

Государственное бюджетное образовательное учреждение  
лицей №572 Невского района Санкт-Петербурга

Принято на педсовете  
Протокол № 1  
от «31» 08 2021 г.

Утверждено:  
Директор ГБОУ лицей № 572  
Невского района Санкт-Петербурга  
С.Б. Петроченко  
Приказ от 31.08.2021 № 291



**Рабочая программа  
Инструктора по физической культуре**

**Возрастные группы:** 1 младшая группа (1), 2 младшая группа (2), старшая группа (1), подготовительная группа (1).

Составитель:  
**Завьялова Ирина Михайловна**  
инструктор по физической культуре

г. Санкт-Петербург  
2021 г.

## Содержание рабочей программы

### 1. Целевой раздел:

- 1.1. Пояснительная записка \_\_\_\_\_
- 1.2. Цель и задачи основной образовательной программы \_\_\_\_\_
- 1.3. Принципы и подходы в организации образовательного процесса \_\_\_\_\_
- 1.4. Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей (по возрастам).
- 1.5. Основания разработки рабочей программы (документы и программно-методические материалы). Сроки реализации рабочей программы.  
Планируемые результаты освоения программы. \_\_\_\_\_
- 1.6. Целевые ориентиры освоения воспитанниками групп образовательной программы по физическому развитию воспитанников. \_\_\_\_\_

### 2. Содержательный раздел:

- 2.1. Содержание образовательной работы с детьми. \_\_\_\_\_
  - 2.1.1. Перспективное планирование физкультурных развлечений, праздников и других спортивно – массовых мероприятий. \_\_\_\_\_
  - 2.1.2. Расписание физкультурных развлечений на 2021 – 2022 учебный год. \_\_\_\_\_
  - 2.1.3. Комплексно-тематическое планирование непосредственно - образовательной деятельности по физическому развитию во всех возрастных группах. \_\_\_\_\_
- 2.2. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения основной адаптированной программы дошкольного образования по физическому развитию воспитанников (во всех группах). \_\_\_\_\_
- 2.3. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников. \_\_\_\_\_

### 3. Организационный раздел рабочей программы:

- 3.1. Структура реализации образовательной деятельности. \_\_\_\_\_
- 3.2. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию). \_\_\_\_\_
- 3.3. Создание предметно - пространственной развивающей среды. \_\_\_\_\_
- 3.4. Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.

# **1.Целевой раздел рабочей программы**

## **1.1.Пояснительная записка**

Рабочая программа по физической культуре для воспитанников четырехвозрастных групп ДОУ разработана в соответствии с ООП ДО Государственным Бюджетным Дошкольным Образовательным учреждением детский сад«Сверчок» Невского района Санкт – Петербурга, в соответствии с введением в действие Федерального Государственного Образовательного Стандарта (ФГОС ДО), адаптирована для дистанционного обучения.

Программа обеспечивает: единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач образования детей дошкольного возраста, строится с учетом принципа интеграции, в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса. Предполагает создание условий для полноценной двигательной деятельности детей в детском саду и семье, способствует формированию основных двигательных умений и навыков, повышению функциональных возможностей детского организма, развитию физических качеств и способностей, воспитанию интереса к разным занятиям по физической культуре. Программа содержит определенный подбор игр и физических упражнений для детей 1.5 — 7 лет, который может быть реализован в разных формах и видах двигательной деятельности в детском саду и дома.

<p><b>1.2</b> <b>Цель:</b></p>	<p>создать условия для потребности детей в двигательной активности, сформировать основы здорового образа жизни, направленные на укрепление здоровья.</p>
<p><b>Задачи:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-формировать у детей начальные представления о здоровом образе жизни;</li> <li>-сохранять, укреплять и охранять здоровье детей;</li> <li>-обеспечить гармоничное физическое развитие;</li> <li>-формирование у детей жизненно необходимых двигательных навыков в соответствии с индивидуальными способностями;</li> <li>-формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности;</li> <li>-развивать инициативу, самостоятельность и творчество через участие в подвижных и спортивных играх, в физических упражнениях;</li> <li>-прививать навыки самоконтроля, самооценки при выполнении движений, прививать любовь к спорту.</li> </ul>
<p><b>1.3</b> <b>Принципы и подходы к формированию рабочей программы:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-сохранение уникальности и ценности детства, как важного этапа в общем развитии человека;</li> <li>- личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников организации) и детей;</li> <li>-уважение личности ребенка;</li> <li>-реализация программы, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности.</li> </ul> <p style="text-align: center;">Непосредственно учитываются:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-индивидуальные потребности ребенка, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья, определяющие особые условия получения им образования (далее – особые образовательные потребности), индивидуальные потребности отдельных категорий детей, в том числе с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>-возможности освоения ребенком Программы на разных этапах ее реализации;</li> <li>-социокультурные нормы, традиции семьи, общества и государства.</li> </ul>
<p><b>1.4</b> <b>Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей (по возрастам):</b></p>	<p style="text-align: center;"><b><i>Первая младшая группа (от 1.5 до 3 лет).</i></b></p> <p>Темп физического развития замедляется, но организм в целом крепнет, движения совершенствуются. Однако опорно-двигательный аппарат (далее ОДА), развит сравнительно слабо, двигательный опыт небольшой, движения часто непреднамеренны, направления их</p>

случайны, эмоциональные проявления неустойчивы, активное торможение плохо развито. Ребёнок ещё не умеет самостоятельно регулировать скорость, силу и амплитуду движений. Всё это необходимо учитывать.

Особенностью формирования у детей двигательных навыков на данном возрастном этапе является многократное повторение одних и тех же движений. Основная задача обучения - формирование умения действовать совместно – на основе подражания взрослому или в соответствии с его указаниями. Обучая детей движениям, важен показ и их объяснение, а дети, подражая, выполняют их. Упражнения проводятся в основном в игровой форме. Построения в колонну по одному, в шеренгу, в круг, в рассыпную – сначала подгруппами, потом всей группой. Построение происходит с помощью взрослого по зрительным ориентирам. Общеразвивающие упражнения (далее ОРУ) дети могут выполнять стоя в рассыпную или в кругу.

#### **Основные движения:**

1. Ходьба: учить детей ходить правильно, не наталкиваясь друг на друга, формировать умение сохранять устойчивое положение тела и правильную осанку.

2. Бег: учить бегать, сохраняя равновесие и заданное направление, не наталкиваясь на предметы.

3. Прыжки: вводятся прыжки на двух ногах на месте, с продвижением, а также, в длину и высоту с места. Основное внимание должно быть направлено на обучение детей отталкиванию двумя ногами, мягкому приземлению на носки при прыжках вверх и в высоту с места.

4. Катание, бросание, ловля: ребёнок учит брать мяч, держать его и переносить одной и двумя руками, скатывать, прокатывать, энергично отталкивать в заданном направлении.

5. Ползание и лазание: сначала детей целесообразно учить ползанию на животе, постепенно переходя к ползанию на четвереньках с опорой на колени и ладони. Это упражнение проводится фронтально и сочетается с движениями на выпрямление туловища. Аналогично организуются упражнения в подлезании.

6. Упражнения в равновесии: умение сохранять равновесие развивается у ребёнка в процессе выполнения всех физических упражнений, а также, специальных занятий. Необходимо учитывать, что такие упражнения требуют от ребёнка концентрации внимания и преодоления чувства неуверенности, страха.

7. Подвижные игры: роль ведущего – взрослый. По ходу игры он подсказывает детям их действия, подбадривает неуверенных, застенчивых. Малыши выполняют движения, подражая ему. Подвижную игру, далее П.И., на занятии повторяют 2-3 раза.

В режим дня включается утренняя гимнастика длительностью 4-5 минут. В содержание входят строевые упражнения, ходьба, бег, подскоки, 3-4 ОРУ, разученных на занятии. Недопустимо принуждать их заниматься утренней гимнастикой.

Взрослый должен поддерживать двигательную активность детей, поощряя самостоятельное использование ими атрибутов для игр. Руководство самостоятельной двигательной деятельностью детей осуществляется с учётом их индивидуальных особенностей.

***Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет).***

Ребёнок владеет большим объёмом двигательных навыков. Он уже способен совершать более сложные действия, соблюдая определённую последовательность. Детей характеризует большая осознанность восприятия показа движений и словесного пояснения, что положительно сказывается на качестве выполнения упражнений. Однако у детей отмечается ещё недостаточная слаженность в работе разнообразных мышечных групп (плечевого пояса, туловища, ног).

Во второй младшей группе важной задачей является формирование у детей положительного отношения к занятиям физическими упражнениями. Их учат слушать объяснения педагога, следить за показом, выполнять движения согласованно с другими детьми после соответствующего указания воспитателя, находить своё место в групповых построениях. Так же детей начинают приобщать к подготовке занятий. Оценка деятельности преимущественно должна быть направлена на анализ их активности, умения действовать сообща, а также на правильность выполнения упражнений.

Детей строятся – подгруппами и всей группой – в колонну по одному, в одну шеренгу, круг, находить своё место в строю. В первой половине года взрослый оказывает детям помощь, используя зрительные ориентиры, а в дальнейшем малыши учатся находить своё место самостоятельно.

К ОРУ детей четвертого года жизни предъявляются более высокие требования с точки зрения качества выполнения (не сгибать колени при наклонах, подниматься на носки и др.).

### **Основные движения:**

1. Ходьба: водится ходьба на носках, с высоким поднимаем коленей, с изменением направления, с выполнением различных заданий (остановиться, присесть, повернуться лицом к окну, стене, воспитателю). Ходьбу на носках с высоким подниманием коленей необходимо чередовать с обычной ходьбой.

2. Бег: основное внимание следует уделять формированию у детей умения бегать, не наталкиваясь друг на друга и придерживаясь заданного темпа.

3. Прыжки: учить энергично отталкиваться и правильно приземляться во всех видах прыжков. Во второй младшей группе вводится обучение прыжкам с высоты (15-20 см.).

