

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА ДЕТСКИЙ САД ПЕРВОЙ
КАТЕГОРИИ «КОЛОКОЛЬЧИК»

ПРИНЯТА
педагогическим советом
Протокол №1
от 31.08.2023 года

СОГЛАСОВАНА
Управляющим советом
Протокол №3
от 31.08.2023года

УТВЕРЖДЕНА
Заведующий МБДОУ
Тацинского д/с
«Колокольчик»

И.М.Храмкова
Приказ № 65 - ОД
от 31.08.2023 года

Рабочая программа
по физической культуре

для детей 5-7 лет с ТНР
на 2023-2024 учебный год

(Разработана в соответствии с ФГОС ДО (утвержденными приказом Министерства
образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. №1155) и ФАП ДО
(утверждена приказом Министерства Просвещения Российской Федерации
от 24.11.2022 №1022)

СТ. ТАЦИНСКАЯ

Содержание:

№п/ п	Название	Стр.
I	Целевой раздел	3
1.1.	Пояснительная записка. Цель	3
1.2	Задачи	3
1.3	Принципы и подходы к формированию программы	4
1.4.	Нормативно-правовая база	4
1.5.	Краткая характеристика возрастных и индивидуальных особенностей контингента детей (группы)	5
1.6.	Планируемые результаты освоения воспитанниками групп адаптированной основной общеобразовательной программы (по физическому развитию)	8
1.7	Перечень оценочных материалов (педагогическая диагностика индивидуального развития детей), в соответствии с ФГОС ДО и требованиями ФОП ДО	9
II	Содержательный раздел	10
2.1	Содержание образовательной, коррекционно-развивающей работы с детьми старшей и подготовительной групп в образовательной области физическое развитие.	10
2.2.	Основные направления коррекционно- развивающей работы	10
2.3	Перспективного планирования образовательной деятельности в образовательной области физическое развитие 5-6 лет	13
2.4	Перспективного планирования образовательной деятельности в образовательной области физическое развитие 6-7 лет	21
2.5	Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников.	28
III	Организационный раздел	31
3.1	Психолого-педагогические условия реализации программы	31
3.2	Материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность	32

	методическими материалами и средствами обучения и воспитания	
3.3	Система физкультурно-оздоровительной работы	35
3.4	Организация двигательного режима	37
3.5	Взаимодействие инструктора по физической культуре со специалистами	38
3.6	Расписание занятий	39
3.7	Программно-методическое обеспечение	39
	Приложение Лист здоровья воспитанников	

I ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА. ЦЕЛЬ

Рабочая программа по физическому развитию для детей с тяжелыми нарушениями речи и фонетико-фонематическим недоразвитием речи разработана на основе адаптированной основной общеобразовательной программы дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи и фонетико-фонематическим недоразвитием речи МБДОУ Тацинского д/с «Колокольчик»

Срок реализации рабочей программы 1 год

Программа спроектирована на основе ФГОС ДО и ФАОП

Программа, обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей детей от 4 до 7 лет, по направлению (образовательной области) физическое развитие (ФГОС ДО), с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Цель – реализации программы: обеспечение условий для дошкольного образования, определяемых общими и особыми потребностями обучающегося раннего и дошкольного возраста с ОВЗ, индивидуальными особенностями развития. реализация содержания адаптированной основной общеобразовательной программы дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (МБДОУ Тацинский д/с «Колокольчик»)

1.2 ЗАДАЧИ

- ✓ Охрана и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.
- ✓ Создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром.
- ✓ Воспитывать у детей желание заниматься двигательной деятельностью.

- ✓ Организация системы физкультурно-оздоровительной работы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей развития детей;
- ✓ Обеспечение личностно-ориентированного и деятельностного подхода к физическому развитию воспитанников
- ✓ Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

1.3 ПРИНЦИПЫ И ПОДХОДЫ К ФОРМИРОВАНИЮ ПРОГРАММЫ

- ✓ принцип индивидуализации, учета возможностей, особенностей развития и потребностей каждого ребенка;
- ✓ принцип признания каждого ребенка полноправным участником образовательного процесса;
- ✓ принцип поддержки детской инициативы и формирования познавательных интересов каждого ребенка;
- ✓ принцип интеграции усилий специалистов;
- ✓ принцип конкретности и доступности учебного материала, Соответствия требований, методов, приемов и условия образования индивидуальным и возрастным особенностям детей;
- ✓ принцип систематичности и взаимосвязи учебного материала;
- ✓ принцип постепенности подачи учебного материала;
- ✓ принцип концентрического наращивания информации в каждой из последующих возрастных групп во всех пяти образовательных областях.

