

С прыжками. «Лягушки и цапля», «Не попадись», «Волк во рву».

С метанием и ловлей. «Кого называли, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий?», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом».

С ползанием и лазаньем. «Перелет птиц», «Ловля обезьян».

Эстафеты. «Веселые соревнования», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования. «Кто скорее добежит через препятствия к флажку?», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?».

Народные игры. «Гори, гори ясно!», лапта.

ЗОЖ

Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.

Формировать представления об активном отдыхе.

Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.

Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Татарские народные игры. «Серый волк» (Соры бүре), «Продаем горшки» (Чүлмәк сатыш), «Скок-перескок» (Күчтем-күч), «Хлопушки» (Әбәкле), «Займи место» (Буш урын), «Ловишки» (Тотышлы), «Жмурки» (Күзбәйләу, «Перехватчики» (Куышу), «Тимербай», «Лисички и курочки» (Төлкеһәм тавыклар), «Кто дальше бросит?» (Кем ерагракыргыта), «Мяч по кругу» (Төенчек), «Спутанные кони» (Тышаулыатлар).

Башкирские народные игры. «Медный пень» (Бакырбукән), «Палка-кидалка» (Сойоштаяк), «Стрелок» (Уксы)

Чувашские народные игры. «Бои петухов», «Воробы и кошка», «Гуси-лебеди», «Иголка, нитка, узелок», «Простая лапта».

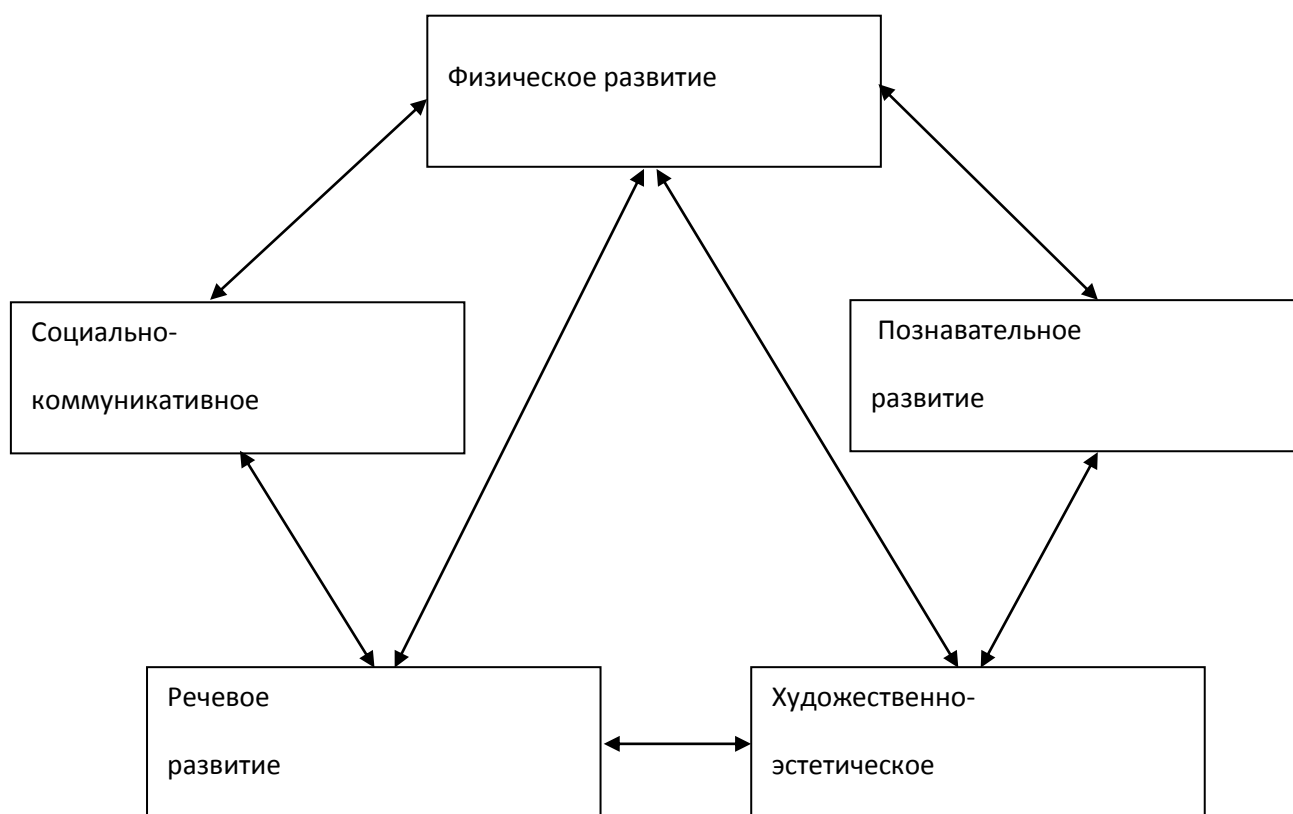
Удмуртские народные игры. «Баня», «Водяной», «Слепой баран», «Маша и Яша», «Ручеек», «Горячие табани», «Колечко», «Жмурки», «Лягушка», «С палочкой», «Лодыжки».

Мордовские народные игры. «Слепая старуха», «Сова», «Паук и мухи», «За капустой», «За ягодой», «В камушки» (Кевняняса), «В ворона», «В курочки», «Ключи от замка», «Круговой мяч» (Мяченькунсема, топ саналхсема),

Марийские народные игры. «Катание мяча» (Мечеденемодмаш), «Барабанные палочки», «Золотые ворота».

Взаимодействие образовательной области «Физическое развитие» по ФГОС

Образовательная область «Физическое развитие» в свою очередь взаимодействуют с другими образовательными областями, определяют целостный подход к здоровью человека как единству его физического, психологического и социального благополучия.



ВТОРАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА

Интегративные связи

Социально-коммуникативное развитие:

- формирование навыков безопасного поведения в подвижных играх при пользовании инвентарём;

- развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки.

- помощь в раздаче и сборе атрибутов к ОРУ и подвижным играм.

Познавательное развитие:

- активизация мышления детей; просмотр картинок о ведении здорового образа жизни;
- развитие способностей дифференцировать признаки: цвет, форму, размер.

Речевое развитие:

- Проговаривание действий и называние упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной активности; помогать детям дружелюбно общаться друг с другом, вести конструктивный диалог расширять словарный запас детей.
- Чтение сказок, рассказов, историй;
- «чтение» стихотворений с помощью рук.

Средства, методы и приемы

- Ходьба и бег, не наталкиваясь друг на друга;
- соблюдать правила выполнения игровых упражнений и подвижных игр; использования оборудования и инвентаря.

- Поощрять участие в совместных играх; развивать активность детей в двигательной деятельности;
- развивать умение общаться спокойно, без крика;
- поощрять попытки пожалеть товарища, помочь ему;
- формировать первичные гендерные представления.

- Упражнения на ориентировку в пространстве («Найди бубен», «Найди своё место»);
- Подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем (имитация движений животных, труда взрослых) - «Куры в огороде», «Найти предметы круглой формы (цвет, размер)».
- Познавательные занятия на тему ЗОЖ

- Считалки, потешки, игры в стихах;
- Слушать и понимать заданный вопрос;
- Говорить в нормальном темпе, не перебивать говорящего;
- Делиться своими впечатлениями с родителями.

НРК (УМК)

Стих.
М.Файзуллина
«Зарядка»

Художественно-эстетическое развитие:

-привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и педагога, оформлению помещения.

-развитие музыкально-ритмической деятельности на основе основных движений и физических качеств.

СРЕДНЯЯ ГРУППА

Интегративные связи

Социально-коммуникативное развитие:

-формирование навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании инвентарём;

- Создание на физкультурных занятиях пед. ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки, побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников.

- учить самостоятельно переодеваться на физкультур. занятия; помощь в раздаче и сборе атрибутов к ОРУ;

- учить готовить инвентарь перед началом проведения занятий и игр и убирать его после;

- учить правильно подбирать предметы для подвижных игр.

Познавательное развитие:

- Игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок;
- Физкультминутки, игровые подражательные упражнения;
- Сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок («Паучок», «Репка»);
- Пальчиковая гимнастика.

- Игры и упражнения под музыку;
- Проведение утренней гимнастики, развлечений и праздников под музыкальное сопровождение;
- Развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера.

Средства, методы и приемы

НРК (УМК)

- Ходьба и бег, не наталкиваясь друг на друга; соблюдать правила игровых упражнений и подвижных игр;
- соблюдать правила использования оборудования и инвентаря;
- учить соблюдать правила безопасного поведения при выполнении основных видов движений.

- Развивать активность детей в двигательной деятельности;
- Развивать умение общаться спокойно, без крика;
- Поощрять попытки пожалеть товарища, помочь ему;
- Формировать навыки ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками.

- активизация мышления детей; просмотр картинок о ведении здорового образа жизни;
- развитие способностей дифференцировать признаки: цвет, форму, размер;
- развитие творческого мышления в подвижной игре.

Речевое развитие:

- Проговаривание действий и называние упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной активности;
- помогать детям дружелюбно общаться друг с другом, вести конструктивный диалог, расширение словарного запаса детей, обсуждение пользы физической культуры, поощрение высказываний детей;
- формировать умение договариваться об условиях игры и объяснять её правила.
- чтение сказок, рассказов, историй; «чтение» стихотворений с помощью рук.

Художественно-эстетическое развитие:

- Привлечение внимания детей к эстетической стороне внешнего вида детей и педагога, оформлению помещения;
- учить детей воспроизводить движения в творческой форме, развивать воображение.

- развитие музыкально-ритмической деятельности на основе основных движений и физических качеств.

- Специальные упражнения на ориентировку в пространстве при перестроениях, смене направления движения;
- Упражнения на развитие глазомера и ритмичность шага при перешагивании через предметы;
- Упражнения на определение положения предметов в пространстве по отношению к себе;
- Подвижные игры и упр-ия, закрепляющие знания об окружающем (имитация движений животных, труда взрослых);
- Познавательные занятия на тему ЗОЖ.

- Слушать и понимать заданный вопрос;
- Говорить в нормальном темпе, не перебивать говорящего;
- Делиться своими впечатлениями с родителями;
- Считалки, потешки, игры в стихах, речевки.

Стих.
М.
Файзуллина
«Закаляюсь».

- Физкультминутки, игровые подражательные упражнения;
- Сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок («Паучок», «Репка», «Доброе сердце»);
- Пальчиковая гимнастика.

- Игры и упражнения под музыку в разном темпе;
- Проведение утренней гимнастики, развлечений и праздников под музыкальное сопровождение;
- Вводить элементы ритмической гимнастики;
- Развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера.

СТАРШАЯ ГРУППА

Интегративные связи

Социально-коммуникативное развитие:

-формирование навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании инвентарём;

- Создание на физкультурных занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, выдержки, взаимовыручки, побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников.

- расстановка и уборка инвентаря на занятиях;
- помощь в поддержании порядка в физкультурном зале и содержании оборудования и инвентаря в чистоте;

- следить за своим внешним видом на занятиях.

