


Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №4 комбинированного вида»  
Приволжского района г. Казани  
420064, ул. Баки Урманче 11а, тел. 5980158

СОГЛАСОВАНО  
представитель профкома  
 Гарипова А.Н.

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующая МБДОУ №  
 М.В.Сафиуллин



Рабочая программа инструктора по физической культуре Фофоновой Т.А.  
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
«Детский сад №4 комбинированного вида» Приволжского района г. Казани  
На 2022-2023 учебный год

г. Казань  
2022

## ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

### 1. Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора по физкультуре (далее Программа) составлена для реализации Основной образовательной программы Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №4 комбинированного вида» Приволжского района г. Казани (далее ДОУ) в образовательной «Физическое развитие», за основу взята Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой (Соответствует ФГОС)

Физическое развитие очень важно для здоровья детей, потому что позволяет реализовать их врожденное стремление к движению. Становление детской идентичности, образа «Я» тесно связано с физическим развитием ребенка, с его ловкостью, подвижностью, активностью. Для того чтобы стимулировать физическое развитие детей, важно:

М ежедневно предоставлять детям возможность активно двигаться;

обучать детей правилам безопасности;

создавать доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере;

использовать различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать.

«Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно - двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)» (См. пункт 2.6. ФГОС ДО)

## 2. Перечень нормативных документов, на основании которых инструктор осуществляет свою деятельность

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273—ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 N 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно—эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
- приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам — образовательным программам дошкольного образования»;
- приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».

## 3. Цель Программы

Создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, к обучению в школе, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника.

## 4. Задачи Программы

- св Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.
- си Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.
- св Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.
- св Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.  
Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

## 5. Принципы и подходы к формированию Программы

Программа сформирована в соответствии с принципами и подходами, определёнными ФГОС ДО:

М принцип развивающего образования, целью которого является развитие ребенка

М принцип научной обоснованности и практической применимости (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики )

☞ соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяя решать поставленные цели и задачи при использовании разумного «минимума» материала)

☞ обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников

☞ принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей

☞ основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса

☞ предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках организованной образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования

☞ предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра

☞ составлена с учетом соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой.

## 6. Интеграция образовательной области «Физическое развитие» с другими образовательными областями

В процессе образовательной деятельности по физическому развитию одновременно решаются задачи других образовательных областей:

1. «Социально-коммуникативное развитие»: создание в процессе образовательной деятельности по физическому развитию 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; привлечение детей к расстановке и уборке физкультурного инвентаря и оборудования.

2. «Познавательное развитие»: активизация мышления детей (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчет мячей), организация специальных упражнений на ориентировку в пространстве, подвижных игр и упражнений, закрепляющих знания об окружающем (имитация движения животных, труда взрослых).

3. «Речевое развитие»: побуждение детей к проговариванию действий и называнию упражнений, поощрение речевой активности в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливания и занятий физической культурой; организация игр и упражнений под тексты стихотворений, потешек, считалок; сюжетных физкультурных занятий на темы прочитанных сказок и потешек.

4. «Художественно-эстетическое развитие»: привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и инструктора по физической культуре, оформления спортивного зала; использование в процессе непосредственно образовательной деятельности изготовленных детьми элементарных физкультурных пособий (флажки, картинки, мишени для метания), рисование мелом разметки для подвижных игр; игр и упражнений под музыку; проведение спортивных игр и соревнований под музыкальное сопровождение; развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера.

## 7. Возрастные особенности физического развития детей 3-7 лет

Возрастные особенности детей от 3 до 4 лет

На 4-м году жизни возрастает стремление действовать самостоятельно. В то же время внимание у детей неустойчиво, они отвлекаются и часто переходят от одного вида деятельности к другому. В этом возрасте ребёнок обладает уже сравнительно большим запасом двигательных умений и навыков, но он ещё не заботится о результатах своих действий, поглощён самим процессом движений, их эмоциональной стороной. Вместе с тем движения детей постепенно приобретают всё более преднамеренный характер. Ребёнок уже в состоянии повторять движение по своему усмотрению или по предложению воспитателя, различать некоторые его способы, соблюдать нужное направление. Детям этого возраста свойственно желание включаться в новые и разнообразные виды движений. Сочетая различные действия, ребёнок может соблюдать определённую их последовательность. Формирование двигательных навыков и умений

продолжается на основе подражания. Ребёнок более сознательно следит за воспитателем, когда он даёт образец движений, выслушивает пояснения. Он лучше воспринимает объяснения в форме диалога, направленного на изложение предстоящих действий.