1.4. НОРМАТИВНО-ПРАВОВАЯ БАЗА

Рабочая программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 года № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»
2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 53, ст. 7598; 2022, № 41, ст. 6959)
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2022 г. № 874 «Об утверждении порядка разработки и утверждения федеральных основных общеобразовательных программ
4. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384), с изменением, внесенным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 8 ноября.2022 г. № 955

5. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32 (зарегистрировано Минюстом РФ 11.11.2020, регистрационный №60833), действующим до 01.01.2027 г.;
6. СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 (зарегистрировано Минюстом РФ 18.12.2020, регистрационный №61573), действующим до 01.01.2027 г.;
7. СанПиН 1.2.3685-21 – Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 (зарегистрировано Минюстом РФ 29.01.2021, регистрационный № 62296), действующим до 01.03.2027 г. (далее – СанПиН);
8. Федеральная адаптированная образовательная программа дошкольного образования (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. № 1022)
9. Основы государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей, утвержденные Указом Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809
10. Устав учреждения

1.5.ХАРАКТЕРИСТИКА ДЕТЕЙ С ТЯЖЕЛЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РЕЧИ (ОБЩИМ НЕДОРАЗВИТИЕМ РЕЧИ)

Дошкольники с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) — это дети с поражением центральной нервной системы, у которых стойкое речевое расстройство сочетается с различными особенностями психической деятельности.

Общее недоразвитие речи рассматривается как системное нарушение речевой деятельности, сложные речевые расстройства, при которых у детей нарушено формирование всех компонентов речевой системы, касающихся и звуковой, и смысловой сторон, при нормальном слухе и сохранном интеллекте (Левина Р. Е., Филичева Т. Б., Чиркина Г. В.).

Речевая недостаточность при общем недоразвитии речи у дошкольников может варьироваться от полного отсутствия речи до развернутой речи с выраженными проявлениями лексико-грамматического и фонетико-фонематического недоразвития (Левина Р. Е.).

В настоящее время выделяют четыре уровня речевого развития, отражающие

состояние всех компонентов языковой системы у детей с общим недоразвитием речи (Филичева Т. Б.).

При первом уровне речевого развития речевые средства ребенка ограничены, активный словарь практически не сформирован и состоит из звукоподражаний, звукокомплексов, лепетных слов. Высказывания сопровождаются жестами и мимикой. Характерна многозначность употребляемых слов, когда одни и те же лепетные слова используются для обозначения разных предметов, явлений, действий. Возможна замена названий предметов названиями действий и наоборот. В активной речи преобладают корневые слова, лишенные флексий. Пассивный словарь шире активного, но тоже крайне ограничен. Практически отсутствует понимание категории числа существительных и глаголов, времени, рода, падежа. Произношение звуков носит диффузный характер. Фонематическое развитие находится в зачаточном состоянии. Ограничена способность восприятия и воспроизведения слоговой структуры слова.

При переходе **ко второму уровню** речевого развития речевая активность ребенка возрастает. Активный словарный запас расширяется за счет обиходной предметной и глагольной лексики. Возможно использование местоимений, союзов и иногда простых предлогов. В самостоятельных высказываниях ребенка уже есть простые нераспространенные предложения. При этом отмечаются грубые ошибки в употреблении грамматических конструкций, отсутствует согласование прилагательных с существительными, отмечается смешение падежных форм и т. д. Понимание обращенной речи значительно развивается, хотя пассивный словарный запас ограничен, не сформирован предметный и глагольный словарь, связанный с трудовыми действиями взрослых, растительным и животным миром. Отмечается незнание не только оттенков цветов, но и основных цветов. Типичны грубые нарушения слоговой структуры и звуконаполняемости слов. У детей выявляется недостаточность фонетической стороны речи (большое количество несформированных звуков).