Познавательное развитие:

- Активизация мышления детей; просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, здоровом образе жизни;
- развитие творческого мышления в подвижной игре.

Средства, методы и приемы

- Формировать навыки безопасного поведения при проведении подвижных игр и при выполнении основных видов движений;
- соблюдать правила игровых упражнений и подвижных игр;
- соблюдать правила использования оборудования и инвентаря;
- формировать навыки дисциплинированности и сознательного выполнения правил безопасности; разучить пословицы про безопасность.

- Побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения подвижных игр;
- Создавать ситуации для проявления детьми нравственных качеств (доброта, отзывчивость, терпение, дружелюбие, взаимовыручка).

- Помощь на занятии;

- Пословицы о пользе труда.

- Чтение басен, стихотворений и сказок о труде («Каждый работает», «Счастье», «Пчела и оса», «Добрый совет», «Две лопаты», «Работа»).

- Построение конструкций для подвижных игр и упражнений («Построй пирамиду, ракету»);

- Специальные упражнения на ориентировку в пространстве при перестроениях, смене направления движения («Атомы», «Найди своё место», «Сороконожка»);

- Упражнения на определение положения предметов в пространстве по отношению к себе и окружающим;

- Подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем

(имитация движений животных, труда взрослых);

- Познавательные занятия на тему ЗОЖ

НРК (УМК)

Речевое развитие:

- поощрение речевой активности детей в процессе двигательной активности;
- поощрение и помощь в введении конструктивного диалога между детьми и взрослыми расширение словарного запаса детей обсуждение пользы физической культуры и режима дня и правильного питания и закаливания; поощрение высказываний детей;
- формировать умение договариваться об условиях игры и объяснять её правила.

- организация игр и упражнений под тексты стихотворений, потешек, считалок;
- организация сюжетных занятий на тему прочитанных произведений.

Художественно-эстетическое развитие:

- Привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и педагога, оформление помещения; использование на занятиях изготовленных детьми физкультурных пособий (флажки, картинки, мишени для метания, кораблики и бабочки для дыхательной гимнастики);
- развивать воображение детей.

- развитие музыкально-ритмической деятельности на основе основных движений и физических качеств.

- Слушать и понимать заданный вопрос;
- Говорить в нормальном темпе;
- Отвечать на вопрос развернуто;
- Не перебивать говорящего;
- Делиться своими впечатлениями с родителями и педагогами;
- Считалки, потешки, игры в стихах, речевки.

- Игры и упражнения под тексты речевок, стихотворений, потешек, считалок («Мы веселые ребята», «Ровным кругом», «Раз-два, левой!», «Льдинки, ветер и мороз»);
- Сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок и произведений («Наши планеты», «Паучок», «Репка», «Теремок», «Колобок»);
- Пальчиковая гимнастика;
- Физкультминутки и динамические паузы;
- Рассказы о видах спорта по карточкам.

- Проведение утренней гимнастики, подвижных игр, упражнений, ритмической гимнастики, развлечений и праздников под музыкальное сопровождение;
- Развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера.

Стих.
Ш. Галиева
«Слабак и
здоровяк»

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА

Интегративные связи

Социально-коммуникативное развитие:

- формирование навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании инвентарём.

- создание на физкультурных занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки, побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников.

- расстановка и уборка инвентаря на занятиях; помощь в поддержании порядка в физкультурном зале и содержании оборудования и инвентаря в чистоте;

- следить за своим внешним видом на занятиях.

Познавательное развитие:

- Активизация мышления детей; просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, здоровом образе жизни;
- развитие творческого мышления в подвижной игре.

Средства, методы и приемы

- Формировать навыки безопасного поведения при проведении подвижных игр и при выполнении основных видов движений;
- Соблюдать правила игровых упражнений и подвижных игр;
- Соблюдать правила использования оборудования и инвентаря;
- Формировать навыки дисциплинированности и сознательного выполнения правил безопасности;
- Разучивание пословиц про безопасность.

- Побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения подвижных игр;
- Сочувствовать спортивным поражениям и радоваться спортивным победам;
- Создавать ситуации для проявления детьми нравственных качеств (доброта, отзывчивость, терпение, дружелюбие, взаимовыручка);
- Самостоятельно организованная детьми оптимальная двигательная активность и подвижные игры в повседневной жизни;
- Испытывают интерес к физической культуре и потребность в ежедневной двигательной активности;
- Активно использовать двигательный опыт и навыки ЗОЖ в новых обстоятельствах.

- Помощь на занятии;

- Пословицы о пользе труда.

- Чтение басен, стихотворений и сказок о труде («Каждый работает», «Счастье», «Пчела и оса», «Добрый совет», «Две лопаты», «Работа»).

- Построение конструкций для подвижных игр и упражнений («Построй пирамиду, ракету»);

- Специальные упражнения на ориентировку в пространстве при перестроениях, смене направления движения («Атомы», «Найди своё место», «Сороконожка»);

- Упражнения на определение положения предметов в пространстве по отношению к себе и окружающим;

НРК (УМК)

- Подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем (имитация движений животных, труда взрослых);
- Познавательные занятия на тему ЗОЖ

Речевое развитие:

- поощрение речевой активности детей в процессе двигательной активности; расширение словарного запаса детей; обсуждение пользы физической культуры и режима дня и правильного питания и закаливания; поощрение высказываний детей;

- формирование умения договариваться об условиях игры, объяснять правила и проводить её анализ;

- использование формы речи-доказательства для убеждения собеседника в необходимости соблюдения элементарных правил ЗОЖ.

- организация игр и упражнений под тексты стихотворений, потешек, считалок; организация сюжетных занятий на тему прочитанных произведений.

Художественно-эстетическое развитие:

-Привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и педагога, оформление помещения; использование на занятиях изготовленных детьми физкультурных пособий (флажки, картинки, мишени для метания, кораблики и бабочки для дыхательной гимнастики); развивать воображение детей.

-развитие музыкально-ритмической деятельности на основе основных движений и физических качеств.

- Слушать и понимать заданный вопрос;
- Говорить в нормальном темпе;
- Отвечать на вопрос развернуто;
- Не перебивать говорящего;
- Делиться своими впечатлениями с родителями и педагогами;
- Считалки, потешки, игры в стихах, речевки.

- Игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок, речевок («Мы веселые ребята», «Ровным кругом», «Раз-два, левой!», «Льдинки, ветер и мороз»);
- Сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок и произведений («Наши планеты», «Репка», «Кто сказал мяу?», «Колобок», «Цирк»);
- Пальчиковая гимнастика.

- Проведение утренней гимнастики, подвижных игр, упражнений, ритмической гимнастики, развлечений и праздников под музыкальное сопровождение;
- Развитие артистических способностей в подвижных играх

Стих Р. Валеева
«Песенка юного
физкультурника
».

имитационного характера.

2.2 Формы, способы, методы и средства реализации Программы

Методы физического развития

Наглядный:

наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);
наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);
тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя).

Словесный:

объяснения, пояснения, указания;
подача команд, распоряжений, сигналов;
вопросы к детям;
образный сюжетный рассказ, беседа;
словесная инструкция.

Практический:

повторение упражнений без изменения и с изменениями;
проведение упражнений в игровой форме;
проведение упражнений в соревновательной форме.

Средства физического развития

двигательная активность, занятия физкультурой (овладение основными движениями);
эколого-природные факторы(солнце, воздух, вода);
психогигиенические факторы(гигиена сна, питания, занятий).

Модель двигательной активности

Форма организации	Младший возраст		Старший возраст	
	младшая группа	средняя группа	старшая группа	подгот. группа
Организованная деятельность				
Утренняя гимнастика (ежедневно)	6 - 8 мин.	6 - 8 мин.	8-10 мин.	10-12 мин.
Физ. занятие в помещении (2 раза в неделю)	15 мин.	20 мин.	25 мин.	30 мин.
Физ. занятие на воздухе (1 раз в неделю)	15 мин.	20 мин.	25 мин.	30 мин.
Физминутки (ежедневно)	2 мин.	2 мин.	4 мин.	4 мин.
Подвижные игры (ежедневно не менее 2- 4 раз)	6 -10 мин.	10 – 15 мин.	15 - 20 мин.	15 -20 мин.
Спортивные упражнения (1 раз в неделю)	10 мин.	10 мин.	15 мин.	20 мин.
Игровые упражнения на прогулке (ежедневно)	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Бодрящая гимнастика (ежедневно)	5 - 10 мин.	5 -10 мин.	5 - 10 мин.	5 - 10 мин.
Пешие прогулки (1 раз в неделю)	-	20 мин.	20 мин.	20 мин.
Индивидуальная работа (ежедневно)	5 мин.	5 мин.	6 мин.	6 мин.
Оздоровительные игры (2 раза в неделю)	10 мин.	10 мин.	15 мин.	15 мин.
Спортивные игры (1 раз неделю)	-	15 мин.	20 мин.	20 мин.
Самостоятельная двигательная деятельность (1раз в неделю)	15 мин.	20 мин.	20мин.	25 мин.
Спортивные развлечения (1 раз в	20 мин.	30 мин.	30 мин.	40 - 50

месяц)				мин.
Спортивные праздники (2 раз в год)	20 мин.	40 мин.	60 - 90 мин.	60 - 90 мин.
Неделя здоровья	2 раза в год			

Система физкультурно-оздоровительных мероприятий (Формы работы с детьми)

№ п/п	Формы работы с детьми	Особенности организации
I.	Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня	
1.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно
1.2	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно утром и вечером
1.3	Физкультурная минутка	Ежедневно
1.4	Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	Ежедневно
1.5	Самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулках	Ежедневно
1.6	Гимнастика после дневного сна (комплекс упражнений)	Ежедневно
1.7	Дифференцированные игры-упражнения	Ежедневно, во время прогулки утром и вечером
1.8	Спортивные игры	Элементы игр на прогулке (первая половина дня)
1.9	Занятия по физической культуре	3 раза в неделю (одно на воздухе для детей 5-7 лет)
1.10	Музыкальные занятия	2 раза в неделю
II.	Самостоятельные игры в помещении и прочие движения в режиме дня	Ежедневно
III.	Физкультурно-массовые мероприятия	
3.1	Неделя здоровья	2 раза в год
3.2	Физкультурно – спортивные праздники	в соответствии с планом физкультурно-оздоровительной работы
3.3	Физкультурный досуг	1 раз в месяц в каждой группе
3.4	День здоровья	1 раз в квартал, все мероприятия выносятся на улицу
3.5.	Пешие прогулки	ежемесячно

Формы организации работы с детьми по образовательной области «Физическое развитие»

Содержание	Возраст	ООД	Образовательная деятельность, реализуемая в ходе режимных моментов	Самостоятельная деятельность
1.Основные движения: -ходьба; бег; катание, бросание, метание, ловля;	3-5 лет, 2 мл, средняя группы	ООД по физическому воспитанию: - сюжетно- игровые	Утренняя гимнастика Индивидуальная работа воспитателя Игровые упражнения Утренняя гимнастика: -классическая	Игра Игровое упражнение Подражательные движения