4. Катание, бросание, метание: детей продолжают обучать действиям с мячом, формируя умение бросать мяч воспитателю, вверх, об пол и ловить его.

5. Ползание, лазание: вводится лазание по лесенке-стремянке, гимнастической стенке. Нужно показать детям правильный хват за перекладину и научить их правильно ставить ноги на неё. Обучая детей ползанию между предметами, подползанию, педагог сам показывает способ выполнения.

6. Упражнения в равновесии: обучение ходьбе и бегу на ограниченной площади (между двух линий, по дорожке, бревну, скамейке), в прямом направлении и змейкой. Упражнения в равновесии следует разнообразить, используя игровую форму.

7. Подвижная игра: проводится в основной части занятия, содержит движения, уже освоенные детьми. Одна и та же игра может повторяться на разных занятиях. Воспитатель может вносить в неё некоторые изменения, дополнения. Следует приучать детей действовать совместно, в соответствии с сигналом, исполнять роль ведущего, соблюдать правила.

В процессе выполнения спортивных упражнений воспитатель приучает детей соблюдать правила безопасности, проявлять взаимопомощь.

Продолжительность утренней гимнастики во второй младшей группе составляет 5-6 минут. В комплекс должны входить 5-6 ОРУ (как с предметами, так и без них), строевые упражнения, ходьба, бег, прыжки. Педагог выполняет упражнения вместе с детьми по два-три раза, после чего только напоминает последовательность движений, осуществляет общий контроль.

***Средняя группа (от 4 до 5 лет).***

В этом возрасте создаются предпосылки не только для овладения основными движениями в обобщенном виде, но и для формирования умения выделять элементы движений (направление, скорость, амплитуда), воспринимать и анализировать последовательность выполняемых действий. Поэтому на физкультурных занятиях от ребенка можно уже добиваться определенной, в соответствии с его возможностями, техники (качества) движений; улучшать их на основе ранее сформированных навыков и умений, развивать быстроту, силу, ловкость.

### **Основные движения:**

1.Ходьба: особенно к концу года, все структурные элементы ходьбы значительно улучшаются: начинает устанавливаться определенная ритмичность, увеличивается длина шага, что в сочетании с ритмичностью ведет к ускорению темпа. Улучшается общая координация движений. У большинства детей становятся согласованными движения рук и ног.

Определенные недостатки: наблюдается параллельная постановка стоп и шарканье ногами, движения рук не всегда энергичны; плечи опущены, туловище не выпрямлено, темп передвижения неравномерен. Дети испытывают трудности при изменении направления движения по сигналу воспитателя, не соблюдают нужную дистанцию в ходьбе и беге, построениях и перестроениях.

2.Бег: дети усваивают бег гораздо лучше и быстрее, чем ходьбу, быстрый темп ходьбы осваивается ими легче. У большинства детей появляется ритмичность бега, умение чередовать его с другими видами движений. Возрастает скорость бега, улучшается пространственная ориентировка в процессе его выполнения, воспитанники с большей легкостью меняют направления, оббегают препятствия, придерживаются заданного направления. Есть и ошибки: руки еще малоактивны, шаг остается коротким и неравномерным. Полет небольшой, и в связи с этим скорость невысока. Надо отметить, что полётность шага у девочек развивается раньше, чем у мальчиков. Повышение скорости бега связано с увеличением длины шага. Шаг детей четырех лет в среднем: у мальчиков – 64,4 см, у девочек – 61,5 см; в пятилетнем возрасте длина шага у детей увеличивается в среднем на 10 см.

3.Равновесие: учить детей сохранять устойчивое положение тела в разнообразных ситуациях и быстро его восстанавливать. Упражнения в равновесии требуют собранности, сосредоточенности, внимания и достаточно развитой координации движений. Перед началом упражнений необходимо подготовить детей к предстоящему выполнению задания и в наиболее трудных упражнениях



обязательно осуществлять страховку.

В средней группе ребенок овладевает навыками ходьбы по ограниченной площади опоры: на полу между линиями (ширина расстояния между линиями 15-20 см), по доске, положенной на пол (ширина 15-20 см). Положение рук при этом меняется: на поясе, в стороны, за головой т.д.

После усвоения равновесия на уменьшенной площади опоры, переходить к обучению ходьбе по повышенной опоре.

**4.Прыжки:** в непосредственной деятельности используются наиболее простые упражнения в прыжках, подпрыгивании, прыжках с продвижением вперед, в длину с места, на небольшое расстояние.

**5.Метание:** ребенок знакомится с пространственными понятиями – высоко, низко, верх, низ и т.д.), учится управлять своими движениями.

Упражнения в бросании и ловле не продолжительны, т.к. требуют определенной концентрации внимания, которое у детей данного возраста развито еще недостаточно. Основное внимание обращается на исходное положение.

**6.Ползание и лазание:** некоторые элементы ползания и лазания напоминают ходьбу (по очередное движение рук и ног в момент опоры и т.д.). Упражнения в ползании развивают силу, ловкость, смелость и координацию движений, способствуют формированию правильной осанки. Горизонтальная поза содействует разгрузке позвоночника. Ползание развивает и укрепляет мускулатуру как крупных мышечных групп (плечевого пояса, спины, живота), так и мелких мышц рук, предплечья и стопы.

**7.Подвижная игра:** на каждом физкультурном занятии организуются 1-2 П.И. Проводя их повторно, педагог может менять правила и условия, усложнять движения. В течение года следует всех детей научить исполнять роль ведущего другие ответственные роли и выбирать ведущих, используя считалки, короткие и понятные ребѣнку.

Утренняя гимнастика проводится в среднем и быстром темпе, без длительных пояснений и пауз. В комплекс необходимо включать 6-7 ОРУ, которые выполняются по 4-6 раз из разных И.П. Используют упражнения, способствующие формированию правильной осанки, укреплению мышц стопы. Дозировка и темп устанавливаются с учётом сложности упражнений, а также физической подготовленности детей.

**Подготовительная группа (от 6 до 7 лет).**

Движения ребѣнка становятся более

координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля, увеличивается проявление волевых усилий при выполнении заданий. Ребёнок выполняет их уже целенаправленно, и для него важен результат.

Всю работу по физическому воспитанию в этой группе организуют так, чтобы сформировать у детей потребность заниматься физическими упражнениями, развивать самостоятельность.

В подготовительной группе ведущей формой организованной двигательной деятельности является физкультурное занятие. В процессе обучения используются объяснение, показ новых сложных упражнений и отдельных элементов.

В целях повышения двигательной активности необходимо использовать разные способы организации. В вводную часть занятия включаются задания на внимание, строевые и ОРУ.

Дети должны уметь самостоятельно и быстро строиться в колонну по одному, в шеренгу, круг, перестраиваться в колонну по: двое, трое, четверо, в две шеренги, в несколько кругов. Делать повороты направо, налево, кругом; равняться; производить размыкание и смыкание; производить расчёт на первый – второй.

На одном занятии дети выполняют 8-9 ОРУ из различных И.П., повторяя их 6-8 раз, преимущественно в среднем и быстром темпе, в зависимости от степени их новизны и трудности.

В целях поддержания у детей интереса к ОРУ, следует изменять И.П., темп и амплитуду движений. Большое значение имеет так же оценка качества выполнения упражнений.

#### **Основные виды движения:**

1.Ходьба: дети совершенствуют технику ходьбы с разным положением рук.

2.Бег: происходит отработка легкости, ритмичности, закрепление умения непринужденно держать руки, голову, туловище. Со второй половины года вводится бег с сильным сгибанием ног в коленях и выбрасыванием прямых ног вперед.

3.Прыжки: дети должны прыгать на двух ногах вверх легко, мягко приземляясь, выполняя дополнительные задания, с зажатым между ног набивным мячом, вверх из глубокого приседа. При обучении прыжкам в длину отрабатываются разбег с ускорением, энергичное

	<p>отталкивание маховой ногой с резким взмахом рук, правильное приземление с сохранением равновесия. Следует также отбатывать технику разбега с ускорением на последних шагах перед отталкиванием в прыжках с разбега в высоту.</p> <p>4.<u>Бросание, метание, ловля</u>: необходимо использовать резиновые, теннисные, волейбольные, набивные мячи разных размеров. Продолжают формировать умение бросать и ловить мяч из разных положений, выполнять бросок набивных мячей разными способами.</p> <p>5.<u>Ползание, лазанье</u>: эти упражнения целесообразно проводить в сочетании с другими видами движений. В течение года следует варьировать условия, менять высоту пособий и способы выполнения упражнений. Воспитатель должен обеспечить умеренную страховку.</p> <p>6.<u>Упражнения в равновесии</u>: формированию чувства равновесия способствуют приседания, прыжки на одной ноге, резкое изменение направления бега. В процессе упражнений на равновесие детей учат сохранять правильное положение туловища, головы, действовать уверенно; при этом воспитатель использует показ, практическую помощь детям, зрительные ориентиры, упражнения с переносом предметов.</p> <p>7.<u>Подвижная игра</u>: на каждом физкультурном занятии проводится игра, при этом особое внимание уделяется воспитанию выдержки, настойчивости, формированию умения проявлять волевые и физические усилия. Следует организовывать П.И. в которых от результата каждого зависит общий результат команды. Одну и ту же игру целесообразно проводить не менее чем на двух занятиях.</p> <p>В подготовительной к школе группе значительное место на физкультурных занятиях отводится спортивным упражнениям. Упражнения для утренней гимнастики в данной группе наиболее интенсивны. Дозировка и темп задаются учётом сложности упражнения. У детей важно выработать положительное отношение к утренней гимнастике и потребность в ежедневном её выполнении.</p> <p>На прогулке поощряются спортивные, народные игры (лапта, салочки, классы). Особое внимание надо обращать на физкультурный инвентарь, атрибуты для игр, содержания занятий, физической подготовленности и индивидуальных особенностей детей.</p>
<p><b><u>1.5</u></b> <b>Основания</b>      <b>разработки</b> <b>рабочей</b>        <b>программы</b> <b>(документы</b>      <b>и</b> <b>программно-</b></p>	<p>Программа разработана на основе следующего нормативно-правового обеспечения: 1.Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ №1155 от 17 октября</p>