Третий уровень речевого развития характеризуется наличием развернутой фразовой речи с элементами лексико-грамматического и фонетико-фонематического недоразвития. Отмечаются попытки употребления даже предложений сложных конструкций. Лексика ребенка включает все части речи. При этом может наблюдаться неточное употребление лексических значений слов. Появляются первые навыки словообразования. Ребенок образует существительные и прилагательные с уменьшительными суффиксами, глаголы движения с приставками. Отмечаются трудности при образовании прилагательных от существительных. По-прежнему отмечаются множественные аграмматизмы. Ребенок может неправильно употреблять предлоги, допускает ошибки в согласовании прилагательных и числительных с существительными. Характерно недифференцированное произношение звуков, причем замены могут быть нестойкими. Недостатки произношения

могут выражаться в искажении, замене или смещении звуков. Более устойчивым становится произношение слов сложной слоговой структуры. Ребенок может повторять трех- и четырех сложные слова вслед за взрослым, но искажает их в речевом потоке. Понимание речи приближается к норме, хотя отмечается недостаточное понимание значений слов, выраженных приставками и суффиксами.

Четвертый уровень речевого развития (Филичева Т. Б.) характеризуется незначительными нарушениями компонентов языковой системы ребенка. Отмечается недостаточная дифференциация звуков: [т-т'-с-с'-ц], [р-р'-л-л'-ј] и др. Характерны своеобразные нарушения слоговой структуры слов, проявляющиеся в неспособности ребенка удерживать в памяти фонематический образ слова при понимании его значения.

Следствием этого является искажение звуконаполняемости слов в различных вариантах. Недостаточная внятность речи и нечеткая дикция оставляют впечатление «смазанности». Все это показатели не закончившегося процесса фонемообразования. Остаются стойкими ошибки при употреблении суффиксов (единичности, эмоционально-оттеночных, уменьшительно-ласкательных, увеличительных). Отмечаются трудности в образовании сложных слов. Кроме того, ребенок испытывает затруднения при планировании высказывания и отборе соответствующих языковых средств, что обуславливает своеобразие его связной речи. Особую трудность для этой категории детей представляют сложные предложения с разными придаточными. Дети с общим недоразвитием речи имеют по сравнению с возрастной нормой особенности развития сенсомоторных, высших психических функций, психической активности.

ФФНР (фонетико-фонематическое недоразвитие речи) – это нарушение процессов формирования произношения у детей с различными речевыми расстройствами из-за дефектов восприятия и произношения фонем. Обусловлено трудностями в различении звуков по акустическим и артикуляторным признакам.

Особенности познавательного, социально-коммуникативного и моторного развития детей с тяжелыми нарушениями речи

В соответствии с принципом рассмотрения речевых нарушений во взаимосвязи с другими сторонами психического развития (Р.Е. Левина) необходимо учитывать и особенности формирования сенсорной, интеллектуальной и эмоционально-волевой сферы.

Для детей с ОНР характерен низкий уровень развития основных свойств *внимания* (недостаточная устойчивость, ограничение возможности его распределять и др.); *памяти* (низкий уровень вербальной памяти, запоминание линейных рядов, непонимание многоступенчатых инструкций и последовательности заданий и др.); *познавательной деятельности*.

Возникают трудности в развитии наглядно-образного мышления, операций анализа, синтеза, сравнения, оптико-пространственных и временных представлений. У значительной части детей наблюдается

двигательная недостаточность, моторная неловкость, проявляющаяся в виде плохой координации сложных движений, неуверенности в воспроизведении точно дозированных движений, снижение скорости и ловкости их выполнения, а также, недоразвитие мелкой моторики рук, слабая координация пальцев и трудности в овладении графомоторными навыками.

Типичным для детей данной группы является недостаток самоконтроля, понижение регуляции и саморегуляции. Характерна для детей с ОНР и гиперактивность, проявляемая в виде суетливости, двигательного беспокойства. В основном, у большей части детей с тяжелыми нарушениями речи присутствуют СДВГ (синдром дефицита внимания и гиперактивность). Поэтому в содержание Программы входит коррекционная помощь педагога-психолога по развитию эмоционально-волевой и познавательной сферы детей.