#### Возрастные особенности детей от 4 до 5 лет

Ребенок 5—го года жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испытать свои силы в сложных видах движений и физкультурных упражнений. У детей возникает потребность в двигательных импровизациях. Они берутся за выполнение любой двигательной задачи, но они ещё не умеют соразмерять свои силы, учитывать свои реальные возможности. Убедившись в непосильности выполнения двигательного действия, ребёнок прерывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения. Но при этом он искренне убеждён в том, что выполнил движение полностью. Растущее двигательное воображение становится в этом возрасте одним из стимулов обогащения моторики детей разнообразными способами действий. Дети хорошо различают виды движений, частично овладевают умением выделять некоторые их элементы. Развивается способность воспринимать, представлять, анализировать и оценивать последовательность и качество своих действий. Всё это обуславливает вполне преднамеренный и произвольный характер движений детей. Возникает интерес к результатам движения, правильности его выполнения, соответствию образцу. Дальнейшее совершенствование двигательных умений и навыков обусловлено уровнем развития тех физических качеств, без которых они не могут проявляться достаточно правильно и эффективно. Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений. В результате расширяются и обогащаются двигательные возможности детей, возрастают их физические силы. Возникает психологическая готовность к выполнению сложных двигательных действий и проявлению определённых волевых усилий. Наряду с игрой побудительным мотивом двигательной деятельности выступает мотив усвоения новых умений и навыков, закрепления их. В результате закладываются прочные основы школы движений, повышения работоспособности и физической подготовленности.

#### Возрастные особенности детей 5-6 лет

Двигательная деятельность ребёнка становится всё более многообразной. Дети уже достаточно хорошо владеют основными движениями, им знакомы различные гимнастические упражнения, подвижные игры; начинается освоение разнообразных способов выполнения спортивных упражнений многих видов. Возрастают проявления самостоятельности, возникают творческие поиски новых способов действий, их комбинаций и вариантов. Начинают создаваться небольшие группы по интересу к тому или иному виду упражнений. На 6-м году жизни ребёнка его

движения становятся всё более осознанными и носят преднамеренный характер. Развивается способность понимать задачу, поставленную воспитателем, самостоятельно выполнять указания педагога. Дети обращают внимание на особенности разучиваемых упражнений, пытаются выяснить, почему следует проделывать их так, а не иначе. Во время объяснения у ребёнка возникает мысленное представление о движении, его направлении, последовательности составных частей. Дети постепенно овладевают умением планировать свои практические и игровые действия, стремятся к их результативности. Оценка ребёнком движений, как своих, так и товарищей, приобретает более развёрнутый и обоснованный характер, что обуславливает большую её объективность. Стремясь к правильной оценке, дети начинают понимать связь между способом движения и полученным результатом. Дети начинают упражняться в движениях по своей инициативе, многократно повторяя их без напоминаний, пытаюсь освоить то, что не получается. При этом они довольно настойчиво преодолевают трудности. Растёт уровень физической подготовленности дошкольников, создаются прочные психологические и физиологические основания для повышения их работоспособности путём целенаправленного развития двигательных качеств. В результате регулярных занятий физической культурой, организованных воспитателем и самостоятельных, а также благодаря двигательной активности детей в повседневной жизни и играх повышается уровень развития их физических сил и возможностей, двигательных качеств и работоспособности. Для старших дошкольников характерно стремление к совершенствованию в двигательной деятельности.

#### Возрастные особенности детей 6-7 лет

Дети 6 лет активны. Они умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны. Ребёнок умеет их сочетать в зависимости от окружающих условий. На 7-м году у ребёнка возрастает способность к различению пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, едет на велосипеде и т.п. Они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма. Ребёнок прослеживает движение последовательно, выделяет (с помощью взрослого) разные его фазы, пытается объяснить их значение для качественного и количественного результатов движения. Всё это способствует образованию ясных представлений о движениях, ведёт к овладению детьми техникой сложных по координации движений. Дети всё чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качества движений. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания. Начинает интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела, например, ног, головы, кистей и пальцев рук и др. У ребёнка постепенно вырабатывается эстетическое отношение к

ритмичным, ловким и грациозным движениям. Он начинает воспринимать красоту и гармонию. Многих детей привлекает результат движений, возможность помериться силой и ловкостью со сверстниками. Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движений. Нередко для ребёнка наиболее привлекательны те упражнения, которые у него лучше получаются.

## 8. Содержание психолого-педагогической работы

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

си Продолжать развивать разнообразные виды движений.

Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног.

☞ Приучать действовать совместно.

☞ Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

☞ Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см. Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании.

☞ Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.

☞ Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

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

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

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

☞ Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности.

☞ Организовывать игры с правилами. движений.

☞ Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.

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

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

оп Формировать правильную осанку.



М Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

си Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног.

М Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

си Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. Учить перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

М Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку.

М Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не принимая к груди).

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

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

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

Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

ся Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.

св Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

М Приучать к выполнению действий по сигналу.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

си Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.

си Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

ся Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.

си Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.

ся Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

св Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

w Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.

си Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.

ся Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы

св Учить ориентироваться в пространстве.

Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм—эстафетам.

сс Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

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

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

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

си Учить спортивным играм и упражнениям.

#### Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

оп Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

си Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

св Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

Добиваться активного движения кисти руки при броске.

ся Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

сс Учить быстро перескакивать на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.

Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

оп Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.

си Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.

си Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

М Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

си Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

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

Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.

М Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

Существенной структурной характеристикой ООП ДОУ является принцип подачи материала в образовательных областях по тематическим блокам. Содержание психолого-педагогической работы (лексическая тема) в образовательной области «Физическое развитие» отражена в перспективном комплексно-тематическом планировании физкультурных занятий на прогулке, физкультурных досугов и праздников.

## 9. Планируемые результаты освоения программы

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования

си ребенок овладевает основными культурными средствами, способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности, способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;

М ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх;

си 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.

сс умеет выражать и отстаивать свою позицию по разным вопросам;

- ☞ способен сотрудничать и выполнять как лидерские, так и исполнительские функции в совместной деятельности;
- ☞ понимает, что все люди равны вне зависимости от их социального происхождения, этнической принадлежности, религиозных и других верований, их физических и психических особенностей;
- ☞ проявляет эмпатию по отношению к другим людям, готовность прийти на помощь тем, кто в этом нуждается;
- ☞ проявляет умение слышать других и стремление быть понятым другими;
- ☞ ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации; умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам; умеет распознавать различные ситуации и адекватно их оценивать;
- ☞ у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ☞ ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и навыки личной гигиены;
- ☞ проявляет ответственность за начатое дело;
- ☞ ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности;
- ☞ открыт новому, то есть проявляет стремления к получению знаний, положительной мотивации к дальнейшему обучению в школе, институте;
- ☞ проявляет уважение к жизни (в различных ее формах) и заботу об окружающей среде;
- ☞ эмоционально отзывывается на красоту окружающего мира, произведения народного и профессионального искусства (музыку, танцы, театральную деятельность, изобразительную деятельность и т. д.);
- ☞ проявляет патристические чувства, ощущает гордость за свою страну, ее достижения, имеет представление о ее географическом разнообразии, многонациональности, важнейших исторических событиях;
- ☞ имеет первичные представления о себе, семье, традиционных семейных ценностях, включая традиционные гендерные ориентации, проявляет уважение к своему и противоположному полу;
- ☞ наблюдает элементарные общепринятые нормы, имеет первичные ценностные представления о том, «что такое

хорошо и что такое плохо», стремится поступать хорошо; проявляет уважение к старшим и заботу о младших. Имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

## СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 1. Система физкультурно-оздоровительной работы

В дошкольной организации проводится постоянная работа по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и совершенствованию его функций. Под руководством медицинского персонала, осуществляется комплекс закалывающих процедур с использованием природных факторов: воздуха, солнца, воды, с учетом состояния здоровья детей и местных условий. При проведении закалывающих мероприятий осуществляется дифференцированный подход к детям, учитываются их индивидуальные возможности. Постоянно уделяется внимание выработке у детей правильной осанки. В помещениях обеспечивается оптимальный температурный режим, регулярное проветривание; детей приучают находиться в помещении в облегченной одежде. Обеспечивается пребывание детей на воздухе в соответствии с режимом дня. Разработан оптимальный двигательный режим — рациональное сочетание различных видов занятий и форм двигательной активности. Поощряется участие детей в совместных подвижных играх и физических упражнениях на прогулке. Уделяется внимание развитию инициативы детей в организации самостоятельных подвижных и спортивных игр и упражнений. У детей воспитывается интерес к физическим упражнениям, они обучаются, возможностям использования физкультурного оборудования вне занятий (в свободное время). С детьми ежедневно проводится утренняя гимнастика. В процессе образовательной деятельности, требующей высокой умственной нагрузки, и в середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводятся физкультминутки и динамические паузы длительностью 1—3 минуты.

## 2. Режим двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей			
		3—4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Физкультурные занятия	а) в помещении	2 раза в неделю 15 минут	2 раза в неделю 20 минут	2 раза в неделю 25 минут	2 раза в неделю 30 минут
	б) на улице	1 раз в неделю 15 минут	1 раз в неделю 20 минут	1 раз в неделю 25 минут	1 раз в неделю 30 минут
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 5-6	Ежедневно 6-8	Ежедневно 8-10	Ежедневно 10-12
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15-20	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20-25	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25-30	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30-40
	І физкультминутки (в середине статического занятия)	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3—5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 30-45	1 раз в месяц 40

	б) физкультурный праздник		2 раза в год до 45 мин.	2 раза в год до 60 мин.	2 раза в год до 60 мин.
	в) день здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	а) самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

### 3. Формы организованной образовательной деятельности

#### Физкультурные занятия

в традиционной форме

в форме круговой тренировки

сюжетно—игровые

состоящие из набора подвижных игр большой, средней и малой интенсивности

с в форме соревнования

контрольно — зачетные занятия

#### Подвижные игры

сюжетные

бессюжетные

Игры с правилами

народные подвижные игры

#### Игровые упражнения

#### Спортивные игры (элементы)

И футбол

баскетбол

и бадминтон

И хоккей

И городки

#### Физкультурные праздники



## 4. Методы и приемы обучения

### Наглядные

- наглядно — зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физоборудования, зрительные ориентиры);
- тактильно — мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора);

### Словесные

- объяснения, пояснения, указания;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы к детям и поиск ответов;
- обратный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция.