методические материалы)	<p>2013 года).</p> <p>2. Комментарии к ФГОС дошкольного образования от 28.02.2014 г. №08-249.</p> <p>3. Международная Конвенция "О правах ребенка" (1989).</p> <p>4. Семейный кодекс Российской Федерации.</p> <p>5. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273-ФЗ.</p> <p>6. «О реализации права дошкольных образовательных учреждений на выбор программ и педагогических технологий». Письмо Минобрнауки России от 02.06.18 № 89/34-16.</p> <p>7. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы. СанПиН 2.4.1.3049-13.</p> <p>8. Устав ДОУ.</p>
Срок реализации рабочей программы	2021-2022 учебный год (Сентябрь 2021 – июнь 2022 года)
<p><b>1.6</b> Целевые ориентиры освоения воспитанниками групп образовательной программы (по физическому развитию воспитанников)</p>	<p>У детей <i>первой младшей группы</i> сформировано умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку. Воспитанники умеют ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучены действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направления и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога. Дети умеют ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом. Умеют прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами. У детей есть желание играть вместе с воспитателем в П.И., в ходе которых совершенствуются основные движения. Движения воспитанников имеют выразительность; умеют передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать как зайчики, поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т.п.)</p> <p>У воспитанников <i>второй младшей группы</i> продолжают развиваться разнообразные виды движений. Дети умеют ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучены действовать совместно. Умеют строиться: в колонну по одному, шеренгу, круг, находить своё место при построениях. Умеют правильно прыгать в длину с места, метать мешочки с песком. Умеют энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Дети</p>

могут ловить мяч двумя руками одновременно. Обучаются хвату за перекладину во время лазанья. Сохраняют правильную осанку при выполнении упражнений в равновесии. Умеют реагировать на сигналы: «беги», «лови», «стой» и др.; выполняют правила в П.И.

Воспитанники *старшей группы* имеют сформированную правильную осанку, умеют осознанно выполнять движения. У детей развита быстрота, сила, выносливость, гибкость. Умеют легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Умеют бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Умеют лазать по гимнастической стенке, меняя темп, прыгать в длину, отталкиваясь и приземляясь в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. Умеют сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе. Формируется интерес детей к различным видам спорта. Они учатся самостоятельно организовывать знакомые П.И., проявляя инициативу и творчество, стремятся участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Дети *подготовительной группы* имеют сформированную потребность в ежедневной двигательной активности. Основные движения выполняются естественно, легко, точно, выразительно. Умеют соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Умеют сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту, с разбега. Умеют перелезть с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Умеют быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять движения ритмично, в указанном темпе. Развита психофизические качества, сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость. Выполняют упражнения в статическом и динамическом равновесии, развита координация движений и ориентировка в пространстве. Умеют самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвуют в уходе за ними. Дети самостоятельно организуют П.И., придумывают собственные игры, справедливо оценивают свои результаты и результаты товарищей. У детей сформирован интерес к физической культуре и спорту.

## 2. Содержательный раздел рабочей программы.

## 2.1. Содержание образовательной работы с детьми.

### 2.1.1. Перспективное планирование физкультурных развлечений, праздников и других спортивно – массовых мероприятий.

Комплекс мероприятий направлен на охрану жизни и здоровья детей, увеличения двигательной активности. Повышение интереса к спортивным мероприятиям коллективного характера, участия в них родительской общественности.

Включает в себя:

1. Организация и проведение вечеров досуга, спортивных праздников, дней здоровья, экскурсии в спортивные центры и др.
2. Подготовка команд воспитанников ДООУ и их участие в районных, муниципальных спортивных мероприятиях.
3. Игры, эстафеты, конкурсные задания, аттракционы с использованием нестандартного оборудования, музыкального сопровождения, средств ИКТ.

Праздники - не менее **2-х раз** в течение года, для среднего и старшего дошкольного возраста.

Спортивные развлечения (досуги)- **1 раз в месяц**, согласно расписанию.

<b>1</b>	<b>МЛАДШИЕ ГР.</b>	Октябрь	«Осень, осень к нам пришла»
		Ноябрь	«Любимые игрушки»
		Январь	«В гости к снеговикам»
		Апрель	«Здоровейка».
		Май	«Здравствуй, лето!»
<b>2</b>	<b>СРЕДНИЕ ГР.</b>	Октябрь	«Осенние старты»
		Ноябрь	«Веселые дошколята»
		Январь	«Зимние забавы»
		Апрель	«Нас приглашает космодром»
		Май	«Здравствуй, лето!»

<b>3</b>	<b>ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГР.</b>	Октябрь	«Осенний марафон»
		Ноябрь	«Первая снежинка»
		Январь	«Взятие снежного городка»
		Апрель	«Космическое путешествие»
		Май	«Ура! Победа!»

### **СПОРТИВНЫЕ ПРАЗДНИКИ**

<b>ВСЕ ГРУППЫ</b>	Февраль	«Я солдатом быть хочу»
	Март	«Масленицу встречаем»

--	--	--



## 2.1.2. Комплексно-тематическое планирование занятий впервой младшей группе (1)

Месяц	№ занятия	Задачи	Оборудование
<b>Сентябрь</b>	1-2	Адаптационный период. Знакомство детей с педагогом. Посещение физкультурного зала небольшой группой детей. Правила поведения в физкультурном зале. Беседа «Зачем правильно мыть руки».	Игрушки, мячи по кол. детей, бубен, обручи и т.д.
<b>Октябрь</b>	1-2	Учить ходить и бегать стайкой за игрушкой, воспитателем, не сталкиваясь друг с другом, техника безопасности (далее ТБ), воспитывать интерес к физкультуре, ПИ.	Бубен, игрушка.
	3-4	Учить ходить и бегать по ограниченной поверхности (между двух линий), ползать и катать мяч, помогать преодолеть робость, ПИ.	Мячи, доска, муз. сопровождение.
	5-6	Продолжать учить ходить и бегать, соблюдать указанное направление, выполнять движение по сигналу, не мешая друг другу, воспитывать умение ориентироваться в пространстве	Мешочки, обручи, муз. сопровождение, маски.
	7-8	Учить катать мяч по прямой, упражнять в ползании на четвереньках, совершенствовать умение передвигаться в определённом направлении, воспитывать интерес к играм с мячом, ПИ. Беседа «Полезные и вредные продукты».	Мячи резиновые (d-20см.), муз. сопровождение.
<b>Ноябрь</b>	1-2	Учить прыгать в длину с места закреплять умение катать мяч на дальность, воспитывать интерес к играм с мячом воспитывать интерес к играм с мячом.	Мячи, верёвочки, муз. сопровождение.
	3-4	Учить ходить парами в определённом направлении, упражнять в катании мяча, приучать внимательно слушать и ждать сигнал педагога к началу движения, ПИ.	Мячи, маленькие мячики, муз. сопровождение.

	5-6	Учить бросать мяч от груди двумя руками, закреплять умение действовать по сигналу, воспитывать интерес к занятиям физкультурой. Чтение спортивных сказок.	Доска, гимнастическая скамейка, мячи, маленькие мячики, муз. сопровождение.
	7-8	Учить бросать и ловить мяч, упражнять в ходьбе по наклонной доске, развивать чувство равновесия, глазомер, воспитывать выдержку, воспитывать интерес к играм с мячом.	Мячи, доска, гимнастическая скамейка, маленькие мячики, муз. сопровождение.
<b>Декабрь</b>	1-2	Учить бросать на дальность правой и левой рукой, ползать на четвереньках по гимнастической скамейке, развивать внимание и координацию движений, воспитывать интерес к физкультуре.	Мешочки, гимнастическая скамейка, бубен.
	3-4	Упражнять в ходьбе по наклонной доске вверх и вниз, учить бросать и ловить мяч, быть внимательными, стараться выполнять упражнения вместе с другими детьми, воспитывать интерес к играм с мячом.	Гимнастическая скамейка, мячи, бубен.
	5-6	Учить броску на дальность, совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке, упражнять в ходьбе друг за другом со сменой направления, воспитывать чувство равновесия и ориентировку в пространстве.	Гимнастическая скамейка, мешочки, бубен.
	7-8	Учить катать мяч, упражнять в ползании по гимнастической скамейке в глубину, совершенствовать чувство равновесия, воспитывать интерес к играм с мячом.	Мячи, гимнастическая скамейка, маска.
<b>Январь</b>	1-2	Учить ходить и бегать в колонне по одному, совершенствовать прыжок в длину с места, упражнять в метании в горизонтальную цель правой и левой рукой, развивать глазомер, воспитывать интерес к физкультуре. Беседа «Будь здоров, малыш».	Мат, обруч, мешочки, ленточки, муз. сопровождение.
	3-4	Упражнять в прыжках в длину с места, ползании на четвереньках и в подлезании под дугу, закреплять умение ходить по гимнастической скамейке, воспитывать чувство равновесия и ориентировки в пространстве.	Дуга, мат, гимнастическая скамейка, ленточки, муз.сопровождение.
	5-6	Упражнять в метании на дальность правой и левой рукой, учить ходьбе по наклонной доске, следить, чтобы дети были внимательны, дружно	Ленточки, мешочки, доска, гимнастическая скамейка, муз. сопровождение.