У значительной части детей двигательная недостаточность выражается в виде плохой координации сложных движений, неуверенности в воспроизведении точно дозированных движений, снижение скорости и ловкости их выполнения. Наибольшие трудности возникают при выполнении движений по словесной инструкции, особенно многоступенчатой. Дети, в отличие от сверстников с нормальным речевым развитием, затрудняются в точном воспроизведении задания по пространственно временным понятиям, нарушают последовательность элементов действия, опускают его составные части. Типичным является и недостаточный самоконтроль при выполнении задания. У детей с ОНР наблюдаются особенности в формировании мелкой моторики. Это проявляется, прежде всего, в недостаточной ловкости пальцев рук и координации движений (например, при застегивании, расстегивании, шнуровке, завязывании и т.д.).

1.6. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ВОСПИТАННИКАМИ ГРУПП АДАПТИРОВАННОЙ ОСНОВНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ (ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ ВОСПИТАННИКОВ)

Старший дошкольный возраст (с 5 до 6 лет)

- общая и ручная моторика ребенка развиты в соответствии с возрастной нормой, все движения выполняются в полном объеме, нормальном темпе; координация движений не нарушена;
- ребенок ходит прямо, свободно, не опуская голову, может пробежать в медленном темпе 200 метров;
- может прыгнуть в длину с места на 60 сантиметров, отталкиваясь двумя ногами;
- умеет бросать мяч от груди, из-за головы и ловить его двумя руками;
- может ходить по гимнастической скамейке, удерживая равновесие;
- может лазать по гимнастической стенке верх и вниз;

- охотно выполняет гигиенические процедуры, знает, что нужно ежедневно гулять, делать зарядку;
- у ребенка сформированы навыки безопасного поведения дома, в детском саду, на улице, в транспорте;
- в мимической мускулатуре движения выполняются в полном объеме и точно, синкинезии отсутствуют ; артикуляционная моторика в норме, движения выполняются в полном объеме и точно; переключаемость в норме; синкинезии и тремор отсутствуют; саливация в норме.

Старший дошкольный возраст (с 6 до 7 лет)

- ходить и бегать легко, ритмично , сохраняя правильную осанку, направление и темп
- Лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м)
- Прыгать в длину с места (70-75 см.), с разбега(не менее 80-90 см.),прыгать через короткую и длинную скакалку
- Метать правой и левой рукой на расстояние 4-8 м.
- Сохранять устойчивое равновесие положения тела при выполнении упражнений на ограниченной площади опоры
- Выполнять упражнения на статистическое и динамическое равновесие
- Перестраиваться в колонну по три, четыре, равняться, размыкаться
- Участвовать в упражнениях с элементами спортивных игр
- Самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать при помощи педагога новые сюжеты

1.7. ПЕРЕЧЕНЬ ОЦЕНОЧНЫХ МАТЕРИАЛОВ (ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА ИНДИВИДУАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ), В СООТВЕТСТВИИ С ФГОС ДО И ТРЕБОВАНИЯМИ ФОП

Оценка результатов диагностики индивидуального развития детей по образовательной области «Физическое развитие» в группе компенсирующей направленности для детей 5-7 лет с ТНР проводится на основании парциальной программы «Физическое развитие детей с ТНР (ОНР) с 3 до 7 лет Кирилова Ю.А. два раза в год

Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения адаптированной основной общеобразовательной программы дошкольного образования.

Объект педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
Индивидуальные достижения детей в образовательной области: "Физическое развитие"	-Наблюдение	2 раза в год	1-2 недели в каждой группе	Сентябрь Май

II СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1 СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ, КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ СТАРШЕЙ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУПП В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

В дошкольном периоде физическое воспитание тесно связано с общим воспитанием, так как закладываются основы здоровья, долголетия, всесторонней двигательной подготовленности и гармонического развития. Учеными (И.П. Павлов, А.А. Леонтьев, А.Р. Лурия, М.М. Кольцова и др.) доказано: чем выше двигательная активность, тем интенсивнее происходит развитие речи.