### Практические

- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- выполнение упражнений в игровой форме;
- выполнение упражнений в соревновательной форме;
  - самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.

## 5. Перспективное планирование обучению основным движениям

### Перспективное планирование обучения основным движениям на физкультурных занятиях во II младшей группе

	<u>Упражнения в равновесии</u>	<u>Катание, бросание, ловля, метание</u>	<u>Ползание, лазанье</u>	<u>Прыжки</u>
<b>Сентябрь</b>	<p>Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно.</p> <p>Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.</p> <p>Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте и с продвижением вперед</p> <p>Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании</p> <p>Закреплять умение ползать.</p>			
	Ходьба по прямой дорожке (ширина 15— 20 см, длина 2-2,5 м)	Катание мяча (шарика) друг другу	Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м)	<p>Прыжки на двух ногах на месте,</p> <p>Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (расстояние 2-3 м)</p>
<b>Октябрь</b>	<p>Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно.</p> <p>Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.</p> <p>Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на двух ногах</p> <p>Учить удерживать равновесие при ходьбе по гимнастической доске с различным положением рук.</p> <p>Закреплять умение энергично отталкивать мячи, шарики при прокатывании друг-другу и между предметами</p> <p>Закреплять умение ползать на четвереньках между предметами.</p> <p>Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх</p>			
	Ходьба по доске	Катание мяча (шарика) между предметами	Ползание на четвереньках между предметами	<p>Прыжки на двух ногах из кружка в кружок</p> <p>Прыжки на двух ногах вокруг предметов</p>

Ноябрь	<p>Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно.</p> <p>Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.</p> <p>Учить энергично отталкиваться двумя ногами в прыжках между предметами. не теряя направления</p> <p>Учить правильно приземлиться в прыжках с высоты</p> <p>Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании</p> <p>Закреплять умение ползать.</p> <p>Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх</p>			
	Ходьба по гимнастической скамейке	Катание мяча (шарика) в воротца (ширина 50-60 см).	Ползание на четвереньках вокруг предметов	Прыжки на двух ногах между предметами  Прыжки с высотой 15-20 см,
Декабрь	<p>Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно.</p> <p>Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.</p> <p>Учить энергично отталкиваться двумя ногами в прыжках вверх с места</p> <p>Учить метание вдаль</p> <p>Закреплять умение ползать на четвереньках, варианты с подлезанием под веревкой, дугой, гимнастической палкой</p> <p>Учить реагировать на сигналы «беги»), «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх</p>			
	Ходьба по бревну	Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстоянии 2,5-5 м)	Подлезание под препятствие на четвереньках (высота 50 см)	Прыжки вверх с места  Прыжки вверх с места доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка
Январь	<p>Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно.</p> <p>Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.</p> <p>Учить энергично отталкиваться двумя ногами в прыжках через липию</p> <p>Учить метание в горизонтальную цель</p> <p>Закреплять умение ползать на четвереньках, варианты с подлезанием под веревкой, дугой, гимнастической палкой</p> <p>Учить реагировать на сигналы «беги»), «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх</p>			
	Медленное крушение в обе	Метание в горизонтальную	Подлезание под препятствие	Прыжки через линию

	стороны	цель двумя руками снизу(расстояние 1,5-2 м)	не касаясь руками пола (высота 50 см)	
Февраль	Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Закреплять умение энергично отталкиваться двумя ногами в прыжках через шнур, через несколько линий подряд. Обучать метанию в горизонтальную цель двумя руками и поочередно каждой. Учить подлезать в обруч. Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.			
	Ходьба приставляя пятку одной ноги к носку другой	Метание в горизонтальную цель двумя руками от груди (расстояние 1,5-2 м)	Пролезание в обруч	Прыжки через шнур
	Ходьба по наклонной доске (высота 30-35 см)	Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м)		Прыжки через 4-6 линий (поочередно через каждую)
Март	Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Закреплять умение энергично отталкиваться двумя ногами в прыжках через предметы Обучать метанию в вертикальную цель правой и левой рукой, ловить мяч, брошенный воспитателем. Учить перелезть через бревно Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх			
	Ходьба по ребристой доске	Метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1-1,5 м)	Перелезание через бревно.	Прыжки через предметы (высота 5 см)
	Ходьба с перешагиванием через предметы	Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70—100 см)		
Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская				

<b>Апрель</b>	<p>головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно.          Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.          Закрепить умение энергично отталкиваться двумя ногами в прыжках через две линии          Учить бросать мяч вверх и ловить его двумя руками.          Учить лазать по лесенке-стремянке.          Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх</p>			
	Ходьба с перешагиванием через рейки	Бросание мяча вверх ловля его (2-3 раза подряд)	Лазанье по лесенке - стремянке, (высота 1,5 м)	Прыжки в длину с места через две линии (расстояние между ними 25—30 см)
<b>Май</b>	<p>Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Придать действовать совместно.          Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.          Закрепить умение энергично отталкиваться двумя ногами в прыжках в длину с места          Учить бросать мяч вниз, отбивая его о землю и ловить его двумя руками 2-3 раза подряд.          Учить лазать по гимнастической стенке.          Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх</p>			
	Ходьба по лестнице, положенной на пол	Бросание мяча вниз, об пол (землю), ловля его (2-3 раза ° P° )	Лазанье по гимнастической стенке (высота 1,5 м)	Прыжки в длину с места в расстояние не менее 40 см