		играли, воспитывать движение и умение сдерживать себя.	
<b>Февраль</b>	1-2	Учить катать мяч в цель, совершенствовать бросание на дальность из-за головы, согласовывать движения с движениями товарищей, быстро реагировать на сигнал, воспитывать выдержку и внимание, воспитывать интерес к играм с мячом.	Мячи, мешочки, султанчики, муз. сопровождение.
	3-4	Упражнять в ползании и в подлезании под рейку, прыжках в длину с места, учить быть дружными, помогать друг другу, воспитывать интерес к играм с мячом. Чтение стихов о спорте.	Султанчики, мяч, дуга, маты, муз. сопровождение.
	5-6	Упражнять в ходьбе по наклонной доске, бросании в цель, прыжках в длину с места, способствовать развитию глазомера, координации движений и чувства равновесия, воспитывать интерес к физкультуре.	Доска, султанчики, маты, гимнастическая скамейка, обруч, верёвочка, маска кошки, муз. сопровождение.
	7-8	Упражнять в ползании по гимнастической скамейке, учить подпрыгивать, способствовать развитию координации движений, развивать умение быстро реагировать на сигнал, дружно играть, воспитывать интерес к играм с мячом.	Скамейка, мат, маска, султанчики, кубики, гимнастическая мяч, муз. сопровождение.
<b>Март</b>	1-2	Учить детей метанию на дальность двумя руками из-за головы и катании мяча в ворота, приучать сохранять направление при метании и катании мячей, воспитывать интерес к играм с мячом.	Мячи, бубен, дуги, доска, муз. сопровождение.
	3-4	Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, учить спрыгивать с неё, закреплять умение бросать на дальность из-за головы, учить ходить парами, способствовать преодолению робости развитию чувства равновесия, воспитывать интерес к играм с мячом.	Мячи, кубики, гимнастическая скамейка, муз. сопровождение.
	5-6	Учить ходьбе по наклонной доске, в метании на дальность правой и левой рукой, способствовать развитию ловкости, преодолению робости, воспитывать интерес к играм с мячом.	Мячи, мешочки, доска, гимнастическая скамейка, маска, муз. сопровождение.

	7-8	Упражнять в метании на дальность одной рукой, повторить прыжки в длину с места, развивать координацию движений, воспитывать движение и умение сдерживать себя, воспитывать интерес к играм с мячом. Беседа «Режим дня».	Мячи, доска, маты, канат, мешочки, муз. сопровождение.
	9	Упражнять в прыжках в длину с места, бросании мешочков на дальность правой и левой рукой, в переступании через препятствия, закреплять умение реагировать на сигнал, воспитывать умение действовать по сигналу.	Мат, мешочки, верёвочка, ленточки, бубен
<b>Апрель</b>	1-2	Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, ползании на четвереньках и в подлезании под дуги, учить становиться в круг, взявшись за руки, способствовать развитию чувства равновесия и координации движений, помогать преодолевать робость, действовать самостоятельно, уверенно, воспитывать интерес к играм с мячом.	Мячи, гимнастическая скамейка, дуги, маска, музыкальное сопровождение.
	3-4	Упражнять в метании на дальность одной рукой, повторить прыжки в длину с места, развивать координацию движений, воспитывать движение и умение сдерживать себя. Беседа «Витаминка».	Мячи, доска, маты, канат, мешочки, муз. сопровождение.
	5-6	Закреплять умение ходить по гимнастической скамейке и прыгать с неё, учить бросать и ловить мяч, способствовать развитию чувства равновесия и координации движений, воспитывать интерес к играм с мячом.	Гимнастическая скамейка, маска, мячи, бубен, музыкальное сопровождение.
	7-8	Продолжать учить бросать на дальность одной рукой и прыгать в длину с места, способствовать развитию смелости, ловкости, умению по сигналу прекращать движение, воспитывать интерес к физкультуре.	2 верёвочки, мешочки, бубен, маски, музыкальное сопровождение.

<b>Май</b>	1-2	Закреплять умение ходить по наклонной доске, совершенствовать прыжок в длину и метание на дальность из-за головы, способствовать воспитанию смелости, ловкости и самостоятельности, учить согласовывать свои движения с движениями других детей, воспитывать интерес к играм с мячом.	Мячи, доска, гимнастическая скамейка, маска, муз. сопровождение.
	3-4	Упражнять в метании на дальность одной рукой, совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке, воспитывать ловкость, развивать чувство равновесия и глазомер, воспитывать интерес к физкультуре.	Мешочки, гимнастическая скамейка, бубен.
	5-6	П.И. на открытом воздухе: закрепление правил, умения реагировать на сигнал.	Свисток, маски, муз. сопровождение.

### Комплексно-тематическое планирование занятий во второй младшей группе (1)

Месяц	№ занятия	Задачи	Оборудование
<b>Сентябрь</b>	1-2	Правила поведения в физкультурном зале. Упражнять в равновесии ходьба по верёвке боком, ходьба «по следам», ходьба из обруча в обруч), учить прыгать в высоту до предмета; развивать внимание, быстроту, ловкость; воспитывать интерес к физкультуре. Беседа «Зачем правильно мыть руки».	Канат, следы, обручи, бубен, маски, мяч, муз. сопровождение.
	3-4	Упражнять в равновесии (ходьба по скамейке через предметы, ходьба по верёвке прямо, ползание под дугами). Учить прыгать в длину с места (20см), запрыгивать на доску (15см); развивать двигательные навыки, ловкость, внимание. <b>Диагностика развития физических качеств воспитанников.</b>	Гимнастическая скамейка, мешочки, дуга, обручи, бубен, маски и т.п., муз. сопровождение.

<b>Октябрь</b>	1-2	Упражнять в равновесии (ходьба по скамейке через предметы, перешагивание через медболы, ходьба по верёвке боком, лазанье по лестнице – стремянке), учить прыгать через верёвку боком; развивать ловкость, внимание, наблюдательность, выносливость; воспитывать силу воли.	Гимнастическая скамейка, мешочки, канат, лестница, маски, мячи, муз. Сопровождение.
	3-4	Учить медленному бегу и прыжкам; формировать умение выполнять упражнения вместе с инструктором, воспитывать интерес участвовать в подвижных играх. Беседа «Режим дня».	Мячи, канат, обручи, муз. сопровождение.
	5-6	Учить бросать мяч и ловить мяч от воспитателя и обратно; развивать глазомер, меткость, внимание, мелкие мышцы рук; воспитывать интерес к играм с мячом, находчивость.	Баскетбольное кольцо, мячи, маски, муз. сопровождение.
	7-8	Учить катить мяч перед собой по полу, бросать вверх и ловить двумя руками, бросать об пол и ловить после отскока, учить ведению мяча ногами перед собой; развивать глазомер, мышцы рук, ловкость, внимание; воспитывать настойчивость.	Мячи, модули, маски, муз. сопровождение.
<b>Ноябрь</b>	1-2	Упражнять в равновесии (ходьба по скамейке, ходьба по верёвке боком, перешагивание через медболы), учить лазать по гимнастической лестнице, учить спрыгивать с высоты 30см, прыгать в высоту до предмета; развивать выносливость, умение сохранять равновесие, внимание; воспитывать доброжелательность и взаимовыручку.	Платочек, скамейка, канат, лестница, медболы, бубен, муз. сопровождение.
	3-4	Закреплять основные виды движений в быстром темпе (бег, ходьба между предметами), ползании по скамейке на животе подтягиваясь руками, ходьба по доске сохраняя равновесие, развивать силу рук, выносливость, смекалку, воспитывать силу воли, сдержанность. Беседа «Витаминка».	Платочки, скамейка, доска, медболы, муз. сопровождение.
	5-6	Учить бросать вверх мяч среднего размера и ловить его двумя руками, бросать мяч об пол и ловить двумя руками, бросать мяч на дальность правой, левой рукой; развивать глазомер, мелкие мышцы рук, ловкость; воспитывать интерес к играм с мячом, дружбу.	Платочек, мячи, модули, музыкальное сопровождение.

	7-8	Учить катить мяч перед собой, учить ведению мяча ногами, бросать мяч вдаль двумя руками, из-за головы, развивать глазомер, внимательность, ловкость; воспитывать хитрость, смекалку.	Платочек, медболы, мяч, муз. сопровождение.
<b>Декабрь</b>	1-2	Упражнять в равновесии (ползание по скамейке на животе, ползание на четвереньках под дугами, перешагивание с предмета на предмет). Учить прыгать в длину с места, через верёвку боком, учить прыгать из обруча в обруч, лежащие на полу; развивать ловкость, гибкость, умение владеть своим телом, умение сохранять равновесие; воспитывать интерес к физкультуре, смелость, выдержку и внимание.	Косички, бубен, гимнастическая скамейка, дуги, мат, верёвка, модули, маска, муз. сопровождение
	3-4	Закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе (прыжки в высоту с места, перешагивание через предметы, ползание на животе); развивать мышцы рук, гибкость, чувство равновесия, учить согласовывать свои движения с движениями товарищей; учить дружно играть.	Косички, бубен, гимнастическая скамейка, платочек, модули, муз. сопровождение.
	5-6	Учить катать и бросать мяч друг другу, учить пасовать мяч ногами друг другу; развивать глазомер, меткость, внимание, учить взаимодействовать в коллективе. Беседа «Зимние забавы в моем дворе».	Косички, бубен, мячи, муз. сопровождение.
	7-8	Учить катить мяч по полу перед собой, бросать мяч вверх и ловить двумя руками; бросать об пол и ловить после отскока, отбивать мяч любой одной рукой, учить вести мяч ногами перед собой по полу; развивать глазомер, ловкость, меткость, внимание, умение быстро реагировать на сигнал.	Косички, бубен, мячи, муз. сопровождение.
<b>Январь</b>	1-2	Упражнять в равновесии (ползание по скамейке на четвереньках, ходьба по веревке, приставляя пятку одной ноги к пальцам другой; пролезание под верёвкой боком, ходьба по следам), учить прыгать на двух ногах через предметы, учить бегать змейкой между предметами; развивать выразительность движений, ловкость; воспитывать настойчивость, выдержку, честность.	Гимнастическая скамейка, верёвка, модули, маски, муз. сопровождение.
	3-4	Учить бросать мяч в горизонтальную и вертикальную цель, развивать глазомер, ловкость, мелкие мышцы рук; воспитывать выдержку, дружелюбие. Чтение стихов о спорте.	Мячи, обручи, муз. сопровождение.
	5-6	Учить бросать мяч вдаль правой и левой рукой, бросать мяч об пол и ловить	Мячи, муз.сопровождение.