Таким образом, овладение двигательными умениями и навыками, развитие координации общих движений, мелкой и артикуляционной моторики является одним из средств коррекции речевых нарушений. С другой стороны: формирование движений происходит при активном участии речи. Речь, особенно ритмичная (стихи, поговорки, считалки и др.) способствует улучшению артикуляционных движений, пальчиковой моторики, общих точных координированных движений. Следует отметить, что у детей с тяжелыми нарушениями наряду с общей соматической ослабленностью и замедленным развитием локомоторных функций наблюдается отставание в развитии двигательной сферы.

Таким образом, содержание работы инструктора по физической культуре включает следующие направления:

- организация взаимодействия педагогов учреждения и родителей по развитию общей, мелкой и артикуляционной моторики дошкольников с ОНР;

- организация НОД, праздников и досугов с учетом коррекционных методик;
- использование логопедических минуток с включением игр и упражнений на развитие артикуляционной, мелкой и общей моторики с учетом лексических тем;
- закрепление правильных речевых навыков дошкольников с нарушениями речи;
- создание условий для творческого освоения эталонов движения детьми с ТНР в различных ситуациях.

В учреждении используются разнообразные формы проведения НОД по физической культуре: сюжетные, игровые, контрольно-учетные, на свежем воздухе. С учетом лексических тем разработаны комплексы общеразвивающих упражнений по физической культуре, утренней гимнастике и модели двигательной активности для каждой возрастной группы; создана система игровых упражнений «Речь с движениями».

2.2 ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЫ

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Осуществлять непрерывное совершенствование двигательных умений и навыков с учетом возрастных особенностей (психологических, физических и физиологических) детей шестого года жизни.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, координированность и точность действий, способность поддерживать равновесие.

Совершенствовать навыки ориентировки в пространстве.

Использовать такие формы работы, как игры-соревнования, эстафеты.

Основные движения

Ходьба и бег. Совершенствовать навыки ходьбы на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена, в полуприседе, перекатом с пятки на носок, мелким и широким шагом, приставным шагом влево и вправо.

Совершенствовать навыки ходьбы в колонне по одному, по двое, по трое, с выполнением заданий педагога, имитационные движения. Обучать детей ходьбе в колонне.

Совершенствовать навыки бега на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по двое, «змейкой», враспынную, с преодолением препятствий, по наклонной доске вверх и вниз на носках.

Совершенствовать навыки ходьбы в чередовании с бегом, бега с различной скоростью, с изменением скорости, челночного бега.

Ползание и лазание. Совершенствовать умение ползать на четвереньках с опорой на колени и ладони; «змейкой» между предметами, толкая перед собой головой мяч (расстояние 3—4 м), ползания по гимнастической скамейке на животе, на коленях;

ползания по гимнастической скамейке с опорой на колени и предплечья. Обучать вползанию и сползанию по наклонной доске, ползанию на четвереньках по гимнастической скамейке назад; пролезанию в обруч, переползанию через скамейку, бревно; лазанию с одного пролета гимнастической стенки на другой, поднимаясь по диагонали, спускаясь вниз по одному пролету; пролезанию между рейками поставленной на бок гимнастической лестницы.

Прыжки. Совершенствовать умение выполнять прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед. Обучать прыжкам разными способами: ноги скрестно — ноги врозь, одна нога вперед — другая назад; перепрыгивать с ноги на ногу на месте, с продвижением вперед. Учить перепрыгивать предметы с места высотой до 30 см, перепрыгивать последовательно на двух ногах 4—5 предметов высотой 15—20 см, перепрыгивать на двух ногах боком вправо и влево невысокие препятствия (канат, мешочки с песком, веревку и т. п.). Обучать впрыгиванию на мягкое покрытие высотой 20 см двумя ногами, спрыгиванию с высоты 30 см на мат. Учить прыгать в длину с места и с разбега; в высоту с разбега. Учить прыгать через короткую скакалку на двух ногах вперед и назад; прыгать через длинную скакалку: неподвижную ($h=3—5$ см), качающуюся, вращающуюся; с одной ноги на другую вперед и назад на двух ногах, шагом и бегом.