ползание, лазание; упражнения в равновесии; строевые упражнения; ритмические упражнения.		- тематические -классические -тренирующее	-сюжетно-игровая -тематическая -полоса препятствий Подражательные движения Прогулка Подвижная игра большой и малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Индивидуальная работа Занятия по физическому воспитанию на улице Подражательные движения Вечерний отрезок времени, включая прогулку Гимнастика после дневного сна: - коррекционная -оздоровительная -сюжетно-игровая -полоса препятствий Физкультурные упражнения Коррекционные упражнения Индивидуальная работа Подражательные движения	
2.Общеразвивающие упражнения		В ООД по физическому воспитанию: -тематические комплексы -сюжетные -классические -с предметами - подражательный комплекс Физ.минутки Динамические паузы	Физкультурный досуг Физкультурные праздники День здоровья (ср. гр.)	
3.Подвижные игры			Дидактические игры, чтение художественных произведений, личный пример, иллюстративный материал	Сюжетно-ролевые игры
4.Спортивные упражнения				
5.Активный отдых		Обучающие игры по инициативе воспитателя (сюжетно-дидактические), развлечения		
6. Формирование начальных представлений о ЗОЖ				
1.Основные движения: -ходьба; бег; катание, бросание, метание, ловля; ползание, лазание; упражнения в равновесии; строевые упражнения; ритмические упражнения.	5-7 лет, старшая и подгот. к школе группы	ООД по физическому воспитанию: - сюжетно-игровые - тематические -классические -тренирующее -по развитию элементов двигательной креативности (творчества)	Утренний отрезок времени Индивидуальная работа воспитателя Игровые упражнения Утренняя гимнастика: -классическая -игровая -полоса препятствий -музыкально-ритмическая -аэробика (подгот. гр.) Подражательные движения Прогулка Подвижная игра большой и малой подвижности	Игровые упражнения Подражательные движения

2.Общеразвивающие упражнения	В занятиях по физическому воспитанию: -сюжетный комплекс - подражательный комплекс - комплекс с предметами Физ.минутки Динамические паузы Подвижная игра большой, малой подвижности и с элементами спортивных игр	Игровые упражнения Проблемная ситуация Индивидуальная работа Занятия по физическому воспитанию на улице Подражательные движения Занятие-поход (подгот. гр.) Вечерний отрезок времени, включая прогулку Гимнастика после дневного сна -оздоровительная -коррекционная -полоса препятствий Физкультурные упражнения Коррекционные упражнения Индивидуальная работа Подражательные движения	
3.Подвижные игры			
4.Спортивные упражнения			
5.Спортивные игры	Развлечения, ОБЖ, минутка здоровья	Физкультурный досуг Физкультурные праздники День здоровья	Дидактические, сюжетно-ролевые игры
6.Активный отдых		Объяснение, показ, дидактические игры, чтение художественных произведений, личный пример, иллюстративный материал, досуг, театрализованные игры.	
7. Формирование начальных представлений о ЗОЖ			

Здоровьесберегающие технологии

Здоровьесберегающие технологии - это технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования – задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов, родителей. Оздоровление детей средствами физической культуры - одна из важных задач современной педагогики.

№	Виды	Особенности организации
	Медико-профилактические	
	Закаливание в соответствии с медицинскими показаниями	
1.	обширное умывание после дневного сна (мытьё рук до локтя)	Дошкольные группы ежедневно
2.	хождение по массажным дорожкам после сна	Первая и вторая младшие ежедневно
3.	контрастное обливание ног	Средняя, старшая, подготовительная ежедневно в теплое время года

4. облегченная одежда	Все группы ежедневно
Профилактические мероприятия	
1. витаминизация 3-х блюд	ежедневно
Медицинские	
1. мониторинг здоровья воспитанников	В течение года
2. антропометрические измерения	2 раза в год
3. профилактические прививки	По возрасту
4. кварцевание	По эпидпоказаниям
5. организация и контроль питания детей	ежедневно
Физкультурно- оздоровительные	
1. корригирующие упражнения (улучшение осанки, плоскостопие, зрение)	ежедневно
2. зрительная гимнастика	ежедневно
3. пальчиковая гимнастика	ежедневно
4. дыхательная гимнастика	ежедневно
5. динамические паузы	ежедневно
6. релаксация	2-3 раза в неделю
7. музыкотерапия	ежедневно
8. сказкотерапия	ежедневно
9. кинезиология	2-3 раза в неделю
Образовательные	
1. привитие культурно-гигиенических навыков	ежедневно
2. Образовательная деятельность по программе ЗОЖ	Подготовительная группа

Виды здоровьесберегающих технологий

Технологии сохранения и стимулирования здоровья – стретчинг, ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, различные гимнастики.

Технологии обучения здоровому образу жизни - физкультурные занятия, проблемно-игровые занятия, коммуникативные игры, занятия из серии «Здоровье», самомассаж, биологическая обратная связь (БОС).

Коррекционные технологии – арттерапия, технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, цветотерапия, психогимнастика, фонетическая ритмика.

Формы взаимодействия с семьями воспитанников

В современных условиях дошкольное образовательное учреждение является единственным общественным институтом, регулярно и неформально взаимодействующим с семьей, то есть имеющим возможность оказывать на неё определенное влияние.

Система взаимодействия с родителями включает:

Изучение состояния здоровья детей совместно со специалистами детской поликлиники, медицинским персоналом ДООУ и родителями. Ознакомление родителей с результатами.

Изучение условий семейного воспитания через анкетирование.

Создание условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости детей в ДООУ и семье:

Зоны физической активности,

Закаливающие процедуры,

Оздоровительные мероприятия и т.п.

Организация целенаправленной работы по пропаганде здорового образа жизни среди родителей.

Ознакомление родителей с содержанием и формами физкультурно-оздоровительной работы в ДООУ.

Пропаганда и освещение опыта семейного воспитания по физическому развитию детей и расширения представлений родителей о формах семейного досуга.

2.3 Коррекционная работа

Коррекционно-развивающая работа (далее - КРР) – это система специальных педагогических мероприятий, направленных на преодоление или ослабление недостатков в физическом и (или) психическом развитии детей.

Содержание КРР в соответствии с ФГОС ДО направлено на создание системы комплексной помощи детям в освоении основной общеобразовательной программы, необходимую коррекцию недостатков в физическом и (или) психическом развитии детей, их социальную адаптацию и комплексную подготовку воспитанников к обучению в школе.

К группе детей с ОВЗ относятся дети, состояние здоровья которых препятствует освоению ими всех или некоторых разделов образовательной программы дошкольного учреждения вне специальных условий воспитания и обучения. Группа дошкольников с ОВЗ не однородна, в нее входят дети с разными нарушениями развития, выраженность которых может быть различна. В образовательной области «Физическое развитие» решаются как образовательные, так и коррекционные задачи, реализация которых стимулирует развитие детей с ОВЗ.

Основная цель:	Совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно – пространственной координации.
Основные образовательные и оздоровительные задачи:	-стимулировать позитивные сдвиги в организме, формируя необходимые умения и навыки, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма.
Коррекционные задачи:	-формирования в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;
	-изучение различных свойств материалов, а также назначение предметов;
	-развитие речи посредством движения;
	-Формирование различных видов познавательной деятельности
	-управление эмоциональной сферой ребенка, развитие морально - волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных занятий, игр, эстафет

Занятия физкультурой	-физические упражнения, общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, формирование правильной осанки, развитие равновесия
Игры	-совершенствование двигательных умений, формирования положительных форм взаимодействия между детьми
Развлечения на воздухе	-совершенствование двигательных умений, формирования положительных форм взаимодействия между детьми
Физкультминутки, физкультпаузы	- в процессе работы с детьми
Адаптивная физическая культура АФК	-комплекс мер спортивно – оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию к нормальной социальной среде детей с ограниченными возможностями, преодоление психических барьеров;

Содержание коррекционной	Средства, методы и	Подвижные игры и игровые
--------------------------	--------------------	--------------------------

работы (ОНР, ФФН, ЗПР, и др.)	приемы	упражнения

Условия коррекционно-развивающей работы в ДО

Только совместная работа всех специалистов, воспитателей и родителей даёт возможность осуществлять личностно-ориентированный подход к детям и добиваться высоких результатов в коррекционной работе.

Для реализации коррекционно-развивающих технологий и новых подходов к коррекционно-воспитательной работе с детьми ОВЗ необходима развивающая среда:

Среда организованной двигательной деятельности: использование режимных моментов для коррекционной работы, музыкальные занятия, логоритмические занятия, развлечения и др.;

Среда нерегламентированной двигательной деятельности: совместные с педагогом сюжетно-ролевые и дидактические игры, самостоятельная деятельность детей вне занятий;

Среда нерегламентированной самостоятельной двигательной деятельности: возникает по инициативе детей.

Среда семьи, как место совместной и самостоятельной двигательной деятельности

Совместная с родителями (по содержанию адекватно аналогичной деятельности воспитателей с детьми в ДО;

Среда социума (просветительская деятельность)

СРЕДНЯЯ ГРУППА				
Бег, ловкость	Гибкость, равновесие	Координация, выносливость	Прыжки	Ловля, бросание, метание
ОКТЯБЬ				
1. Упражнение: бег змейкой, бег между предметами, бег со сменой направления 2. Правильно принимать и.п. на старте (стоя) 3. П/и «Ловишка с лентами» 4. Эстафета «Кто быстрее перенесет шишки» 5. П/и «Хитрая лиса» 6. Догонялки парами	1. Упражнение: Стоять на носочках на г/скамейке 2. После бега встать «как цапля», удерживая равновесие 3. Удерживаться на г/стенке 4. М/п игра «Танец в шляпах» 5. Упражнение «Корзиночка», «Колобок» 6. П/и «Дружные пары»	1. Упражнение Техника бега между предметами 2. Упражнение Пролезть под стульями вперед головой 3. Упражнение Прыжки на мат 4. Упражнение «Восьмерка», «Цапля» 5. П/и «Прокати мяч м/п» 6. П/и «Одень колечки» 7. П/и «Путанка»	1. Прыжки на правой и левой ноге (по 5 раз) 2. Прыжки в глубину (и.п.) 3. «Добеги и прыгни» 4. Перейди через болото по кочкам 5. Позвони «Винни – пуху» 6. П/и «Прыгай-хлопай»	1. Упражнение «Перебрось через шнур» 2. Упражнение «Выбей игрушку» 3. Отработка метания мяча из-за головы вдаль 4. Прокати в ворота (ногами) 5. П/и «Быстрый мячик» 6. П/и «Ловишки с мячом»
НОЯБРЬ				
1. П/и «Лошадки» (бег парами со скакалкой) 2. Бег с заданием (присесть, покружиться и т.д.) 3. Бегаем наперегонки 4. »Догони стрелу» (стрекозу, мяч) 5. П/и «Цветные автомобили» 6. Упражнение «Стань первым»	1. Упражнение: «Змейка», «Гусеница» 2. Упражнение: «Достань до мяча» 3. Упражнение в парах «Подними мешок», «Упрямый жеребенок» 4. Упражнение для спины и ног «Краны», «Ворота» 5. П/и «Мыши в кладовой» 6. П/и «Такси»	1. Прыгаем «как кенгуру» 2. «Больной воробей» 3. Ходьба по гимн. скамейке с мячом. 4. Восхождение на доску и спуск с нее 5. П/и «Зайцы и волк» 6. П/и «Пожарные на учении»	1. Прыжки на возвышенность 2. Классики 3. Подскоки на месте 4. П/и «Обезьянки» 5. П/и «Птички и кошка» 6. П/и «Лягушки»	1. Упражнение: Метание в горизонт. цель (2м) 2. Упражнение: Передача мяча назад и в сторону 3. П/и «Подбрось-поймай, упасть не давай» 4. П/и «Мяч водящему» 5. Прокатывание мяча между предметами 6. Достань до ленточки мячом
ДЕКАБРЬ				
1. Бег с высоким подниманием колен 2. Бег друг за другом с	1. Упражнение: «Котенок сердится», «Качели» 2. Упражнение:	1. Ходьба с подушкой на спине по прямой и подъем по наклонной доске	1. Упражнения «Прыгаем как кузнечики», «как клоуны»	1. Упражнение: Перебрасывание мешочков через шнур