		двумя руками во время ходьбы друг за другом по залу, учить катить мяч двумя руками перед собой; развивать ловкость, глазомер; воспитывать инициативу.	
<b>Февраль</b>	1-2	Упражнять в равновесии (ползание по скамейке, ходьба по верёвке боком, ходьба по рефренной дорожке), учить прыгать в длину с места на спортивном мате; спрыгивать с высоты, прыгать в высоту до предмета; развивать выразительность движений, ловкость; воспитывать настойчивость.	Гимнастические палки, маты, канат, скамейка, кубики, гимнастическая скамейка, платочек, ленточки, муз. сопровождение.
	3-4	Закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе; развивать быстроту движений, внимание, ловкость, выносливость; воспитывать настойчивость.	Гимнастические палки, маты, кубики, гимнастическая скамейка, платочек, ленточки, муз. сопровождение.
	5-6	Учить бросать вверх и ловить мяч двумя руками, бросать мяч об пол, ловя его после отскока, учить ведению мяча ногами, катить мяч руками, присев; развивать ловкость, мелкие мышцы рук, внимание; воспитывать взаимовыручку.	Гимнастические палки, мячи, ленточки, модули, маска, муз. сопровождение.
	7-8	Учить бросать мяч об пол и ловить его после отскока двумя руками, бросать вверх и ловить двумя руками, отбивать мяч двумя руками, правой и левой рукой; развивать внимание, ловкость, силу рук, глазомер; воспитывать находчивость, интерес к физкультуре и игре с мячом.	Гимнастические палки, мячи, модули, ленточки, маска, муз. сопровождение.
<b>Март</b>	1-2	Упражнять в равновесии (ходьба по скамейке боком, ходьба по верёвке прямо), учить прыгать на двух ногах по ограниченной плоскости – доска, прыгать на двух ногах через предметы; учить пролезать боком в обруч, стоящий на полу; развивать выразительность движений, выносливость, силу, умение действовать в коллективе.	Платочки, доска, гимнастическая скамейка, маски, канат, модули, муз. сопровождение.
	3-4	Упражнять в равновесии (ползание по скамейке, ползание под дугами на четвереньках), учить прыгать в длину и в высоту (прыжки на двух ногах из обруча в обруч, прыжки в стороны через канат, продвигаясь вперёд), учить бегать змейкой между предметами; развивать выносливость, быстроту движений, силу; способствовать развитию чувства равновесия, воспитывать умение дружно играть.	Платочки, обручи, гимнастическая скамейка, дуги, модули, канат, муз. сопровождение.



	5-6	Учить бросать вверх мяч и ловить двумя руками, бросать мяч двумя руками об пол и ловить после его отскока, учить вести мяч ногами, катить руками по полу перед собой; развивать ловкость рук, внимание, глазомер, умение действовать по сигналу воспитателя; воспитывать выдержку, способствовать преодолению робости.	Платочки, ленточки, мячи, модули, муз. сопровождение.
	7-8	Учить бросать мяч об пол и ловить его после отскока, двумя руками, учить отбивать двумя руками, правой, левой рукой, стоя на месте, бросать вдаль из-за головы, учить вести мяч ногами; развивать мелкие мышцы рук, глазомер, стараться выполнять упражнения вместе с другими детьми; воспитывать самостоятельность.	Платочки, мячи, модули, муз. сопровождение.
<b>Апрель</b>	1-2	Упражнять в равновесии (ходьба по скамейке, ходьба по верёвке прямо, перешагивание через предметы); учить прыгать на двух ногах через предметы; прыгать в высоту с места (30см); развивать ловкость, выносливость, равновесие; воспитывать интерес к физкультуре.	Гимнастическая скамейка, канат, модули, высокий модуль, маски, бубен, муз. сопровождение.
	3-4	Учить бросать мяч, катать его, пасовать ногами мяч друг другу; развивать глазомер, ловкость, внимание; воспитывать взаимовыручку, честность. Беседа «Будь здоров, малыш!»	Мячи, модули, бубен, муз. сопровождение.
	5-6	Учить бросать мяч в баскетбольное кольцо, бросать мяч вдаль, от груди; развивать ловкость, глазомер, меткость, внимание; воспитывать настойчивость и выдержку.	Мячи, модули, бубен, муз. сопровождение.
	7-8	Упражнять в прыжках в высоту с места, метании мешочков вдаль правой и левой рукой, прыжках боком через канат; развивать выносливость, глазомер, силу, меткость; воспитывать дружелюбие.	Мешочки, бубен, канат, маски, модули, муз. сопровождение.
<b>Май</b>	1-2	Упражнять в равновесии (ходьба по доске прямой, ползание на четвереньках под дугами); учить прыгать в высоту; метание мешочков вдаль правой и левой рукой; развивать ловкость, глазомер, умение сохранять равновесие, выносливость.	Косичка, доска, мешочки, дуги, модуль, муз. сопровождение.
	3-4	Учить бросать мяч вверх и ловить его двумя руками, бросать и ловить мяч двумя руками после его отскока от пола; учить ведению мяча ногами; катить мяч руками по полу перед собой; развивать глазомер, меткость, координацию	Мячи, модули, маски, канат, косички.

		движений; воспитывать взаимовыручку.	
	5-6	Учить бросать мешочки в горизонтальную и вертикальную цель; развивать глазомер, меткость, ловкость; воспитывать взаимопонимание. <b>Диагностика развития физических качеств воспитанников.</b>	Косички, мешочки, обручи, маски

### Комплексно-тематическое планирование в средней группе (2)

Месяц	№ занятия	Задачи	Оборудование
<b>Сентябрь</b>	1-2	Правила поведения на занятиях по физкультуре. Упражнять в равновесии ходьба «по следам», беседа «Зачем правильно мыть руки?», ПИ малой подвижности, развивать внимание, воспитывать интерес к физкультуре.	Следы (из картона), бубен, маски, муз. сопровождение, литература по теме.
	3-4	Продолжить упражнять в равновесии (ходьба по верёвке прямо, ползание под дугами), ловкость, внимание, ОРУ с султанчиками, ПИ средней подвижности.	Веревка (2.5- 3м.), дуги, бубен, маски, султанчики, муз. сопровождение.
	5-6	Учить подбрасывать вверх и ловить мяч двумя руками, ходьба в разном темпе между предметами, ОРУ с султанчиками, ПИ средней подвижности. Развивать ловкость, воспитывать интерес к играм с мячом.	Мячи резиновые (d 20см), свисток, султанчикимуз. сопровождение.
<b>Октябрь</b>	1-2	Учить отбивать мяч об пол и ловить его, упражнять в ходьбе из обруча в обруч, развивать ловкость, внимание, ПИ. Беседа «Мой режим дня».	Мячи резиновые (d 20см), свисток, обручи (малые) муз. сопровождение, литература по теме.
	3-4	Учить детей медленному бегу в различных направлениях за инструктором, упражнять в отбивании мяча об пол, ОРУ с кубиками, развивать внимание; формировать умение выполнять упражнения вместе с инструктором, воспитывать интерес участвовать в подвижных играх	Кубики, мячи резиновые (d 20см), муз. сопровождение.
	5-6	Учить бросать и ловить мяч снизу, от взрослого, упражнять в равновесии (ходьба по веревке), ОРУ с кубиками, развивать ловкость, внимание, воспитывать интерес к играм с мячом.	Кубики, веревка (2.5- 3м.), мячи, кубики, маски, музыкальное сопровождение.
	7-8	Учить ведению мяча ногами перед собой; развивать мелкие группы мышц рук, ловкость, внимание, упражнять в равновесии (перешагивать через предметы)	Мячи, модули, маски, муз. сопровождение.

<b>Ноябрь</b>	1-2	Упражнять в равновесии (ходьба по скамейке), учить прыгивать с высоты 30см, прокатывание мяча в ворота ногами, развивать ловкость, воспитывать доброжелательность. Беседа «Кубик, мячик, палочка...»	Платочек, скамейка, канат, медболы, бубен, муз. сопровождение, литература по теме.
	3-4	Закреплять основные виды движений в быстром темпе: бег, ходьба между предметами), ползании по скамейке на животе подтягиваясь руками, ОРУ с обручами (малый), ПИ, развивать силу мышц рук, выносливость, сдержанность.	Обручи (d 60), гимнастическая скамейка, медболы, кубики, муз. сопровождение.
	5-6	Учить бросать мяч на дальность правой, левой рукой; закреплять технику ползания на животе, подтягиваясь руками, по скамейке, ОРУ с обручами (малый), ПИ, укреплять мышцы рук, воспитывать интерес к занятиям физкультурой.	Обручи, мячи, гимнастическая скамейка, модули, муз. сопровождение.
	7-8	Продолжить учить ведению мяча ногами, бросать мяч вдаль двумя руками из-за головы, ОРУ с обручами (малый), ПИ, развивать ловкость; воспитывать смекалку.	Обручи (d 60), мяч, муз. сопровождение.
<b>Декабрь</b>	1-2	Учить прыгать в длину с места (приземление), бросать мяч двумя руками от груди, ПИ средней подвижности, развивать ловкость, координацию движений воспитывать интерес к физкультуре. Беседа «Зимние забавы в нашем дворе».	Бубен, мячи, маска, муз. сопровождение, литература по теме.
	3-4	Продолжить учить прыжку в длину с места (к игрушке), ползанию на животе по скамейке, ОРУ с ленточкой, ПИ, развивать силу мышц рук, координацию, чувство учить дружно играть.	Гимнастическая скамейка, ленточки, муз. сопровождение.
	5-6	Учить катать и бросать мяч друг другу, учить пасовать мяч ногами друг другу, ОРУ с ленточкой, ПИ, развивать ловкость, внимание, учить взаимодействовать в коллективе.	Мячи, ленточки, муз. сопровождение.
	7-8	Учить отбивать мяч одной рукой, стоя на месте, ОРУ с ленточкой, ПИ, развивать ловкость, меткость, внимание, умение быстро реагировать на сигнал, учить соблюдать правила в игре.	Мячи, ленточки, маски, муз. сопровождение.
<b>Январь</b>	1-2	Упражнять в равновесии (ходьба по веревке, приставляя пятку одной ноги к пальцам другой; пролезание под верёвкой боком), учить прыгать на двух ногах через предметы, развивать выразительность движений, ловкость; воспитывать настойчивость, ПИ.	Верёвка, модули, маски, муз. сопровождение.
	3-4	Учить бросать мяч в горизонтальную цель (обручи), технике челночного бега («поменяй кубик»), ОРУ со шнуром, развивать ловкость, воспитывать дружелюбие. Загадки о спорте и физкультуре.	Мячи, обручи, шнуры, кубики, свисток, муз. сопровождение, литература по теме.
	5-6	Продолжить учить бросать мяч вдаль правой и левой рукой, челночному бегу,	Мячи, шнуры, муз. сопровождение.