	<u>первое полугодие</u>	<u>подключить во втором полугодии</u>
<b><u>Ходьба</u></b>	<p>Ходьба обычная            Ходьба на носках            Ходьба с высоким подниманием колена            Ходьба в колонне по одному            Ходьба по прямой            Ходьба по кругу</p>	<p>Ходьба по два (парами)            Ходьба в разных направлениях            Ходьба змейкой (между предметами)            Ходьба в рассыпную            Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом)</p>
<b><u>Бег.</u></b>	<p>Бег обычный            Бег на носках (подгруппами и всей группой)            Бег по кругу            Бег в рассыпную            Бег с выполнением заданий убежать от догоняющего</p>	<p>Бег с одного края площадки на другой            Бег в колонне по одному            Бег в разных направлениях            Бег по прямой дорожке (ширина 25-50 см, длина 5-6 м)            Бег по извилистой дорожке (ширина 25-50 см, длина 5-6 м),</p>

**7. Использование здоровьесберегающих технологий на физкультурных занятиях**  
Учебно—тематический план

№	Ргдел	Содержание разделов	Дидактические игры и упражнения	Количество часов		
				общ	трен	пра
	Строевые упражнения	<ul style="list-style-type: none"> <li>⑩ Построение в шеренгу и в колонну</li> <li>⑩ Перестроение в круг</li> <li>⑩ Бег по кругу и по ориентирам «змейкой»</li> <li>⑩ Перестроение из одной шеренги в несколько</li> <li>⑩ Перестроение «диагональ»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>IN «Солдаты»</li> <li>IN «Матрешки на полке»</li> <li>IN «Хоровод»</li> <li>IN «У каждого свой домик»</li> <li>IN «Поздраваемся»</li> <li>IN «Поменяемся местами»</li> </ul>	В течении года		
				54 занятия		
	Эмоциональная разминка	<ul style="list-style-type: none"> <li>⑩ Упражнения под музыкальное сопровождение</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>IN «Козлик»</li> <li>Ф' «Спортивная ходьба»</li> </ul>	9	1	8
				9	1	8
				18 занятий		
	Профилактика про схостоии	<ul style="list-style-type: none"> <li>⑩ Ходьба на носках ,на пятках, на наружных сторонах стоп, по массажным коврикам</li> <li>⑩ Специальные упражнения</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⑩ «Пяточки»</li> </ul>	В течении года		
				72 занятия		
				4	1	3

			<ul style="list-style-type: none"> <li>Ⓢ «Гусеница»</li> <li>Ⓢ «Барабанщик»</li> <li>Ⓢ «Окно»</li> <li>Ⓢ «Мельницы»</li> <li>Ⓢ «Маляр»</li> <li>Ⓢ «Серп»</li> <li>Ⓢ «Кораблик»</li> <li>Ⓢ «Латок»</li> </ul>	<p>4            1            3</p> <p>4            1            3</p> <p>4            1            3</p> <p>4            1            3</p> <p>4            1            3</p> <p>4            1            3</p> <p>4            1            3</p> <p>4            1            3</p> <p>36 занятий</p>
Общеразвивающие упражнения	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ⓢ Упражнения без предметов</li> <li>Ⓢ Упражнения с предметами</li> <li>Ⓢ Упражнения под музыкальное сопровождение</li> <li>Ⓢ Упражнения в движении</li> </ul>		<p>9 раз в год</p> <p>36 раз в год</p> <p>18 раз в год</p> <p>9 раз в год</p> <p>всего 72 занятия</p>	
Образно-игровые упражнения	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ⓢ Ходьба: бодрая,</li> <li>Ⓢ Ходьба спокойная, на носках, на пятках</li> <li>Ⓢ Ходьба вперед и назад спиной,</li> <li>Ⓢ Высокий шаг в разном темпе и ритме, ходьба на четвереньках</li> <li>Ⓢ Бег — легкий</li> <li>Ⓢ Бег широкий (волк)</li> <li>Ⓢ Бег острый</li> <li>Ⓢ Прыжковые движения с продвижением вперед</li> <li>Ⓢ Прыжки: галоп, подскоки</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ⓢ «Медведи и медвежата»</li> <li>Ⓢ «Ингины»</li> <li>Ⓢ «Раки» (спиной назад)</li> <li>Ⓢ «Гуси и гусеницы»</li> <li>Ⓢ «Слоны»</li> <li>Ⓢ «Бежим по горячему песку» (острый бег)</li> <li>Ⓢ «Зайцы»</li> <li>Ⓢ «Белки» (прыжки и подскоки)</li> <li>Ⓢ «Лягушата»</li> <li>Ⓢ «Лошадки» (прямой галоп)</li> </ul>	В течении года	
Игровая гимнастика	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ⓢ Группировка в положении лежа и сидя;</li> <li>Ⓢ Перекаты вперед-назад;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ⓢ «Камушки»</li> <li>Ⓢ «Кочки»</li> <li>Ⓢ «Улитка»</li> </ul>	В течении года	