остановкой по сигналу. 3.П/и «Совушка» 4.»Догони свою пару» 5.П/и «Снежная Королева» 6.П/и «Северный и южный ветер»	«Перекачивание бревен» 3. «Ползком через туннель». 4.П/и «Перелет птиц» 5.П/и «Цапля в болоте» 6. П/и «Веселые снежинки»	2.Парами упражнение с обручами 3.Восхождение по доске пауком. 4.Бой петухов 5. П/и «Скорее в круг» 6.П/и «Прятки»	2.Прыжки с места (отработка приземления) 3.П/и «Не замочи ног» 4.П/и «Лиса в курятнике» 5.П/и «Зайцы и волк» 6.Упражнение «Упрямый жеребенок»	2.Упражнение: Прокатывание мяча в ворота с расстояния 3м. 3.П/и «Добрось до...» 4.П/и «Попади в корзину» 5.П/и «Сбей кеглю»
ЯНВАРЬ				
1.Бег с заданием 2.Бег с закрытыми глазами по звуку колокольчика 3.Ползание через 2-3 обруча 4.Эстафета «Салют» 5.П/и «Снежинки и ветер» 6.П/и «Не боимся мы кота»	1.Упражнение: «Лодочка», «Рыбы» 2. Упражнение в паре: «Вверх вниз» (качели) присядка поочередная 3.Толкание набивного мяча между предметами головой. 4.Ходьба по гимн.лестнице (по рейкам), лежащей на полу 5.П/и «Мишка идет по мостику» 6. П/и «Медведи»	1.Влезание на гимн. стенку (чередующим шагом) 2.Ходьба по большим кубикам 3.Упражнение с палкой в кругу. 4.П/и «Кролики» 5. М/п игра «Великаны – гномы» 6.П/и «Гимнастика»	1.Прыжки через набивные мячи 2.Прыжки вперед-назад, с поворотами 3.Спрыгивание с высоты 20см 4.П/и «Прыгающая обезьянка» 5.П/и «Болото» 6.Эстафета «Кони»	1.Упражнение: Перебрасывание мяча друг другу снизу (расстояние 2м) 2.Упражнение: Выбей мяч с расстояния 1,5м 3.Прокатывание мяча в ворота ногой 4.П/и «Попади в ворота» 5.П/и «Брось – догони» 6.П/и «Докати до флажка обруч»
ФЕВРАЛЬ				
1.Бег со сменой направления 2.Ходьба по гимн.скамейке с мешочком на макушке. 3.Ползание под гимн.скамейками (попластунски) 4. П/и «Найди свой цвет» 5.П/и «Грачи» 6.Эстафета «Перенеси предмет...»	1.Упражнение: «Пресс-папье», «Паровоз» 2. Упражнение: «Козлики на мосту» 3.Упражнение из и.п. сидя «по-турецки». 4.П/и «Змея», 5.П/и «Через обруч к погремушке» 6. П/и «Кружись – не упади!»	1.Ходьба «как Чарли Чаплин», «как пингвины» 2.Упражнение «Танец медвежат» 3.Упражнение: «Карусель», «Крутая горка». 4.П/и «Стой, беги, ползи!» 5. М/п игра «Поиграем» 6.М/п игра «Едет-едет паровоз»	1.Упражнение: «Спрыгни точно в центр» 2.Прыжок в глубину (отработка отталкивания) 3.»Пружинки» 4.П/и «Спортивные лошадки» 5.П/и «Обезьянки» 6.Эстафета «Джунгли»	1.Упражнение: Ловить мяч после хлопка в ладоши 2.Упражнение: Передача мяча в паре (от груди; сидя на коленях) 3.Бросание мяча вверх в ходьбе 4.П/и «Мяч в кругу» 5.П/и «Лови-бросай» 6.Эстафета «Передача мяча в колонне друг за другом»
МАРТ				
1.Бег за водящим «Стая»	1. Упражнение:	1. Упражнение «Поймай	1.Упражнение: «Ножницы»,	1.Упражнение: «Закинь в

2.Упражнение «Ах, ладошки, вы ладошки» 3.М/п игра «Физкульт-Ура!» 4. Пролезание между рейками гимн. лестницы, поставленной боком 5.П/и «Ниточка с иголочкой» 6.П/и «Мыши и кот»	«Маленький мостик», «Сбор фруктов», «Косарь», «Боксер» 2. Упражнение: «Ноги за голову, «Достань колено», «Воздушная лестница» 3. Упражнение «Покачай малышку» 4.П/и «Донеси – не урони!» 5. «Курочка и цыплята» 6. Эстафета «За высоким»	мяч» 2. Упражнение «Бабочки», «Лягушки» 3.М/п игра «Деревья и птицы». 4.П/и «Котята и ребята» 5. Приседание на скорость «Кто больше?» 6.Отбивание мяча ногами «Раки»	«Потягивание» 2.Прыжки вверх с места 3.П/и «Переправа» 4.П/и «Не отдам» 5. Упражнение: «Прыгай - хлопай» 6.Прыжки из обруча в обруч боком	обруч» 2.Упражнение: «Перебрось мяч за черту» 3.Упражнение «Шарики и столбики» 4.П/и «Футболисты» 5.П/и «Охотники и звери» 6.П/и «Попади в круг»
АПРЕЛЬ				
1.Бег по узкой дорожке 2.Отработка высокого старта 3.Ползание с опорой на стопы и ладони по скату 4.П/и «Мы веселые ребята» 5.П/и «Цыплята на поляне» 6.Эстафета «Кто быстрее добежит до...»	1.Упражнение: «Колобок», «Самолет» 2. Упражнение: «Морская звезда» на гимн. стенке «вис» 3.Прыжки на 2-х ногах по гимн. скамейке. 4. «Машины и птицы» 5.П/и «Шире шагай!» 6. П/и «Медвежата»	1.Упражнение «Стойкий оловянный солдатик», «Плавание на байдарке» 2.Упражнение «Собачка» (на задние лапки, рычит, сердится, ласкается) 3.Упражнение на гимн. стенке «Обезьянка на дереве» 4.П/и «Пастух и стадо» 5. П/и «Скворечники» 6.П/и «Жмурки с колокольчиком»	1.Упражнение Отработка отталкивания при прыжках с места, сочетание рук и ног. 2.Прямой галоп 3.Прыжки на правой ноге, на левой, с продвижением вперед 4.П/и «Бездомный заяц» 5.П/и «Резвые лягушата» 6.П/и «Берем предмет»	1.Упражнение: Ведение мяча вокруг себя 2.Упражнение: Отбивание мяча о пол и ловля его 3.Бросание мешочков вдаль от плеча 4.Эстафета «Прокати мяч» 5.П/и «Гонка мячей» 6.М/п игра «Большой мяч, маленький мяч»
ИЮНЬ				
1. Бег к противоположной стороне площадки с преодолением препятствий, перепрыгивание через натянутую веревку, поворот и бегом в строй. 2. Игра «Быстро шагай, смотри не зевай, правильно выполняй»	Сидя на бревне, с поднятыми ногами выполняем упражнения Упражнение «Гордый щенок», «Мостик», «Мячик» Ходьба по канату с мешочком на голове весом 400 г.	1. Ходьба и бег босиком, срывая пальцами ног траву 2. Кружение на месте, присесть, слегка склоняясь на бок, падать на бок изображая «волчок» 3. П/и «Волчата и лисята» 4. П/и «Цирковые лошади»	1. Упражнять в прыжках в длину (отрабатываем взмах рук вперед, вверх, принимать правильное положение тела во время полета) 2. Прыжки через разложенную скакалку на двух ногах вперед-назад,	1. Приседая, подбрасываем и ловим мяч (подбросьте мяч, присядьте, встаньте – поймайте) 8-12 раз. 2. Прокатывание мяча между стоек ногами в парах 3. Бросание мяча в ствол дерева 4. П/и «Брось – догони»

3. Ходьба по горизонтальному бревну приставным шагом, левым и правым боком. 4. П/и «Подарки» (бег по кругу, галопом, танец) 5. П/и «Дети и волк» 6. П/и «Цыплята на полянке»	Игра «Большая и маленькие цапли» Инд.игра «Козлики на мосту» Эстафета «Трудный переход»	5. П/и «Иголка, нитка и узелок» 6. Эстафета с кубиками	левым-правым боком) в круг и из круга 3. Прыжки через прут, поднятый на высоту 10-15 см. 4. П/и «Белки» 5. П/и «Спутанные кони» 6. Эстафета с мячом «Кенгуру»	5. Ловля мячей сачками 6. Эстафета «Выбей кегли»
ИЮЛЬ				
1. Бег парами наперегонки, бег по скамейке 2. Быстрая ходьба по доске, положенной на пол с мешочком на голове, с различными заданиями для рук. 3. Ходьба и бег по наклонному бревну вверх-вниз 4. П/и «Ласточка и пчелки» 5. П/и «Вороны и гнезда» 6. П/и «Одуванчики»	1. Пролезание между рейками лестницы (рука, нога, голова) 2. Упражнение «Подсвечник», «Горка», «Вилка» 3. Разойтись вдвоем на скамейке, начиная идти с двух сторон 4. П/и «Бабочки, лягушки» 5. П/и «Заячий концерт» 6. Эстафета с мостиками «На рыбалке»	1. Упражнение для рук и ног, махи вправо, влево, вперед, назад 2. Инд. рисуем домик с окнами, дверью, крылечком и выполняем бег, прыжки, приседание 3. Бег по дорожкам через препятствия в среднем темпе 4. П/и «Котята и гусята» 5. П/и «Пилоты» (с аэродромами) 6. Эстафета с водой	1. Из положения присед, выпрыгните из него, коснитесь предмета 2. Перепрыгивание через камешки, отталкиваясь одной ногой, а приземляемся на обе. 3. Прыжки по картинкам: птица, кузнечик, заяц, конь 4. П/и «Резвые лягушата» 5. П/и «Веселые зайчата» 6. Эстафета «Поросята» (прыжки в лужи)	1. Подбрасываем и ловим мяч, одновременно подпрыгивая на двух ногах 2. Прыгать на правой ноге и подбивать правой ногой камушек вперед 3. Метание теннисного мяча из-за головы вдаль 4. П/и «Ловишки с мячом» 5. П/и «Мой веселый звонкий мяч» 6. П/и - эстафета «Мяч по кругу»
АВГУСТ				
Упражнение с флажком, поочередный бег по цветам Ходьба по подвесному мосту Бег по линиям с заданием для рук П/и «Деревья и птицы» П/и «Кошка и котята» Эстафета с обручами	1. Ходьба по горизонтальному бревну с переходом на наклонное 2. Упражнение «Чижик-пыжик», «Медуза», «Морской лев» 3. Кружиться после бега или ходьбы 4. П/и «Веселые пушинки» 5. Эстафета с мешочком на	1. Упражнять в беге с корзинкой в руках между предметами 2. Упражнения выполнять на земле, бревне, г/стенке 3. Ползать по бревну 4. П/и «Журавли» 5. П/и «Тише едешь – дальше будешь» 6. П/и «Пустое место»	1. Упражнение: подпрыгивание на двух ногах на г/скамейке, поворот кругом и спрыгивание на землю 2. Перепрыгивание через веревочку с разбега, отталкиваясь одной ногой 3. Прыжки боком через предметы	1. Упражнение: закатывание мяча в расставленные ворота 2. Бросание и ловля камушков 3. Метание мячей в горизонтальную цель 4. Эстафета «Кто больше даст морковок зайцу» 5. П/и «Оттолкни мяч»