		ОРУ со шнуром, развивать ловкость, быстроту, воспитывать инициативу.	
<b>Февраль</b>	1-2	Упражнять в равновесии (ползание по скамейке на четвереньках, ходьба по верёвке боком), ОРУ со шнуром, учить прыгивать с высоты, ПИ, развивать выразительность движений, ловкость; воспитывать настойчивость.	Гимнастическая скамейка, веревка (2.5-3 м), шнуры, муз. сопровождение.
	3-4	Учить прыжку боком через веревочку на месте, развивать умение быстро реагировать на сигнал, развивать внимание, ловкость, быстроту, воспитывать положительное отношение к физкультуре.	Веревка (2.5-3 м), свисток, муз. сопровождение.
	5-6	Учить катать мяч друг другу разными способами в парах, пальчиковые игры, развивать ловкость, мелкие группы мышц рук. ОРУ на стульчиках. Беседа «Полезные и вредные продукты на нашем столе».	Мячи, ленточки, стулья групповые по количеству детей, литература по теме, маска, муз. сопровождение.
	7-8	Учить отбивать мяч двумя руками, прокатывать мяч друг другу, ОРУ на стульчиках, развивать внимание, ловкость, интерес к физкультуре и игре с мячом. Беседа «Витаминка».	Мячи, свисток, стулья групповые по количеству детей, маска, муз. сопровождение, литература по теме.
<b>Март</b>	1-2	Упражнять в равновесии (ходьба по скамейке боком), учить пролезать боком в обруч, стоящий на полу, ОРУ на стульчиках, ПИ средней подвижности, развивать выразительность движений, ловкость.	Гимнастическая скамейка, стулья групповые по количеству детей, обручи, муз. сопровождение.
	3-4	Продолжить учить прыжку боком, в стороны, с продвижением вперед, учить бегать змейкой между предметами; развивать быстроту способствовать развитию чувства равновесия, воспитывать сдержанность, умение дружно играть.	Веревка (2.5-3 м), дуги, бубен, модули, муз. сопровождение.
	5-6	Продолжить учить вести мяч ногами, катить руками по полу перед собой; развивать ловкость, внимание, умение действовать по сигналу, способствовать преодолению робости.	Мячи, модули, маски, муз. сопровождение.
	7-8	Учить отбивать мяч правой и левой рукой, стоя на месте, бросать вдаль из-за головы, ОРУ с массажными мячами, ПИ малой подвижности, развивать ловкость, воспитывать самостоятельность. Беседа «Виды спорта».	Мячи, массажные мячи, муз. сопровождение, литература по теме.
<b>Апрель</b>	1-2	Учить прыгать в высоту с места (30см), продолжить учить отбивать мяч одной рукой, ОРУ с массажными мячами, ПИ малой подвижности, развивать ловкость, воспитывать интерес к физкультуре.	Веревка, мячи, свисток, массажные мячи, бубен.
	3-4	Учить бросать мяч, катать его, пасовать ногами мяч друг другу, ОРУ с массажными мячами, ПИ малой подвижности развивать ловкость, внимание; воспитывать взаимовыручку. Чтение сказок о здоровье.	Мячи, бубен, массажные мячи, муз. сопровождение, литература по теме.
	5-6	Учить бросать мяч от груди двумя руками, развивать ловкость, быстроту (эстафеты с предметами), внимание.	Мячи, свисток, конусы, кегли, колечки, бубен.

	7-8	Упражнять в прыжках в высоту с места, метании мешочков вдаль правой и левой рукой, развивать меткость; воспитывать инициативу. Беседа «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!»	Мешочки, бубен, маски, муз. сопровождение, литература по теме.
<b>Май</b>	1-2	Закреплять технику метания мешочков вдаль правой и левой рукой, ПИ на открытом воздухе, развивать ловкость, воспитывать положительное отношение к физкультуре.	Мешочки, маски, муз. сопровождение.
	3-4	Учить бросать мешочки в вертикальную цель, ПИ на открытом воздухе, развивать меткость, ловкость; воспитывать взаимопонимание.	Бубен, мешочки, обручи, маски.

### Комплексно-тематическое планирование занятий в подготовительной группе (1)

Месяц	№ занятия	Задачи	Оборудование
<b>Сентябрь</b>	1-2	Правила поведения в физкультурном зале. Учить катать обручи; прыгать на двух ногах из обруча в обруч, лежащих на полу; пролезать в обруч боком без помощи рук; надевать обручи, лежащие на полу, на себя сверху вниз через голову; развивать ловкость, наблюдательность, внимание, глазомер; воспитывать силу воли. Беседа «Как важно правильно мыть руки».	Обручи, бубен, маски, муз. сопровождение.
	3 (на воздухе)	Упражнять детей в беге колонной по одному в умении переходить с бега на ходьбу в сохранении равновесия, развивать точность движений при переброске мяча, воспитывать дружелюбие.	Мячи, бубен.
	4(на воздухе)	Упражнять детей в равномерном беге и беге с ускорением, в прокатывании обручей, развивая ловкость и глазомер, точность движений повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперед. <b>Диагностика развития физических качеств воспитанников.</b>	Обручи, мешочки, бубен.
<b>Октябрь</b>	1-2	Учить перебрасывать мяч через волейбольную сетку; развивать ловкость, наблюдательность, мелкую моторику, внимание, глазомер; воспитывать силу воли, настойчивость. Беседа «Витамины на моем столе».	Мячи, сетка, модули, бубен, маски, муз. сопровождение.
	3 (на	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами, упражнять в	Мешочки, мячи, бубен.

	<i>воздухе)</i>	сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках, развивать ловкость в упражнениях с мячом, воспитывать дружеские отношения со сверстниками.	
	4-5	Упражнять в равновесии (ходьба по скамейке через предметы, ходьба по скамейке в полуприседе, ползание под дугами, пролезание в обруч боком); учить прыгать боком через верёвку, лежащую на полу; прыгать в высоту с места; развивать выносливость, ловкость, быстроту движений; воспитывать хитрость.	Гимнастическая скамейка, мешочки, обручи, канат, бревно, дуги, маски, султанчики, муз. сопровождение.
	6 ( <i>на воздухе)</i>	Учить прыгать в длину с места на дальность, правильно отталкиваясь и приземляясь; упражнять в передаче мяча, не теряя его; развивать ловкость, быстроту движений, внимательность; воспитывать в детях выносливость.	Мячи по количеству детей, бубен.
	7-8	Закреплять основные виды движений в быстром темпе (ходьба и бег). Учить прыгать в высоту с места через палку, лежащую на кубах; учить ползать на животе и спине под палкой; развивать координацию движений, развивать мелкие мышцы рук; воспитывать сообразительность, смекалку, выносливость	Модули, палка, султанчики, маски, муз. сопровождение.
	9 ( <i>на воздухе)</i>	Закреплять бросок мяча в баскетбольное кольцо одной и двумя руками с места, в прыжке и с ведением мяча; развивать глазомер, меткость, ловкость, мелкие мышцы рук; воспитывать справедливость.	Баскетбольное кольцо, мячи, султанчики, маски, бубен.
	10-11	Учить лазить по гимнастической стенке одноимённым шагом, не пропуская реек, упражнять в прыжках в длину с места, отталкиваясь и приземляясь правильно. Метать на дальность левой и правой рукой способом из-за головы воспитывать дружелюбные отношения.	Гимнастическая стенка мячи, муз. сопровождение.
	12 ( <i>на воздухе)</i>	Упражнять детей в беге с преодолением препятствий, развивать ловкость в упражнениях с мячом, повторить задание в прыжках, воспитывать взаимовыручку.	Модули, бубен, кегли.
<b>Ноябрь</b>	1-2	Упражнять в равновесии (ползание на четвереньках по скамейке, ходьба по плоским гимнастическим палкам, ходьба на высоких четвереньках по канату);учить прыгать в высоту с места, боком; развивать выносливость, ловкость, быстроту движений; воспитывать хитрость.	Гимнастическая скамейка, доска, гимнастические палки, маски, бубен, канат, модули, муз. сопровождение.
	3 ( <i>на воздухе)</i>	Упражнять в ходьбе и беге; учить прыгать через шнур, не задевая его; упражнять в бросании (снизу и от груди) и ловле мяча, воспитывать выносливость.	Шнур на высоте 20 см, мячи, бубен.
	4-5	Закреплять основные движения в быстром темпе, учить кувырмам вперёд,	Модули, доска, гимнастическая