			IN «Подуем»	8	2	6
				72 занятия		
Игровой самомассаж	Массаж рук		iS «Добываем огонь»	4	1	3
			«Мы погреем наши ручки»	4	1	3
			IN «Колобок»	4	1	3
			Ф! «Очень Десело живем»	4	1	3
			IN «Наши ручки отдохнут»	4	1	3
			IN «Где же ручки»	4	1	3
			«Ежик»	4	1	3
			«Веселый дождик»	4	1	3
			IN «Два веселых гуся»	4	1	3
			«Черпаха»	4	1	3
			IN «Про лягушат»	4	1	3
			«Козленок»	4	1	3
			IN «Петушок»	4	1	3
			«Солнышко»	6	1	5
				6	1	5
	60 занятий					
Игроритмика	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ⓢ хлопки и удары ногой на каждый счет и через счет</li> <li>Ⓢ только на 1-ый счет</li> <li>Ⓢ Выполнение движений руками в различном темпе</li> <li>Ⓢ различие динамики звука «громко-тихо».</li> </ul>		t0 «Ты похлопай»	4	1	3
			tn «Топотушки»	4	1	3
			IN «Лошадки бьют копытом»	4	1	3
			IN «Ловим комаров»	4	1	3
			«Пушистые снежинки»	4	1	3
Специальные упражнения для согласования движений с музыкой				20 занятий		

<p>И(реативная гимнастика</p>	<p>IN упражнения, направленные на развитие выдумки; воображения творческой инициативы.</p>	<p>IN «Море волнуется раз»  iS «Зеркало»  ! 0 Гідди INTO я  IS «Раз. два, три замри»  тп «Ледяные фигуры»</p>	<table border="1"> <tr> <td>4</td> <td>1</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>1</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>1</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>1</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>1</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td colspan="3">20 занятий</td> </tr> </table>	4	1	3	4	1	3	4	1	3	4	1	3	4	1	3	20 занятий		
4	1	3																			
4	1	3																			
4	1	3																			
4	1	3																			
4	1	3																			
20 занятий																					
<p>Релаксация</p>	<p>tГ:ї Упражнения на расслабление после высокой физической нагрузки</p>	<p>IS «Котята»  IN «Воздушные шарики»  «Солнышко»  «Сосулы(и)»  «Снежинки»  IN «Дотянись до радуги»  ID «Пушинка»  IN «Жучок»  IN «Жарко-холодно»</p>	<p>1 раз в месяц</p> <p>9 занятий</p>																		

## 8. Этапы освоения Программы

2 младшая группа

Планируемый результат к концу года

Ребенок ходит прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление; выполняет задания воспитателя: остановиться, приседает, поворачивается. Бегаёт, сохраняя равновесие, изменяя направление, соблюдает темп бега в соответствии с указанием воспитателя; сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, перешагивая через предметы. Ползает на четвереньках, лазает 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. Катает мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросает мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударяет мячом об пол, бросает его вверх 2-3 раза подряд и ловит; метает предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м. Умеет выполнять движения, проявляя элементы творчества и фантазии.

Средняя группа от 4-5 лет

Планируемые результаты к концу года

Ребенок осуществляет элементарный контроль за действиями сверстников: оценивает их движения, замечает их ошибки, нарушения правил в играх. Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность. Способен внимательно воспринять показ педагога и далее самостоятельно выполнить физическое упражнение. Ребенок самостоятельно играет в подвижные игры, активно общаясь со сверстниками и инструктором, контролирует и соблюдает правила. Проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых физических упражнений, передаёт образы персонажей в подвижных играх.

Старшая группа дети от 5-6 лет

Планируемые результаты к концу пятого года:

Ребёнок гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат (объем освоенных основных движений, ору спортивных упражнений). В двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость. Проявляет высокий, стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям,

избирательность и инициативу при выполнении упражнений. Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения. Способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений. Стремится к лучшему результату. В самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками, проявляя познавательную и деловую активность, эмоциональную отзывчивость.

Подготовительная группа дети от 6-7 лет

Планируемые результаты к концу *несгораго горы*:

Самостоятельно, быстро и организованно строится и перестраивается в движении. Выполняет общие упражнения активно, с напряжением, из разных исходных положений. Выполняет упражнения выразительно и точно, в соответствии с музыкальной фразой или указаниями. Сохраняет динамическое и статическое равновесие в сложных условиях.

Сохраняет скорость и заданный темп бега. Ритмично выполняет прыжки, *мягко* приземляется, сохраняет равновесие после приземления.

Отбивает, передает, подбрасывает мяч разными способами. Энергично подтягивается на скамейке различными способами. Быстро и ритмично лазает по гимнастической лестнице.

Организовывает игру с подгруппой сверстников. Ведет и передает мяч другому в движении. Контролирует свои действия в соответствии с правилами.

Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа, стремится к неповторимости в своих движениях.

Постоянно проявляет самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознаёт зависимость между качеством выполнения упражнений и его результатом, к физическому совершенствованию, самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.

## 9. Педагогическая диагностика

Реализация ООП ДОУ предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития дошкольников, связанной с оценкой эффективности

педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования). Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности. Инструментарий для педагогической диагностики — индивидуальные карты наблюдений физического развития. Результаты педагогической диагностики используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

- 1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- 2) оптимизации работы с группой детей.

Педагогическая диагностика в области «Физическое развитие» проводится в начале учебного года (сентябрь-октябрь) и в конце (апрель-май).

### Уровни освоения Программы

#### **Низкий**

Движения ребенка импульсивные, напряженные, скованные. Плохо скоординированные. Реакция на сигнал замедленная, в играх и упражнениях малая активность. Часто требуется помощь воспитателя.

#### **Средний**

Движения ребенка приобретают произвольность. Согласованность. Менее скованы и напряжены. Ребенок улавливает общую структуру и темп движения, реагирует на сигнал, в подвижных играх активен, эмоционален, иногда нуждается в помощи воспитателя.

#### **Высокий**

Большинство осваиваемых движений выполняется ребенком активно. Наблюдается согласованность в движениях рук и ног. Ребенок хорошо реагирует на сигнал и действует в соответствии с ним. Выдерживается заданный темп. Проявляет положительное эмоциональное отношение к двигательной деятельности, самостоятельно воспроизводит ранее освоенные движения.



1																			
2																			
Итого по группе																			

### Старшая группа

№	ФИ ребенка	Дата рожд	Гр зд	Бег на скорость 30 м г 3.1 5		Прыжки в длину				Равновесие стойка на 1 ноге (сек) 7,0-11		Приседания за 30сек 20		Прыжки в высоту с разбега 30-40		Метание на дальность 5-9		Средн бал	
						Место 80		Разбег 100											
				рез	балл	рез	балл	рез	балл	рез	балл	рез	балл	рез	балл				
2																			
Итого по группе																			

### Подготовительная группа

№	ФИ ребенка	Дата рожд	Гр зд	Бег на скорость 7 5-6 5		Прыжки в длину				Прыжки в высоту с разбега 50	Равновесие стойка на 1 ноге (сек) 40-60		Приседание за 30секунд 20-25		Брос + хлоп 10 раз		Метание на дальность 6-12		Сред бал
						Место 100		Разбег 180-190											
				рез	балл	рез	балл	рез	балл	рез	балл	рез	балл	рез	балл	рез	балл	пр	
2																			
Итого по группе																			

## Комплексная диагностика развития ребенка дошкольника с нарушением речи

Для составления общей картины развития детей, поступивших на логопункт в области «Физическое развитие» проводится дополнительная диагностика (обследование и выводы) по форме Ю.А. Афонькина, Н.А. Кочугова «Технологии деятельности учителя-логопеда на логопункте ДОУ»

В разделах:

Общая моторика

задания:

Ш стоять с закрытыми глазами, стопы ног поставлены на одной линии так, чтобы носок одной ноги упирался в пятку другой, руки вытянуты вперед  
Время выполнения 5 секунд проба выполнения по 2 раза для каждой иог  
стоять с закрытыми глазами на правой, а затем на левой ноге, руки вперед. Время выполнения 5 секунд

Выводы:

чувство равновесия нарушено, с напряжением удерживает позы

М сильно раскачивается из стороны в сторону, балансирует туловищем, руками, головой, сходит с места или делает рывок в стороны

си касается пола другой ногой, иногда падает

М открывает глаза и отказывается выполнять пробу

Динамическая коррекция движений

задания и возрастные показатели

4 года: попрыгать на двух ногах, прыгнуть в длину с места, потопать ногами и похлопать руками одновременно, бросить мяч от груди, поймать мяч, присесть руки в сторону

5 лет: попрыгать на двух ногах, на левой ноге, на правой ноге прыгнуть в длину с места, потопать ногами и похлопать руками одновременно, бросить мяч от груди, из-за головы, поймать мяч, перепрыгнуть через большую мягкую игрушку

6 лет: попрыгать на двух ногах, на левой ноге, на правой ноге (прыгнуть в длину с места, потопать ногами и похлопать руками одновременно, бросить мяч от груди, из-за головы, подбросить и поймать мяч, влезть на гимнастическую стенку и слезть с нее.

Выводы

си выполняет верно со второго-третьего раза

М напрягается, движения рук, ног скованные



ее чередование шага и хлопка не удастся

ся приседания не выполняет

он выполняет с напряжением, раскачиваясь, балансируя туловищем и руками

Переключаемость движения и самоконтроль

задания:

он поднять руки в стороны на уровень плеч, согнуть их в локтях, коснуться плеч, разогнуть руки, поставить на пояс, присесть, встать, руки опустить вдоль туловища

си пройти по кругу шагом, подскоками, бегом и вновь шагом (характер движений менять по сигналу)

ш повторить три движения по показу (руки вперед, в стороны, на пояс или вверх, перед грудью, вниз)

он повторить упражнение с отставанием на одно

си повторить упражнения, за исключением одного движения

Выводы:

с'я замедленная, отсутствует

он последовательность выполнения движений нарушена

Темп движения

задания:

в течение определенного отрезка времени удержать заданный темп в движениях рук, показываемых педагогом.