	голове «Донеси не урони» по шнуру 6. П/и «Береги предмет»		4. П/и «Воробышки» 5. П/и «Зайцы в огороде» 6. Эстафета «Кто дальше упрыгает»	6. М/п игра «Съедобное - несъедобное»
СТАРШАЯ ГРУППА				
Бег, ловкость	Гибкость, равновесие	Координация, выносливость	Прыжки	Ловля, бросание, метание
ОКТЯБЬ				
1. Упражнять в беге друг за другом (в обруче) 2. П/и «Огородники» 3. Упражнять в беге между предметами на носках 4. Подвижная игра «Ловишки с лентами» 5. Упражнять в беге на горку и с горки 6. П/и «Хлопушки»	1. Прыжки на правой и левой ноге по 20 раз 2. П/и «Медведи и пчелы» 3. Упражнение «Слоны ходят по мосту» 4. Малоподвижная игра «Улитка» 5. Упражнение «Качалка», «Цапля» 6. Эстафета «Кенгуру с детенышем переходят улицу»	1. «Не урони кегли» (бег с рулем между предметами) 2. П/и «Собери камешки» 3. Ходьба и лазанье по гимнастической скамейке с мешочком (на голове, спине, шее, между стоп) 4. П/и «Мышеловка» 5. Малоподвижная игра «Путешествие на корабле» 6. Ходьба как муравьи, пауки, слоны	1. Упражнение: подскоки на месте вокруг себя 2. П/и «Зайцы в огороде» 3. Прыжки из обруча в обруч с поворотами 4. П/и «Охотники и зайцы» 5. Упражнение «Добеги и прыгни» 6. П/и «Спортивные лошадки»	1. Упражнение «Перебрось через веревку» 2. П/и «Позвони Винни - Пуху» (высота с места) 3. Упражнение «Выбей мяч» 4. П/и «Охотники и утки» 5. Попади в круг (горизонтальная цель) 6. Играй, играй, мяч не теряй
НОЯБРЬ				
1. Бег наперегонки изи.п. стоя 2. П/и «Физкульт-ура» 3. Упражнение в беге по диагонали с различными выбросами ног 4. Пронеси - не урони» эстафета 5. П/и «Уголки» 6. П/и «Слепой медведь»	1. Малоподвижная игра «Канатоходец» 2. Упражнение «Тачка», «Экскаватор» 3. Ходьба по рейке гимнастической скамейки с предметом на голове 4. Подвижная игра «Ловкая пара» 5. П/и «Хитрые рыбки» 6. П/и «Белки»	1. Кто быстрее спрячется в домике 2. П/и «Коршун и наседка» 3. Упражнение «Гусиная прогулка» 4. П/и «Не замочи ног» 5. Упражнение «Футбол раков» 6. Доползи до флажка через...	1. Упражнение Ноги вместе - ноги врозь, с поворотами кругом 2. П/и «Удочка» 3. Упражнение «Сумей быстро вскочить» 4. П/и «Зайцы и Жучка» 5. Упражнение отработка разбега при прыжках в длину 6. П/и «Защита крепости»	1. Метание в горизонтальную цель с расстояния 4-5 метров 2. П/и «Сбей городок» 3. Толкание мяча головой и ведение его в ворота 4. П/и «Шмель» 5. Бросание и ловля мяча от стены 6. Перебежки с мешочками
ДЕКАБРЬ				
1. Состязание в беге со	1. Ползком через	1. Упражнение Ходьба с	1. Прыжки «Большой	1. Перебрасывание мяча

связанными ногами 2. Бег по наклонной доске вверх и вниз 3. Подвижная игра «Северный и южный ветер» 4. П/и «Ключи» 5. Бег на лыжах «Скольльзящим шагом» 6. П/и «Продай горшок»	препятствия и лазание в туннель 2. Упражнение в паре (с предметами) 3. Упражнение «Играйте в мяч головой» 4. П/и «Свободное место» 5. Танец на канате 6. Малоподвижная игра «Спрячь руки за спину» 7. Упражнение на гимнастической стенке «Уголок» 8. Упражнение «Ловкий чертенок»	книгой на голове, с мешком на спине 2. Сидя на гимнастической скамейке упражнение на равновесие 3. Упражнение «Катание на морском коньке» 4. Малоподвижная игра «Ручеек» 5. Упражнение на гимнастической стенке «Бревнышко», «Воробей» 6. Кто дольше простоит на одной ноге 7. П/и «Воробышки»	воробей» (правая и левая нога) 2. П/и «Обезьянки» 3. Упражнение «Перека- т и подскок» 4. Подвижная игра «Кролики» 5. Прыжки в высоту с места (толчок) 6. П/и «Кенгуру»	через шнур друг другу 2. Бросание в крутящуюся цель 3. Упражнение «Забрось все кольца на морковь» 4. П/и «Мяч соседу» 5. Упражнение «Выбей мяч» 6. П/и «Гонка мячей» 7. Подвижная игра «Охотники и звери»
ЯНВАРЬ				
1. Упражнение в беге быстрый темп на скорость 2. Бег вперед спиной 3. Подвижная игра «Кот и мышь» 4. П/и «Белые медведи» 5. Эстафета «Перенеси 2 мяча» 6. Бег по наклонной доске и спуск с неё 7. Ходьба по ребристой доске с высоты	1. Танцевально- ритмическая гимнастика «Часики» 2. Упражнение «Колесо», «Вертолет», «Воздушная лестница» 3. Упражнение на стенке «Воробей», «Ласточка» 4. Лазание чередуется с ходьбой 5. П/и «Узнай и догони» 6. П/и тат. «Хлопушки» 7. Эстафета «Быстро возьми, быстро положи»	1. Упражнение в ходьбе по наклонной доске вверх, с грузом на голове. 2. Упражнение в ходьбе по гимнастической скамейке с поворотом на 180°, 360° 3. Упражнение в стойке на одной ноге на гимнастической скамейке 4. П/и «Жмурки с колокольчиком» 5. Упражнение «Дружные пары» 6. П/и «Круговые пятнашки» 7. Эстафета «Полоса невезения»	1. Упражнение в прыжках вверх с места 2. Упражнение в прыжках в длину с разбега (приземление) 3. Упражнение в прыжках через скакалку на ходу 4. Упражнение подскоки (одна нога выбивает другую) 5. П/и «Пожарные на ученье» 6. П/и «Зайцы и жучка» 7. Эстафета «Кто быстрее допрыгает до.....»	1. Упражнения в бросании мяча вверх и ловля его одной рукой 2. Упражнение в бросании и ловле в движении 3. Упражнение в отбивании мяча о стену с поворотом 4. Упражнение в бросании мяча двумя руками из-за головы н/м 5. Подвижная игра «Вышибалы» 6. П/и «Охотники и утки» 7. Эстафета «Пауки» (с мячом на животе)
ФЕВРАЛЬ				
1. Бег с препятствиями	1. Упражнение в	1. Ведение набивного мяча	1. Прыжок на батут, мат	1. Бросание мяча правой и

2. Бег с прыжками 3. П/и «Белые медведи» 4. П/и «Пилоты» 5. Упражнение в беге наперегонки (из и.п. высокий старт) 6. Эстафета «Переправа»	устойчивом положении на одной ноге с грузом 2. Упражнение в ходьбе по снежным валам 3. Упражнение с гантелями 4. П/и «Воробьи-вороны» 5 Упражнение «Перочинный ножик», «Змея», «Червяк» 6. П/и «Через болото» 7. Упражнение, стоя на скамейке, прыгнуть вверх и мягко приземлиться	головой между предметами 2. Лазание под..... не задевая..... 3. Ходьба по снежным валам 4. Упражнение «Пронеси неслышно» 5. П/и «Жмурки в кругу» 6. П/и «Машинисты сдают вождение» 7. Определись по цвету.	(соединить в полете ноги) 2. Прыжки через вращающуюся скакалку 3. Отработать сильный толчок в прыжках в длину с места 4. Подвижная игра «Ножная цель» 5. П/и «Бездомный заяц» 6. Подвижная игра «Спортивные лошадки» 7. Эстафета «Прыжки по гимнастической скамейке»	левой рукой через сетку 2. Забрасывание мяча в корзину с прыжком 3. П/и «Кидалки» 4. Эстафета «Кто больше выбьет снежков» 5. П/и «Сумей вскочить» 6. Эстафета «Кто быстрее на одной ноге в обруч»
МАРТ				
1. Бег за водящим «Стая» 2. Упражнение «Ах, ладошки, вы ладошки» 3. Малоподвижная игра «Физкульт-ура» 4. Лазание между рейками гимнастической лестницы, поставленной боком 5. П/и «Ниточка с иголочкой» 6. П/и «Мыши и кот»	1. Упражнение «Маленький мостик», «Сбор фруктов», «Косарь», «Боксер». 2. Упражнение «Ноги за голову, достать колено, воздушная лестница» 3. Упражнение «Покачай малышку» 4. П/и «Донеси - не урони!» 5. П/и «Курочка и цыплята» 6. Эстафета «За высоким окном»	1. Упражнение «Поймай мяч» 2. Упражнения «Бабочки», «Лягушки» 3. Малоподвижная игра «Деревья и птицы» 4. Подвижная игра «Котята и ребята» 5. Приседание на скорость «Кто больше?» 6. Отбивание мяча ногами «Раки»	1. Упражнение «Ножницы», «Потягивание» 2. Прыжки вверх с места 3. П/и «Переправа» 4. Подвижная игра «Не отдам» 5. Упражнение «Прыгай - хлопай» 6. Прыжки из обруча в обруч боком	1. Упражнение: закинь в обруч 2. Перебрось мяч за черту 3. Упражнение «шарики и столбики» 4. Подвижная игра «Футболисты» 5. П/и «Охотники и звери» 6. П/и «Попади в круг»
АПРЕЛЬ				
1. Ходьба и бег по бревну, продвижение по нему боком 2. Упражнение в беге через предметы (2-3 круга) 3. Индивидуальное упражнение «Через речку по бревну»	1. Лазание по гимнастической стенке приставным шагом 2. Лазание в пролет гимнастической стенки на высоте 3. Ходьба по пенькам разной высоты переменным	1. Упражнение для развития мышечной системы «Автостоп», «Я маг – волшебник» 2. Упражнение «Буратино», «Часики-ходики», «Крестик» 3. Игровые упражнения	1. Отработать прыжки в высоту с разбега (приземление) 2. Упражнять в подскоках (прямо) 3. Упражнять в прыжках с мешочком между стоп 4. Подвижная игра	1. Отработать ловлю и бросание мяча друг другу на расстоянии 2,5 м. 2. Упражнять в ведении мяча через кегли и забивание в ворота 3. Упражнять в выбивании предмета с места