		ползанию на животе, подтягиваясь руками, ходьба по доске; развивать выносливость, ловкость, быстроту движений; воспитывать умение сдерживать себя. Беседа «Я и режим дня».	скамейка, мат, гимнастические палки, муз. сопровождение.
	6 (на воздухе)	Упражнять детей в прыжках с приземлением на полусогнутые колени, развивать точность броска, воспитывать смекалку.	Мячи, бубен.
	7-8	Учить бросать средний мяч об пол (бросать одной рукой, поймать – двумя руками; бросать на дальность правой и левой рукой; бросать в вертикальную цель); развивать ловкость, глазомер, внимание; воспитывать интерес к физической культуре.	Мячи, гимнастические палки, бубен, маски. муз. сопровождение.
	9 (на воздухе)	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, бросании мяча друг другу, развивать мышцы рук, воспитывать находчивость.	Мячи, бубен.
	10-11	Учить бросать средний мяч об стену одной рукой, ловить двумя руками; бросать в горизонтальную цель; развивать ловкость, глазомер, внимание; воспитывать смелость, выдержку.	Мячи, гимнастические палки, бубен, маски, муз. сопровождение.
<b>Декабрь</b>	1-2	Упражнять в равновесии (ходьба по узкой дорожке, ходьба по канату, приставляя пятку одной ноги к пальцам другой, ходьба по скамейке через предметы); прыжки на двух ногах через обручи, прыжки в высоту (до предмета); развивать чувство равновесия и координацию движений, приучать выполнять задание самостоятельно; учить детей быть внимательными друг к другу.	Доска, канат, платочек, мешочки, стульчики, обручи, скамейка, муз. сопровождение.
	3 (на воздухе)	Закреплять основные виды движений в быстром темпе (ходьба, бег). Учить прыгать в высоту с места через палку, лежащую на кубах; учить ползать на животе по скамейке, прыгать боком через канат; развивать быстроту движений, ориентировку в пространстве; воспитывать смелость, выдержку и внимание.	Бубен, канат, палка, кубы, скамейка, стульчики, маска.
	4-5	Учить перепрыгивать через гимнастические палки, не смещая их, упражняться в подбрасывание и ловле мяча; развивать ловкость, внимание, воспитывать уважение друг к другу. Беседа «На зарядку становись!»	Гимнастические палки, мячи, муз. сопровождение.
	6 (на воздухе)	Упражнять в бросании мяча друг другу в парах через верёвочку, совершенствовать броски мяча друг другу из разных положений; способствовать развитию ловкости и внимания; учить дружно действовать в коллективе.	Мячи, стульчики, бубен, маска.

	7-8	Учить бросать мяч друг другу в парах (снизу, от груди, из-за головы; учить передавать мяч ногами друг другу; бросок об пол, поймать мяч после отскока; передача мяча от груди во время движения боковым галопом); способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости, учить умению по сигналу прекращать движение.	Мячи, стульчики, бубен, маска, муз. сопровождение.
	9-10	Учить детей прыжкам через скакалку, упражнять бросание мяча от груди и снизу и ловля его пальцами, упражнять в прыжках через лежащую палку с поворотом на 180 градусов, воспитывать интерес к спорту.	Скакалка, мяч, гимнастическая палка, муз. сопровождение.
	11-12	Учить бросать и ловить мяч, не теряя его при ходьбе; учить прыгать в длину с разбега правильно отталкиваясь и приземляясь, воспитывать взаимовыручку.	Мячи по количеству детей, маты, муз. сопровождение.
<b>Январь</b>	1-2	Упражнять в равновесии (ходьба по скамейке приставным шагом боком, ходьба по верёвке прямо, руки в стороны, ползание по скамейке на животе); учить прыгать на двух ногах через предметы; развивать выносливость, ловкость, выразительность движений; воспитывать смелость, настойчивость.	Гимнастическая скамейка, канат, модули, мячи, муз. сопровождение.
	3 (на воздухе)	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения, строевые упражнения: упражнять в поворотах прыжком на месте, повторить прыжки на правой и левой ноге огибая предметы; развивать быстроту, силу воли; воспитывать интерес к играм.	Бубен, стойки для прыжков, маски.
	4-5	Учить бросать мяч одной рукой об пол, поймать двумя; на дальность правой и левой рукой; в вертикальную цель; развивать глазомер, меткость, ловкость, мелкие мышцы рук; воспитывать дружелюбие, честность. Чтение спортивных сказок.	Мячи, обручи, модули, муз. сопровождение.
	6 (на воздухе)	Упражнять детей в бросании мяча на дальность правой и левой руками, в вертикальную цель; развивать глазомер, ловкость, координацию движений; воспитывать выдержку, дружелюбие.	Мячи, обруч, кольцо, модули.
	7-8	Учить прыгать через скакалку, прыжки в высоту через модули, метание мешочков вдаль правой и левой рукой; развивать выносливость, глазомер, ловкость, силу мышц ног и рук; воспитывать хитрость, уважение друг к другу.	Гимнастические палки, модули разной высоты, мешочки, маски, муз. сопровождение.
	9 (на воздухе)	Упражнять детей в ходьбе с различным положением рук, в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации, развивать ловкость в	Мячи, бубен, маски.



		упражнениях с мячом; воспитывать находчивость.	
<b>Февраль</b>	1-2	Учить прыгать (прыжки по скамейке, прыжки на одной ноге через обручи), упражнять в равновесии (ходьба по канату, прямо; ползание на четвереньках, толкая набивной мяч головой); развивать умение сохранять равновесие, ловкость, выносливость; способствовать преодолению робости. Чтение стихов о спорте.	Гимнастические палки, гимнастическая скамейка, канат, обручи, мягкие мячи, маска, муз. сопровождение.
	3 <i>(на воздухе)</i>	Закреплять основные виды движений в быстром темпе, развивать быстроту движений, ловкость, умение быстро реагировать на сигнал, выполнять упражнение вместе с детьми; учить играть с детьми, воспитывать ловкость.	Гимнастическая скамейка, обручи, набивной мяч.
	4-5	Учить отбивать мяч правой и левой рукой на месте, с поворотом; обучать вести мяч правой и левой рукой прямо, боком, бегом; учить подбрасывать и ловить мяч двумя руками во время ходьбы, обучать ведению мяча ногами; развивать ловкость рук, внимание, ловкость; воспитывать смелость, смекалку, учить играть дружно.	Мячи, гимнастические палки, муз. сопровождение.
	6 <i>(на воздухе)</i>	Совершенствовать перебрасывание мяча через верёвку, учить играть в волейбол(пионербол); развивать ловкость, внимание, координацию движений; воспитывать командный дух, смелость.	Гимнастические палки, мячи, верёвка.
	7-8	Упражнять в равновесии (бег по наклонной доске, ходьба по верёвке боком, ходьба по «следам»); учить прыгать по скамейке через предметы, прыжки в длину, с разбега); развивать координацию, ловкость, умение быстро реагировать на сигнал; воспитывать наблюдательность, смелость.	Гимнастические палки, маты, канат, доска, гимнастическая скамейка, мешочки, муз. сопровождение.
	9 <i>(на воздухе)</i>	Упражнять детей в ходьбе с различным положением рук, в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации, развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Мячи, бубен, маски.
	10-11	Закреплять технику бросков и ведения мяча; развивать ловкость, выносливость, силу мышц рук; воспитывать силу воли, смекалку.	Гимнастические палки, мячи, баскетбольное кольцо, муз. сопровождение.
<b>Март</b>	1-2	Учить прыгать (прыжки боком из обруча в обруч, прыжки в длину с разбега, прыжки через канат боком), упражнять в равновесии (ходьба по верёвке, приставляя пятку одной ноги к пальцам другой), развивать выносливость, умение сохранять равновесие, смекалку; воспитывать смелость.	Платочки, стойки, канат, верёвка, обручи, модули, маска, муз.сопровождение.

	3-4	Учить метать мешочки на дальность правой и левой руками, в горизонтальную цель; развивать глазомер, внимание, меткость, ловкость рук; воспитывать уважение друг к другу. Беседа «Советы Аркадия Паровозова».	Мешочки, обруч, платочки, модули, муз. сопровождение.
	5-6	Учить бросать мяч в баскетбольное кольцо: с места, с ведением мяча, в прыжке. Развивать выносливость, ловкость, быстроту, глазомер; воспитывать силу воли, хитрость.	Мячи, платочки, баскетбольное кольцо, кегли, флажки, маска, муз. сопровождение.
	7-8	Упражнять в бросании мяча в стену и ловле (мяч от груди, бросок от стены, поймать после отскока об пол), учить бросать мяч из-за головы на дальность); развивать глазомер, ловкость, быстроту движений; воспитывать настойчивость, наблюдательность.	Мячи, платочки, флажки, маска, муз. сопровождение.
	9-10	Учить лазать по гимнастической стенке, прыгать на дальность с места, упражнять в метании в горизонтальную цель, воспитывать смекалку	Гимнастическая стенка, мешочки, обручи, муз. сопровождение.
	11-12	Учить бросать и ловить мяч, не теряя его при ходьбе учить детей подбрасывать и ловить мяч несколько раз подряд, воспитывать интерес к физкультуре.	Мячи, муз. сопровождение.
<b>Апрель</b>	1-2	Упражнять в метании мешочков вдаль правой и левой рукой, в горизонтальную цель правой и левой рукой; строевые упражнения: повороты, развивать глазомер, внимание, воспитывать смелость. Беседа «Солнце, воздух и вода –наши лучшие друзья».	Мешочки, обруч, мяч, муз. сопровождение.
	3 (на воздухе)	Упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель, развивать мышцы рук, воспитывать командный дух.	Мешочки, маски, бубен.
	4-5	Упражнять в метании мешочков вдаль правой и левой рукой, в вертикальную цель одной рукой правой и левой; развивать глазомер, внимание, меткость; воспитывать выдержка и честность.	Мешочки, обруч, модули, мяч, муз. сопровождение.
	6 (на воздухе)	Закреплять технику бросков мяча парами: снизу, от груди, учить передавать мяч друг другу ногами (пасы); развивать внимание, умение выполнять упражнения в парах, ловкость; воспитывать взаимовыручку, дружелюбие.	Мячи, модули, муз. сопровождение.
	7-8	Закреплять технику бросков мяча парами: снизу, от груди, об пол, ловля после отскока; учить передавать мяч друг другу ногами (пасы); развивать внимание, умение выполнять упражнения в парах, воспитывать взаимовыручку, дружелюбие.	Мячи, модули, муз. сопровождение.
	9 (на воздухе)	Упражнять в подбрасывании и ловле мяча, в умении самостоятельно принимать исходное положение и выполнять бросок на дальность,	Мячи, муз. сопровождение.