Катание, ловля, бросание. Закрепить и совершенствовать навыки катания предметов (обручей, мячей разного диаметра) различными способами. Обучать прокатыванию предметов в заданном направлении на расстояние до 5 м (по гимнастической скамейке, по узкому коридору шириной 20 см в указанную цель: кегли, кубики и т. п.) с помощью двух рук. Учить прокатывать мячи по прямой, змейкой, зигзагообразно с помощью палочек, дощечек разной длины и ширины; прокатывать обручи индивидуально, шагом и бегом. Совершенствовать умение подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками и с хлопками; бросать мяч о землю и ловить его двумя руками. Формировать умение отбивать мяч об пол на месте (10—15 раз) с продвижением шагом вперед (3—5 м), перебрасывать мяч из одной руки в другую, подбрасывать и ловить мяч одной рукой (правой и левой) 3—5 раз подряд, перебрасывать мяч друг другу и ловить его из разных исходных положений, разными способами, в разных построениях. Учить бросать вдаль мешочки с песком и мячи, метать предметы в горизонтальную и вертикальную цель (расстояние до мишени 3—5 м).

Ритмическая гимнастика

Совершенствовать умение выполнять физические упражнения под музыку в форме несложных танцев, хороводов, по творческому заданию педагога. Учить детей соотносить свои действия со сменой частей произведения, с помощью выразительных движений передавать характер музыки. Учить детей импровизировать под различные мелодии (марши, песни, танцы).

Строевые упражнения

Совершенствовать умение строиться в колонну по одному, парами, в круг, в одну шеренгу, в несколько кругов, в рассыпную. Закрепить умение перестраиваться из колонны по одному в колонну по два, по три, в круг, несколько кругов, из одной шеренги в две. Обучать детей расчету в колонне и в шеренге «по порядку», «на первый, второй»; перестроению из колонны по одному в колонну по два, по три во время ходьбы;

размыканию и смыканию с места, в различных построениях (колоннах, шеренгах, кругах), размыканию в колоннах на вытянутые вперед руки, на одну вытянутую вперед руку, с определением дистанции на глаз; размыканию в шеренгах на вытянутые в стороны руки; выполнению поворотов направо и налево, кругом на месте и в движении различными способами (переступанием, прыжками); равнению в затылок в колонне.

Общеразвивающие упражнения

Осуществлять дальнейшее совершенствование движений рук и плечевого пояса, учить разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову; поднимать вверх руки со сцепленными в замок пальцами; поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы.

Учить выполнять упражнения для развития и укрепления мышц спины, поднимать и опускать руки, стоя у стены; поднимать и опускать поочередно прямые ноги, взявшись руками за рейку гимнастической стенки на уровне пояса; наклоняться вперед и стараться коснуться ладонями пола; учить наклоняться в стороны, не сгибая ноги в коленях; поворачиваться, разводя руки в стороны; поочередно отводить ноги в стороны из упора присев; подтягивать голову и ноги к груди, лежа; подтягиваться на гимнастической скамейке.

Учить выполнять упражнения для укрепления мышц брюшного пресса и ног; приседать, поднимая руки вверх, в стороны, за спину; выполнять выпад вперед, в сторону, совершая движение руками; катать и захватывать предметы пальцами ног. При выполнении упражнений использовать различные исходные положения (сидя, стоя, лежа, стоя на коленях и др.). Учить выполнять упражнения как без предметов, так и различными предметами (гимнастическими палками, мячами, кеглями, обручами, скакалками и др.).

Спортивные упражнения

Совершенствовать умение катать друг друга на санках, кататься с горки на санках, выполнять повороты на спуске, скользить по ледяной дорожке с разбега. Учить самостоятельно кататься на двухколесном велосипеде по прямой и с выполнением поворотов вправо и влево.

Спортивные игры

Формировать умение играть в спортивные игры: городки (элементы), баскетбол (элементы), футбол (элементы), хоккей (элементы).

Подвижные игры

Формировать умение участвовать в играх-соревнованиях и играх-эстафетах, учить самостоятельно организовывать подвижные игры.