4. Упражнение на ловкость «Забей и проводи мяч в ворота» 5. П/и «Летучие рыбки» 6. П/и «Птицелов» 7. П/и «Филин и пташки»	шагом 4. Упражнение «Экскаватор», «Крокодил», «Корзинка» 5. Подвижная игра «Лодочники» 6. П/и «Голуби и ястреб» 7. П/и «По лисьему следу....»	«Жираф», «Кольцо», «Кузнечик» 4. Малоподвижная игра «Луна или солнце» 5. П/и «Ежик и мыши» 6. П/и «Кого вам?» (Тили-рам?)	«Хищник в море» 5. П/и «Скачки» 6. П/и «Кто выше прыгнет!»	4. Игра м/п «Уголки» 5. П/и «Беспокойный мяч» 6. П/и «Банки разрушились»
ИЮНЬ				
1. Ходьба по бревну, на носках, с мячом в руках 2. Игровые упражнения «Пас ногой» 3. Во время ходьбы на сигнал «Аист» стоять на одной ноге, на сигнал «Заяц» выполнить 3 прыжка на двух ногах 4. Подвижная игра «Рыбачек» 5. П/и «Баба – Яга» 6. Эстафета «Кто быстрее до флажка»	1. Упражнения в прыжках по ограниченной площади опоры на двух ногах, с мешочком зажатым между стоп 2. Подлезаем под дуги в группировки 3. Лазание по гимнастической стенке и пролезание между рейками 4. П/и «Караси и щука» 5. П/и «Перелет птиц» 6. Малоподвижная игра «Мартышки»	1. Игровые упражнения (по цветам) «По местам» (каждый должен знать свое место в колонне) 2. Игровые упражнения «Медвежата, за медом!» 3. Эстафета с водой 4. П/и «Сети» 5. Подвижная игра «Карусель» 6. Малоподвижная игра «Земля, воздух, вода»	1. Прыжки с ноги на ногу, чередуя с бегом 2. Прыжки через короткую скакалку 3. Прыжки в высоту с разбега 4. П/и «Удочка» 5. Эстафета «Кто скорее по дорожке» 6. Игра – эстафета «Через ручейки»	1. Прокатывание набивных мячей в прямом направлении 2. Игровые упражнения «Гонка мячей в шеренге» 3. Игровые упражнения «Отбей волан» 4. Эстафета с мячом «Мяч водящему» 5. П/и «Стой» 6. Малоподвижная игра «Съедобное - несъедобное»
ИЮЛЬ				
1. Бег по бревну, за тем быстрое передвижение боком 2. Игровые упражнения «Не задень» (бег и прыжки м/предметами) 3. Игровые упражнения подняться по накл. доске до стенки и влезание до самого верха, перелезть на	1. Лазание по гимнастической стенке с переходом на верх. 2. Игровые упражнения «Кто быстрее через обруч» 3. Вис на перекладине 4. Эстафета «Заколдованный мост» (ходьба, бег) 5. П/и «Быстро возьми,	1. Игровые упражнения «Не попадись» 2. Лазание по наклонной гимнастической лестнице 3. Игровые упражнения «Огород» (посадка и сбор) 4. П/и «Птица и кукушка» 5. Подвижная игра «Бразильская бабушка» 6. П/и «Рыбак и рыбки»	1. Прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед 2. Прыжки со скамеек 3. Игровые упражнения «Перепрыгни – не задень» (прыжки боком) 4. П/и «Займи мешочек» 5. Эстафета «По камушкам» 6. П/и «Зайцы в огороде»	1. Игровые упражнения «Мяч в стенку» 2. Игровые упражнения «Подбрось и поймай» (одной рукой) 3. Бросание мешочков вдаль 4. П/и «Кто больше перекинет мячей через сетку»

другую сторону и спуск вниз 4. Эстафета с воздушными шарами 5. П/и «Палочка - выручалочка» 6. П/и «Берегись Буратино!»	быстро положи» 6. П/и «Успей выбежать»			5. Эстафета «Передай – садись» 6. Малоподвижная игра «Ты катись, веселый мячик»
АВГУСТ				
1. Ходьба по бревну, перешагивая через предметы 2. Игровые упражнения «Наперегонки» 3. Игровые упражнения 4. Эстафета с бегом «Паровоз и вагоны» 5. П/и «Липкие пеньки» 6. П/и «Стой, олень»	1. Игровые упражнения Ходьба по наклонному бревну 2. Лазанье по гимнастической стенке с пролета на пролет 3. Игровые упражнения «Под длинную скакалку» (парами пробегают под вращающейся скакалкой) 4. П/и «Сквозь стенку» 5. Игровые упражнения «Луна или солнце» 6. Малоподвижная игра «Бабушка Маланья»	1. Игровые упражнения «Бросание мешочков из одной руки в другую, вверх и ловля» 2. Игровые упражнения «Не ошибись» 3. Игровые упражнения (ладошки) «Перевертыши» 4. П/и «Иголка, нитка, узелок» 5. П/и «Фигуры» 6. Малоподвижная игра «Я бегу, бегу, бегу»	1. Прыжки в длину с разбега (учимся набирать скорость во время разбега, энергично отталкиваться) 2. «Классики» 3. Эстафета «Кенгуру» 4. Подвижная игра «Волки во рву» 5. П/и «Зайцы и морковь»	1. Игровые упражнения «Коснись мяча» 2. Перебрасывание мячей через сетку одной рукой и двумя из-за головы 3. Ведения мяча и забрасывание его в корзину 4. П/и «Охотники и зайцы» 5. П/и «Белки играют в горелки» 6. Эстафета «Кто больше забудет голов»
ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА				
Бег, ловкость	Гибкость, равновесие	Координация, выносливость	Прыжки	Ловля, бросание, метание
ОКТЯБЬ				
1. Подвижная игра «Горячо - холодно» (бег в чередовании с ходьбой) 2. Отработка толчковой ноги 3 П/и. «Салки» 4. П/и «Два и три»	1. Дружные пары (бег и прыжки в обруч) 2. Малоподвижная игра «Эхо» 3. Упражнение, сидя ноги прямые, достать носом колени.	1. Упражнение «Полушпагат», «Корзинка» 2. П/и «Невод» 3. Упражнение «Восьмерка», «Растяжка ног» 4. Эстафета «Кто дальше	1. Боковой галоп (правильно двигаться) 2. Эстафета «Кто меньше сделает прыжков до....» 3. Упражнение прыжки с места (соединение обеих ног в полете)	1. Кольцеброс 2. Упражнение «Закинь за забор....» 3. Эстафета «Чья колонна первая» (передача и ловля мяча) 4. Отработка замаха при

5. Эстафета «Перемени предмет» 6. Упражнение в беге через препятствие 7. П/и «Лисица и птицы»	4. П/и «Пожарные на ученье» 5. Упражнение «Катание на морском коньке», «Ловкий чертенок» 6. П/и «Лягушки и цапля»	прыгнет» 5. Малоподвижная игра «Путаница»или «Бабушка Маланья распутай нас» 6. П/и «Волк и овцы»	4. Полоса препятствий 5. Упражнение отработать приземление при прыжках на высоту 6. П/и «Прыгуны»	метании вдаль 5. Малоподвижная игра «Вызов по имени» 6. «Я знаю пять имен (девочек, мальчиков, животных) отбивание мяча о пол.
НОЯБРЬ				
1. П/и «Перехватчики» 2. Бег с закрытыми глазами. 3. П/и «По местам» 4. Эстафета «Кто первый до флажка» 5. Догони свою пару 6. П/и «Не отдам»	1. Растяжка на гимнастической стенке «Вис», «Воробей» 2. П/и «Сделай фигуру» 3. Упражнения «Мостик», «Паровоз» и.п. лежа 4. Эстафета «Кто больше соберет шаров» 5. Упражнение «Бой петухов» 6. Малоподвижная игра «Море волнуется»	1. Упражнение «Собери колечки» 2. Ходьба по дорожке на внешней стороне стопы с заданием 3. П/и «Скворечники» 4. П/и «Возьми платочек» 5. Упражнение «Шагом марш» 6. Малоподвижная игра «Разверни круг»	1. Подскоки: одна – вперед, другая – назад 2. П/и «Парашютисты» 3. Отработка прыжков в высоту с разбега 4. П/и «Лягушки и цапля» 5. Упражнение «Прыжки с зажатым между колен мячом» 6. П/и «Не наступи!»	1. Попади в корзину и.п. снизу 2. П/и «Мяч капитану» 3. Упражнение «Попади в колокольчик, висящий в обруче» 4. П/и «Ястреб и утки» 5. Ведение мяча правой и левой руками и забрасывание его в корзину 6. П/и «Городки»
ДЕКАБРЬ				
1. Упражнение в беге широким шагом через препятствия 2. Упражнение в беге со скакалкой 3. П/и «Перемена мест» 4. П/и «Раю - Раю» 5. П/и «Коршун и наседка» 6. Эстафета «Не попади в болото» 7. Эстафета «Перевертыши»	1. Упражнение «Каток», «Аист», «Пистолет» 2. Упражнение на гимнастической стенке «Вис», «Уголок» 3. Упражнение на гимнастической стенке или доске «Не урони», «Сорвем...» 4. П/и «Успей выбежать» 5. П/и «Птицелов» 6. Эстафета «Перебежки со снежками» 7. Малоподвижная игра	1. Ходьба по наклонной лестнице вверх и вниз 2. Ходьба по канату (бревну) 3. Упражнения «Как стоять?», «Приседание у стены» 4. Упражнение «Паровоз», «На турнике» 5. П/и «Сокол и лиса» 6. П/и «Отдай платочек» 7. Малоподвижная игра «Гуси летят»	1. Упражнение в прыжках по узкой дорожке на 2 ногах с продвижением 2. Упражнение в прыжках через вращающуюся вперед скакалку 3-4 м. 3. Упражнение в прыжках на возвышение с нескольких шагов 4. П/и «Цирковые лошади» 5. П/и «Кролики» 6. Эстафета «Положи скорее камешки»	1. Упражнение в отбивании мяча о землю, продвигаясь вперед 2. Упражнение в бросании набивного мяча вперед из-за головы 3. Упражнения в забрасывании мяча в баскетбольную корзину с 2-3 шагов 4. Упражнение в бросании мяча или мешочка вверх 5. П/и «Охотники и утки» 6. П/и «Выбей свою пару»