		развивать мышцы рук, воспитывать силу воли.	
	11-12	Учить бросать мешочки в горизонтальную и вертикальную цель; развивать глазомер, меткость, ловкость; воспитывать взаимопонимание.	Косички, мешочки, обручи, маски, музыкальное сопровождение.
<b>Май</b>	1-2-3	Закреплять технику бросков и ведения мяча; развивать ловкость, выносливость, мышцы рук и ног, наблюдательность; воспитывать уважение друг к другу, умение выполнять упражнения в коллективе. Беседа «Мое спортивное лето».	Гимнастические палки, мячи, камешек, муз. сопровождение.
	4-5 ( <i>на воздухе</i> )	Повторить ходьбу с выполнением задания, упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель, развивать мышцы рук, воспитывать командный дух. <b>Диагностика развития физических качеств воспитанников.</b>	Мешочки, маски, бубен.

**2.2. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения основной адаптированной программы дошкольного образования по физическому развитию воспитанников.**

<b>Объект педагогической диагностики (мониторинга)</b>	<b>Формы и методы педагогической диагностики</b>	<b>Периодичность проведения педагогической диагностики</b>	<b>Длительность проведения педагогической диагностики</b>	<b>Сроки проведения педагогической диагностики</b>
<b>Индивидуальные достижения детей образовательная область: "Физическое развитие"</b>	Наблюдение	2 раза в год	2 недели в каждой группе	Сентябрь (начальная) *индивидуальная работа с детьми по итогам диагностики, построение индивидуального маршрута для каждого воспитанников. Май (итоговая)

**2.3. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников**

<b>Месяц</b>	<b>Темы</b>	<b>Группы</b>	<b>Формы работы</b>	<b>Дополнительная информация</b>
<b>IX-2021 г.</b>	Рекомендации по выбору формы для занятий физкультурой в ДОУ	Все	Выступление на родительских собраниях	Размещение в Соцсетях.
<b>X-2021г.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>«Особенности физического развития детей»</li> </ul>	Все	Индивидуальные консультации для родителей, законных представителей	
<b>XI-2021г.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Рекомендации подбору спортивного инвентаря для занятий физкультурой в</li> </ul>	Все	Размещение материала на стендах в группах	

	<p>домашних условиях.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Советы по укреплению здоровья детей»</li> </ul>			Размещение информации в Соцсетях.
<b>ХП-2022г.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Участие родителей (законных представителей) в спортивных мероприятиях ДОУ.</li> </ul>	Старшие		Выступление на родительских собраниях
<b>I-2022 г.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Спортивная площадка рядом с нашим домом»</li> </ul>	Младшие	Индивидуальные консультации для родителей, законных представителей	
<b>II-2022г.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Дети и спорт, как выбрать секцию».</li> <li>• «Совместный двигательный досуг на свежем воздухе как средство повышения ДА ребенка».</li> </ul>	Старшие	Размещение материала на стенде в группах	
<b>III-2022г.</b>	«Мама, папа, я- спортивная семья»	Все	Размещение материала на стенде в группах.	
<b>IV-2022 г.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Ты и твое здоровье», рекомендации по правильному питанию</li> </ul>	Все	Страничка ДОУ в интернете	
<b>V- 2022г.</b>	Правила безопасного поведения (дома, на даче, на дороге, в лесу и пр.)	Все	Размещение информации на странице ДОУ в интернете	Размещение информации в Соцсетях

## 1. Организационный раздел рабочей программы

### 1.1. Структура реализации образовательной деятельности.

<b>Совместная деятельность педагога с детьми</b>	<b>Самостоятельная деятельность детей</b>	<b>Виды деятельности, технологии</b>	<b>Индивидуальный маршрут развития ребенка</b>
Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию, согласно расписанию. Утренняя гимнастика, физкультурные досуги, спортивные состязания, туризм. Контрольно-диагностическая деятельность.	Во всех видах самостоятельной деятельности детей Подвижная игра, сюжетно- ролевая игра, самостоятельные спортивные игры и упражнения - в утренний прием - в период подготовки к образовательной деятельности - на прогулке - в ходе закаливающих процедур - вторая половина дня.	Игра, ситуативный разговор, беседа, рассказ, чтение, рассматривание, игровая беседа с элементами движений. Проблемная ситуация. Проектная деятельность. Дидактические, сюжетно – ролевые игры, подвижные (с элементами спортивных игр).	Воспитанники, нуждающиеся по результатам диагностики, в дополнительной индивидуальной работе по развитию физических качеств, занимаются с инструктором в физкультурном зале, по графику.

### 3.2. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию)

(в соответствии с требованиями СанПиН, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26).

Группы	Продолжительность одного занятия по физическому развитию	Количество образовательных занятий <u>в неделю</u>	Продолжительность спортивных развлечений и праздников	Количество развлекательных мероприятий
1-я младшая	10 мин	3 раза	15 мин	1 раз в месяц
2-я младшая	15 мин	3 раза	20 мин	1 раз в месяц
старшая	25 мин	3 раза*	30 мин	1 раз в месяц **
подготовительная	30 мин	3 раза*	35 мин	1 раз в месяц**

\*1 занятие на открытом воздухе (проводит воспитатель).

\*\* Спортивные праздники – не менее 2-х в год, продолжительностью не менее 35-40 минут.

### 3.3. Создание развивающей предметно- пространственной среды

Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм (далее П.И.). В ходе П.И., в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка предоставляет условия для развития крупной моторики.

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

В помещении каждой группы есть *уголок физического развития*, целью которого является развитие двигательной активности и физических качеств детей. Предметное наполнение уголка применяется в П.И. (в группе и на улице), индивидуальной двигательной деятельности, в свободной деятельности детей.

В помещении группы раннего возраста, где проводятся физкультурные занятия, расположен шкаф с физкультурными принадлежностями, музыкальным оборудованием. Предметы находятся на определенном месте и доступны для воспитанников. Мячи, палки, мешочки с песком, кегли, обручи разного диаметра, ленты, кубики, веревочки и др. инвентарь; имеются в достаточном количестве.

Стандартное оборудование: скамейки, гимнастические стенки, гимнастические маты, канаты, дуги, гантели, кегли, скакалки, конусы, тоннели, мягкие модули.

Нестандартное оборудование: пособие для игр (маски, мягкие набивные мячики, листочки, цветочки, морковки, платочки, головные уборы), снежочки, мешки, дорожки и др. После каждого занятия проводится влажная уборка в зале, поддерживается оптимальная температура и соблюдается режим проветривания. Безопасность среды в каждой группе и зале соответствует

требованиям по обеспечению надёжности и безопасности их использования. В начале учебного года, комиссией, производится испытание спортивного оборудования, установленного в зале и на спортивной площадке ДОУ.

Образовательная область	Обогащение (пополнение) развивающей предметно-пространственной среды	
	Содержание	Срок (месяц)
Физическое развитие	Испытание технического состояния физкультурного и игрового оборудования в спортивном зале и физкультурной площадке ДОУ.	сентябрь
	Пополнение аудиотеки новыми музыкальными композициями.	в течение года
	Ремонт инвентаря, изготовление нестандартного спортивного оборудования	по мере необходимости
	Разнообразить дидактический материал для проведения спортивных праздников в разных возрастных группах (написание сценариев).	сентябрь-май
	Приобретение методической литературы, разработка презентаций для воспитанников, воспитателей, родителей, консультации в интернете.	август-май
	Изготовление наглядной агитации, папок передвижек в группах, презентаций (страница ДОУ в интернете), фотовыставок и др. предметно-развивающей среды, согласно.	сентябрь-май

### 3.4. Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)

Образовательная область, направление образовательной деятельности	Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.)
Физическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Инновационная программа дошкольного образования «От рождения до школы». Под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, Э.М. Дорофеевой -6 е изд. доп. 2020.</li> <li>• Гаврилова В.В. Занимательная физкультура для детей 4-7 лет: планирование, конспекты занятий -Изд. 2-е, испр. - Волгоград: Учитель, 2016.</li> <li>• Пензулаева Л.И. – Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. Комплексы оздоровительной гимнастики. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2010. – 128</li> <li>• Реализация образовательной области «Физическое развитие».</li> </ul>



	<p>Авторы – составители Г.Ю. Байкова, В.А. Моргачева, Т.М. Пересыпкина, 2015.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Занятия по физкультуре с детьми 3-7 лет. Е.Н.Вареник, С.Г.Кудрявцева, Н.Н.Сергиенко, 2012.</li> <li>• Малыши, физкульт –привет! Система работы по развитию основных движений детей раннего возраста. Л.Ю. Кострыкина, О.Г.Рыкова, Т.Г.Корнилова,2011.</li> <li>• Спортивные игры для детей. О.Е. Громова,2009.</li> <li>• Занимательная физкультура для детей 4-7 лет. Планирование, конспекты занятий. В.В. Гаврилова, 2016.</li> <li>• Организация спортивного досуга дошкольников 4-7 лет. Автор- составитель Н.М. Соломенникова, 2012.</li> <li>• Физкультурные праздники в детском саду. Сценарии спортивных праздников и развлечений. Т.Е.Харченко, 2009.</li> </ul>
<p><b>Педагогическая диагностика</b></p>	<p>Практический материал к мониторингу освоения детьми образовательной области «Физическая культура». Методический сборник. Кострома 2013г.</p>