Затем по сигналу предлагается выполнять движения мысленно, а по следующему сигналу (хлопку) показать, на каком движении испытуемый остановился (движения рук вперед, вверх, в стороны, на пояс, опустить)

выводы

си замедленный (между отдельными движениями наблюдаются паузы в 3-5 секунд)

си ускоренный (движения выполняются настолько быстро, что предыдущее движение еще до конца не выполнено, а ребенок начинает выполнять последующее движение)

Пространственная ориентация движения

задания:

си пройти по кругу, в обратном направлении, через круг

сс начать ходьбу от центра круга направо по кругу, пройти по кругу, вернуться в центр круга слева  
пройти зал из правого угла через центр по диагонали, обойти зал вокруг, вернуться в правый угол по диагонали  
через центр из противоположного угла  
ся повернуться на месте вокруг себя и подскоками пробежать по залу начиная движение справа, то же слева  
си проделать эти же движения по словесной инструкции

выводы:

М (не) знает стороны тела

М (не) знает ведущую руку

си (не) уверенно выполняет задания

Произвольность движений

задание: маршировать и останавливаться внезапно по сигналу

Выводы:

движения сформированы по возрасту

сс не сформированы по возрасту, недостаточность общей моторики, моторная ограниченность

оп координация рук и ног (сохранена, нарушена, замедленная, движения выполнены не одновременно; неточно;

общая заторможенность движений; двигательное беспокойство)

сс объем движений (не полный)

оп темп замедленный (между отдельными движениями наблюдаются паузы в 3-4 секунды), ускоренный (движения

выполняются настолько быстро, что предыдущее движение еще до конца не выполнено, а ребенок начинает

выполнять последующее движение)

ее произвольность торможения (не останавливается по сигналу, продолжает идти дальше); переключение движений и

самоконтроль (замедленное, отсутствует; последовательность выполнения движений нарушена);

ся самостоятельность выполнения (с помощью взрослого)

си наличие сопутствующих движений (синкenezий)

## 10. Работа с родителями (законными представителями)

Цель: Знакомить родителей (законных представителей) с формами физкультурно-оздоровительной работы, с нетрадиционными физкультурно-оздоровительными технологиями, привлекать родителей к совместным творческим проектам, направленным на пропаганду здорового образа жизни, формировать ответственность за сохранность здоровья детей.

## 11. Перечень программ и технологий

Программа	Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой
Технологии и пособия	<p>Э.Я. Степаненкова «Физическое воспитание в детском саду» Программа и методические рекомендации. Для занятий с детьми 2-7 лет . изд. Мозаика-Синтез Москва 2008 г.</p> <p>А.В. Кенеман, Д.В. Хухлаева «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста» Москва, «Просвещение» 1978 г.</p> <p>Е.Н.Верник, С.Г. Кудрявцева, Н.Н. Сергиенко «Занятия по физкультуре с детьми 3-7 лет» Творческий центр. Москва 2009 г.</p> <p>М.Д. Маханева «Воспитание здорового ребенка» Издательство Аркти Москва, 1997 г.</p> <p>Ж. Е.Фирилева , Е. Г.Сайкина «СА—ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Учебно—методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. — СПб.: «Детство-пресс», 2000 г.</p> <p>Т.А. Тарасова «Контроль физического состояния детей дошкольного возраста» Творческий центр. Москва 2005 г.</p> <p>М.П. Голощекина «Лыжи в детском саду» Москва, «Просвещение» 1977 г.</p> <p>Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» Москва, «Просвещение» 1984 г.</p> <p>Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 4-5 лет» Москва, «Просвещение» 1986 г</p> <p>Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 5—6 лет» Москва, «Просвещение» 1986 г</p> <p>Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 6—7 лет» Москва, «Просвещение» 1986 г</p> <p>О.Н. Моргунова « Физкультурно—оздоровительная работа в ДОУ» Воронеж 2007 г.</p>

<p>Д.В. Хухлаева «Методика Физического воспитания в дошкольных учреждениях» «Просвещение» 1984 г</p> <p>Е.К. Воронова «Игры - эстафеты для детей 5-7 лет» Издательство Аркти Москва, 2009 г.</p> <p>Н.А. Ноткина, Л.И. Казьмина, Н.Н. Бойнович «Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста» С-Пб изд. «Акцидент» 1999 г.</p> <p>Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, Л.С. Фурмина «Игры и развлечения детей на воздухе» Москва, «Просвещение» 1983 г</p> <p>Ю.А. Афонькина, Н.А. Кочугова «Технологии деятельности учителя-логопеда на логопункте ДОУ» ( коррекционная педагогика) Москва изд Аркти 2012 год</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------