	«Улитка»			7. Эстафета «Передал – садись»
ЯНВАРЬ				
1. Бег с низкого старта 2. Челночный бег (с различными заданиями) 3. Бег по наклонной доске вверх и вниз 4. Эстафета (в обручах) «Лодочник» 5. П/и «Снежная королева», «Юрта» 6. П/и «Займи место» 7. Упражнения с бегом (разбежаться на дорожке парами)	1. Упражнение «Взберитесь на палку ногами» 2. Упражнение «На байдарке», «Ворота» 3. Игра в шарики и кольца 4. Ведение шайбы между предметами и забивание её в ворота 5. П/и «Тимербай» 6. П/и «Стань первым» 7. Малоподвижная игра «Ров и река» (правая, левая сторона)	1. Упражнения «Насос», «Экскаватор», «Стрела» 2. Упражнения «Мостик», «Лягушка», «Медуза» 3. Малоподвижная игра «Танец в шляпе» 4. Малоподвижная игра «Замри» 5. Ходьба по узкой стороне гимнастической скамейки с мешочком на ладони 6. П/и «Море волнуется» 7. П/и «Вышибалы»	1. Упражнение в прыжках с места (отработать сочетание рук и ног) 2. «Классики» 3. П/и «Пингвины с мячом» 4. П/и «Волк во рву» 5. Упражнение в прыжках в высоту с разбега (приземление) 6. Упражнение на одной ноге 7. Малоподвижная игра «Дрозд»	1. «Не упусти шарик» (воздушный) 2. «Точный удар» или «Выстрел» 3. Упражнение «Проведи мяч через....» 4. П/и «Ловкая пара» 5. П/и «Стой-беги!» 6. П/и «Защита крепости» 7. Отработать ведение мяча
ФЕВРАЛЬ				
1. Упражнение в беге с заданием по диагонали 2. Упражнение в беге противоходом 3. Упражнение в ходьбе по рейке гимнастической скамейки с поворотом 4. П/и «Ястреб и утки» 5. П/и «Два мороза» 6. Малоподвижная игра «Осторожный водитель» 7. Эстафета с лентами	1. Упражнение «Пантера», «Кобра», «Краб», «Дельфин» 2. Танцевально-ритмическая гимнастика «По секрету всему свету» 3. Сидя на гимнастической скамейке поперек с опорой рук сзади, приподнимать и опускать прямые ноги 4. Стоять на одной ноге закрыв глаза 5. П/и «Паук и мухи» 6. П/и «Пятнашки с домом» 7. Эстафета «Через поле – огород»	1. Упражнение после кружения сделать ласточку 2. Встать и сесть без помощи рук, удерживая на голове мешочек 3. Ходьба по скамейке, на середине перепрыгнуть через веревку высотой 20 см 4. Малоподвижная игра «Танки, пароходы...» 5. П/и «Филин и пташки» 6. П/и «Краски» 7. Эстафета (идем на руках по скамейке, ползем, несем мячи)	1. Упражнение в прыжках на двух ногах с продвижением вперед по наклонной доске 2. После прыжков сделать «Цаплю» 3. П/и «Быстроногие зайчата» 4. П/и «Здравствуй сосед» 5. Упражнение в прыжках в высоту с разбега 6. Прыжки через скакалку в ходьбе 7. Прыгать на одной ноге и толкать перед собой	1. Стоя на скамейке бросать и ловить мяч парами 2. Бросание друг другу и ловля из положения сидя 3. Сбивание предмета мячом одной рукой. 4. Забрасывание мяча с прыжком в баскетбольную корзину 5. П/и «Перебежки с мячами» 6. П/и «Зевака» 7. Эстафета «Самый меткий...»
МАРТ				
1. Бег широким шагом	1. Ходить с книгой на лбу	1. Упражнение	1. Упражнение в прыжках с	1. Забрасывание мяча в

через препятствия в сочетании с прыжками 2. Бег в сочетании с прыжками в высоту 3. Бег с ведением мяча 4. П/и «Воробьи - вороны» 5. П/и «Мы веселые ребята» 6. Эстафета «Волки и козы»	по доске 2. Упражнение, лежа на животе «индеец в дозоре», «щенок», «гребля» 3. Перетягивание обручей в паре 4. Малоподвижная игра «Змея» 5. Малоподвижная игра «Луна или солнце» 6. П/и «Курочки» 7. Эстафета «Медведи за медом!»	«Воздушный велосипед», «Обезьяна на дереве», «Любопытный» 2. П/и «Река и ров» 3. П/и «Надень папаху» 4. Малоподвижная игра «Узнай по голосу, хитрая лиса» 5. Упражнения: повороты на право, лево, кругом и т.д. 6. Упражнение кувырок вперед и назад 7. Эстафета «Бег в мешках»	высоты вперед спиной 2. Прыжки со 2 пролета гимнастической стенки на мат. 3. Упражнение в прыжках на одной ноге по канату 4. Эстафета «Прыжки через скамейку» 5. П/и «Горный козел» 6. Упражнение в прыжках в длину с батута 7. Эстафета «Прыгай через костер»	баскетбольную корзину с боку 2. Метание в вертикальную цель с расстояния 5 метров м/мяча 3. Метание мешочков в движущуюся цель 4. Бросание и ловля мяча в движении 5. П/и «Горячая картошка» 6. П/и «Мячик вверх» 7. Эстафета «Бросай-лови!»
АПРЕЛЬ				
1. Ходьба и бег по бревну приставным шагом с заданием 2. Лазание по стенке с переходом через верх 3. Бег змейкой, противоходом, по диагонали, по кругу 4. П/и «Отдай платочек» 5. П/и «Жмурки с колокольчиком» 6. П/и «Найди пару в кругу»	1. Упражнение «Винтик», комплекс «Пластилиновая ворона» 2. Упражнение «Орешек», «Краб», «Уж», «Лев» 3. Ходьба и прыжки по канату на одной ноге 4. П/и «Канатоходец» 5. П/и «Есть идея!» 6. Малоподвижная игра «Колдун»	1. Упражнение в беге, после него занять указанное место 2. Отработка направления (право, лево) 3. Лазание по наклонной доске на животе 4. Перекат со спины на живот и подъем без рук 5. П/и «Джунгли» 6. П/и «Собери солнце» 7. Малоподвижная игра «Ручейки и озера»	1. Отработать приземление в прыжках с высоты с поворотами 2. Упражнение в прыжках на одной ноге через предметы 3. Упражнять в прыжках на скакалке, ноги вместе и чередуя ноги. 4. П/и «Игра в лягушек» 5. П/и «Спутанные кони» 6. «Классы»	1. Бросание мяча вверх и ловля его после поворота вокруг себя 2. Упражнять в метании «летающей тарелки» 3. Бросание волейбольного мяча через сетку 4. П/и «Мельница» 5. П/и «Блуждающий мяч» 6. Элементы игры в «Городки»

ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении

Режим жизнедеятельности детей в ДО разработан на основе ФГОС ДО к структуре основной общеобразовательной программе дошкольного образования, СанПиН.

В режим дня при 12 часовом пребывании ребенка в ДО включены: образовательная деятельность и деятельность по присмотру и уходу.

МАДОУ «Детский сад комбинированного вида «Соловушка» обеспечивает развитие детей в возрасте от 3 лет до 7 лет. В ДОУ имеются общеобразовательные группы.. Приём детей осуществляется на основании медицинского заключения, заявления и документов, удостоверяющих личность одного из родителей (законных представителей). Детский сад работает 5 дней в неделю с 06.00 до 18.00.

Особенности традиционных мероприятий, праздников

Физкультурно–досуговые мероприятия – неотъемлемая часть в деятельности дошкольного учреждения. Организация праздников, развлечений, детских творческих дел способствует повышению эффективности воспитательно - образовательного процесса, создает комфортные условия для формирования личности каждого ребенка.

Подвижные игры, эстафеты, составляющие основное содержание любого физкультурного досуга или спортивного праздника в детском саду, в большей степени, чем другие формы организации двигательной деятельности адекватны потребностям ребенка в движении и способствуют его гармоническому физическому развитию, воспитанию ловкости, быстроты, координации движений, важнейших морально-волевых качеств.

В ходе любого праздника осуществляется комплексное решение целого ряда задач, способствующих гармоничному развитию ребенка, но одновременно ставится главная задача, в соответствии с которой подбирают тематику и содержание, определяют методы и приемы работы.

В детском саду проводятся разнообразные досуги и праздники:

способствующие формированию здорового образа жизни – это тематические праздники, такие как «День защитника Отечества»;

воспитывающие стойкий интерес к физкультуре и спорту, к личным достижениям – «Веселые старты», «Олимпийские игры»;

праздники, способствующие хорошему настроению – это музыкально-спортивные и совместные с родителями праздники «Туристический слёт», «Мама и я – лучшие друзья» и т.д.;

развивающие творческую активность, инициативу, коммуникативные способности – «Физкульт-ура!», «Зов джунглей» и т.д.;

формирующие познавательную активность – дети разгадывают загадки, решают проблемные задачи;

воспитывающие нравственные качества – дети объединяются целью помочь попавшим в беду персонажам «Выручаем Айболита», «За золотым ключиком».

Праздники в детском саду строятся на основе сочетания разных видов физических упражнений: гимнастики, подвижных и спортивных игр, спортивных упражнений. Целью таких праздников является возможность привлечения детей 5–7 лет к соревновательной деятельности с элементами спорта, а младших и средних дошкольников – к выполнению простейших гимнастических упражнений и участию в подвижных играх и забавах. Организуются и сезонные праздники – летний и зимний, праздники на воде, а также с включением элементов познавательной, изобразительной деятельности, театрализованных представлений.

Праздники проводятся в спортивном зале, на площадке, в бассейне с применением спортивного, физкультурного и туристического инвентаря, с использованием природного материала, игрового пособия, самодельного инвентаря.

Тематическое планирование

физкультурно-оздоровительных праздников и развлечений

Месяц	II младшая группа	Средние группы	Старшая группа	Подготовительная группа
сентябрь	Развлечение, посвященное дню здоровья «Советы доктора Градусника»		Поход в лес «Мы туристы»	
октябрь	Физ. досуг «Осень в гости к нам пришла».	Физ. досуг «Осень-красавица»	Физ. досуг «Зов джунглей».	Физ. досуг «Осенние игры»
ноябрь	Развлечение «В гости к Зайке»	Физ. досуг «Превращение бумажного листочка»	Спортивное развлечение «Игры, которые лечат».	Физ. развлечение «Зоологические забеги»
декабрь	Физ. досуг с Петрушкой	Физ. досуг «Путешествие в страну Здоровья» с участием родителей.	Поход в лес «Зимняя прогулка» ист. 2 Физкультурный досуг «Сюрпризы Деда Мороза»	Физкультурно-музыкальный досуг с экологической направленностью «Кабы не было зимы...»
январь	Физ. досуг «В гости к Колобку»	Физ. досуг «Новогоднее приключение»	Зимний спортивный праздник «Зимушка хрустальная»	
февраль	1. Народные игры и развлечения на Масленицу.		1. Спортивный праздник, посвященный дню Защитника Отечества.	1. Семейный спортивный праздник «Папа – гордость моя»
	2. Физ. праздник «Мы солдаты – brave ребята»	2. Физ. досуг «Богатыри земли русской»	2. День русских народных игр (Масленица)	2. День русских народных игр (Масленица)
март	Физ. развлечение «Зимние забавы» (на улице)	Развлечение «Волшебные превращения»	Физ. досуг «Олимпийский Мишка в гостях у детей»	Физ. досуг «Путешествие в Олимпию»
апрель	Физ. досуг «В гости к Мишке»	Физ. развлечение «Непослушные мячи».	Физкультурный досуг «Космонавтами мы будем!» Спортивный праздник «День здоровья»	Физкультурно-музыкальный праздник «Что нас делает здоровыми»
май	Физ. досуг «На весенней полянке».	Соревнование «В стране дорожных знаков»	Спортивный праздник, посвященный Дню Победы.	
июнь	Развлечение «Поступаем в школу Мишки-Топтыжки»	Физ. досуг «Красный, желтый, зеленый»	Развлечение, посвященное 1 июня (Дню защиты детей)	
июль	Спортивный праздник «Здравствуй лето»			
август	Развлечение «Мой веселый звонкий мяч»	Физ. досуг «Веселые старты»	Спортивное развлечение «Игры народов мира»	Спортивный праздник «Папа – мама, я спортивная семья».

Особенности организации развивающей предметно – пространственной среды для физического развития.

Среда развития ребенка – это пространство его жизнедеятельности. Это те условия, в которых протекает его жизнь в дошкольном учреждении. Эти условия следует рассматривать как фундамент, на котором закладывается строительство личности ребенка.

Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование.

Оборудование физкультурного зала должно быть безопасным, здоровьесберегающим, эстетически привлекательным и развивающим. Оборудование и инвентарь должны обеспечивать максимальный для данного возраста развивающий эффект.

Игровая площадка (физкультурный зал) должна предоставлять условия для развития крупной моторики.

Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности).

Развивающая среда построена на следующих принципах:

Насыщенность среды соответствует возрастным возможностям детей и содержанию Программы.

Образовательное пространство оснащено средствами обучения и воспитания, соответствующими материалами, игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем, которые обеспечивают:

игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех воспитанников, экспериментирование с доступными детям материалами;

развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;

эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;

возможность самовыражения детей.

Полифункциональность материалов позволяет разнообразно использовать различные составляющих предметной среды: детскую мебель, ширмы, природные материалы, пригодные в разных видах детской активности (в том числе в качестве предметов-заместителей в детской игре).

Трансформируемость пространства дает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей

Вариативность среды позволяет создать различные пространства (для игры, конструирования, уединения и пр.), а также разнообразный материал, игры, игрушки и оборудование, обеспечивают свободный выбор детей.

Игровой материал периодически сменяется, что стимулирует игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей.

Доступность среды создает условия для свободного доступа детей к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности; исправность и сохранность материалов и оборудования.

Безопасность среды обеспечивает соответствие всех ее элементов требованиям по надежности и безопасности их использования

Физкультурный зал оборудован в соответствии с санитарными требованиями и возрастными нормами, имеют необходимое материальное оснащение и техническое оборудование.

Материально-техническое обеспечение Программы

Тип оборудования

Наименование

Кол-

Технические средства обучения	MP3-плеер нетбук.
Учебно-наглядные пособия	Плакат «Спорт» для изучения видов спорта. Дид. карточки «Спорт» с изображением вида спорта и подробным описанием. Дид. картинки «Азбука здоровья» для ознакомления детей с основами ЗОЖ. Авторская дидактическая игра «Мир спорта» (виды, схемы, инвентарь и пр.). Дидактическая игра «Команда чемпионов» для ознакомления с видами спорта. Наглядно-дид. пособия «Овощи», «Фрукты» для применения на праздниках на тему «Осень».
Пособия для изучения видов спорта	Ракетки для бадминтона Мяч волейбольный Мяч футбольный Мяч баскетбольный Сетка волейбольная Баскетбольные щиты с кольцами
Пособия для подвижных игр	Маски Накидки Колокольчики Ленточки Платочки и др.
Оборудование физкультурного зала	
Для ходьбы, бега и равновесия	Скамейки гимнастические Бревно гимнастическое напольное Доска с ребристой поверхностью Модуль "Змейка" Коврик, дорожка массажные, со следочками Куб деревянный
Для прыжков	Скакалки Обруч малый Шнур длинный
Для катания, бросания, ловли	Мат гимнастический Кегли (набор) Мешочек с грузом малый Мяч резиновый Мяч для мини-баскетбола Кольцеброс (набор)
Для ползания и лазанья	Гимнастическая стенка Дуги для подлезания Модули Канат
Для общеразвивающих упражнений	Кубики Лента цветная (короткая) Мяч массажный Мяч малый Мяч средний Мяч большой Палка гимнастическая короткая Гантели детские
Нетрадиционное (нестандартное)	Массажеры для рук Эспандер ручной

Список основной литературы:

- Конвенция о правах ребенка. Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года.- ООН 1990.
- Федеральный законот 29 декабря 2012г. №273 – ФЗ (ред. От 31.12.2014, с изм. От 02.05. 2015) “Об образовании в Российской Федерации”
- Федеральный закон 24 июля 1998 г. №124 – ФЗ “Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации”
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726 – р о Концепции дополнительного образования детей.
- Распоряжение Правительства Рссийской Федерации от 29мая 2015г. №996 – р. О Стратегии развития воспитания до 2025г.
- Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от19 декабря 2013 г. № 68 “ Об утверждении СанПиН 2.4.1.3147 – 13 “ Санитарно – эпидемиологические требования к дошкольным группам, размещенным в жилых помещениях жилищного фонда”.
- Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. №26 “Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049 – 13 “Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций”
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 3 июня 2003 г. № 118 (ред от 03.09,2010) “О введении в действие санитарно – эпидемиологических правил и нормативов СанПин 2.2.2/2.4.1340 – 03” (вместе с “СанПиН 2.2.2/2.4.1340 – 03. 2.2.2.Гигиена труда, технологические процессы, сырье, материалы, оборудование, рабочий инструмент. 2.4. Гигиена детей и подростков. Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы. Санитарно-эпидемиологические правила, нормативы”, утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 30 мая 2003 г) (зарегистрировано в Минюсте России 10июня 2003 г., регистрационный №4673)
- Семейный кодекс
- Обязательный закон о двуязычии.
- Стандарт дошкольного образования.
12. ООП ДО муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад комбинированного вида с приоритетным осуществлением деятельности по художественно-эстетическому направлению развития детей №35 «Соловушка» на 2016-2017 год.
13. Иванова Т. А. Йога для детей. Парциальная программа кружковой работы для детей дошкольного возраста. – СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2015.
14. Кенеман А. В. Детские подвижные игры. – М.: «Просвещение»,1988
15. Ковалева Е. Игры на свежем воздухе для детей и взрослых. – М.: Рипол Классик,2007
16. Кузнецова М.Н., Саулина Т.В. Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология 21 века. М.; Просвещение, 2009.
17. Лысова В.Я., Яковлева Т.С. Спортивные праздники и развлечения. Сценарии. – АРКТИ,2000
18. Павлова М.А., Лысогорская М.В. Здоровьесберегающая система дошкольного образования. – Волгоград: Учитель, 2009
19. Полотавцева Н.В., Гордова Н. А. Физическая культура в дошкольном детстве 5-6 года. - М.: Просвещение, 2005.
20. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Вторая младшая группа. - М.: Мозаика-Синтез, 2014.
21. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Средняя группа. - М.: Мозаика-Синтез, 2014.

22. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Старшая группа. - М.: Мозаика-Синтез, 2014.
 23. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа. - М.: Мозаика-Синтез, 2014.
 24. Сулим Е. В. Занятия по физкультуре в детском саду: Игровой стретчинг. – М.: ТЦ «Сфера», 2010.
 25. Фролов В.Г. Физкультурные занятия, игры, и упражнения на прогулке. М.: Просвещение, 1986.
 26. Харченко Т.Е. Физкультурные праздники в детском саду. – С-П «Детство-Пресс», 2011
 27. Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. – М.: Мозайка-синтез, 2006
 28. Хухлаева Д.В. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях. – М.: «Просвещение», 2010
- Список обязательной литературы:
1. ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Вераксы Н. Е. , Комаровой Т. С. , Васильевой М. А. — М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2014.

ИНТЕРНЕТ РЕСУРСЫ

Интернет-ресурсы	Ссылки	Проводимые мероприятия
Министерство образования и науки Российской Федерации	http://минобрнауки.рф	Нормативные документы Приказы
Федеральный институт развития образования	http://www.firo.ru	Методические материалы Примерные основные образовательные программы Мониторинг ФГОС ДО
Департамент образования города Москвы	http://dogm.mos.ru	Нормативные документы Организационно-информационное сопровождение
Городской методический центр	http://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/doshkolnoe-obrazovanie.html	Организационно-методическое и информационное сопровождение
Сайт официальной площадки Министерства образования и науки Российской Федерации	http://mon.ru.livejournal.com/tag/ФГОС	Информационно-методическое сопровождение
Ресурсы образования. Портал информационной поддержки специалистов дошкольных учреждений	http://www.resobr.ru	Интернет-семинары, вебинары
Издательство Просвещение	http://www.prosv.ru	Методическая помощь Аудиокурсы, видеолекции и вебинары
Московская педагогическая академия дошкольного образования	http://www.mpado.ru	Вебинары, семинары, курсы повышения квалификации, мастер-классы
Творческий центр Сфера	http://www.tc-sfera.ru/	Семинары, вебинары, учебные курсы, методические материалы
Издательство «Учитель»	http://www.uchitel-izd.ru/	Методическая, специальная, нормативная литература
Учебно-методический портал	http://www.uchmet.ru	Вебинары, методические

Интернет-ресурсы	Ссылки	Проводимые мероприятия
Учет		материалы
Институт стратегических исследований в образовании РФ	http://do.isiorao.ru/	
Сайт Российской газеты	http://www.rg.ru/	
Сайт Учительской газеты	http://www.ug.ru/	
Издательский дом «1 сентября»	http://1сентября.рф/	
Инновационная образовательная сеть «Эврика»	http://www.eurekanet.ru/ewww/welcome	
Институт психолого-педагогических проблем детства	http://www.ippdrao.ru/	Информационное обеспечение, конференции, семинары, круглые столы

ЖИСТА 57

Заведующий МАДОУ «Детский

Г. И. Носаренкова