**2.3. ПЕРСПЕКТИВНОГО ПЛАНИРОВАНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ПО ГРУППАМ.
УЧЕБНО- ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5-6 ЛЕТ**

	І ЧАСТЬ	ІІ ЧАСТЬ	ІІІ ЧАСТЬ	ОВД	МАЛОПОДВИЖН АЯ ИГРА	ПОДВИЖНАЯ ИГРА
СЕНТЯБРЬ						
1 неделя	Ходить по кругу друг за другом в чередовании с выполнением и п.д «Мышка», «Цыпленок», «Медведь».	Бегать по кругу друг за другом на носках	Пройти по линии с мешочком с песком на ладони вытянутой руки	Прокатывать мячи в заданном направлении двумя руками на расстоянии до 5 м	«Летает – не летает»	«Кто быстрее возьмет игрушку?»
2 неделя	Ходить в колонне по одному, придерживаясь определенного направления	Бегать в колонне по одному, придерживаясь определенного направления	Впрыгивать на мягкое покрытие высортой 20 см, спрыгивать на мат с высотой 30 см	Ползать на четвереньках «змейкой» между предметами	«Зоопарк»	«я люблю свои игрушки»
3 неделя	Ходить приставным шагом вправо и влево (прямо и боком)	Бегать приставным шагом вправо и влево	Пройти по шнуру с мешочком с песком на ладони вытянутой руки	Подбрасывать мяч вверх и ловить двумя руками, бросать мяч о землю и	«Жмурка с колокольчиком»	«Целься лучше»

				ловить его двумя руками		
4 неделя	Ходить в колонне по кругу, выполняя руками различные движения.	Бегать по кругу друг за другом с высоким подниманием коленей	Прыгать в длину с места	Ползать по гимнастической скамейки на животе, пот. рукам и	«Петрушка»	«Куточка»
ОКТАБРЬ						
1 неделя		Бегать по кругу друг за другом со сменой ведущего	Пройти прямо с мешочком с песком на голове	Бросать вдаль мячи поочередно правой и левой руками	«Осенний букет»	«Прыжки по кочкам»
2 неделя		Пробежать быстро 8-10 м с перерывами	Прыгать через короткую скакалку	Подлезать под веревку, дугу высотой 40 см прямо, правым и левым боком	«Съедобное не съедобное»	«Репка»
3 неделя	Ходить по кругу друг за другом в чередовании с выполнением и п.д «Мышка», «Цыпленок»,	Бегать по кругу друг за другом на носках	Пройти по доске до конца, повернуться, идти назад	Бросать вдаль мешочки с песком поочередно правой и левой руками	«АУ!АУ!»	«Веселое яблоко»

	«Медведь».					
4 неделя	Ходить в колонне по одному, придерживаясь определенного направления	Бегать в колонне по одному, придерживаясь определенного направления	Прыгать на двух ногах на месте в чередовании с ходьбой	Переползать через препятствия	«Овощи, грибы и ягоды»	«Гуляла девочка в лесу»
НОЯБРЬ						
1 неделя	Ходить приставным шагом вправо и влево (прямо и боком)	Бегать приставным шагом вправо и влево	Пройти по гимнастической скамейке до конца, за тем спустится с нее	Прокатывать мячи друг другу	«Чтоб не мерзнуть не когда»	«Попади мячом в шляпу»
2 неделя	Ходить в колонне по кругу, выполняя руками различные движения.	Бегать по кругу друг за другом с высоким подниманием коленей	Прыгать на двух ногах с продвижением вперед	Переходить по гимнастической стенке с одного пролета на другой вправо, влево	«Краски»	«Шла гулять сороконожка»
3 неделя		Бегать по кругу друг за другом со сменой ведущего	Стоять на носках, руки вверх	Перебрасывать мяч из одной руки в другую, перебрасывать мяч друг другу	«Много игрушек у нашей Арины»	«Мы – веселые ребята»
4 неделя		Пробежать быстро 8-10 м с	Прыгать на одной	Пролезать в	«Звонкие ложки»	«Трали вали»

		перерывами	ноге на месте	обруч.		
Декабрь						
1 неделя	Ходить в колонне по одному в чередовании с выполнением и п.д «Аист» «Лошадка»	Оббежать предметы на носках, мелкими и широкими шагами	Разойтись вдвоем на лежащей на полу доске	Прокатывать мяч двумя руками по гимнастической скамейке	«Найди и промолчи»	«Воробей»
2 неделя	Ходить в колонне по одному, по два, придерживаясь определенного направления	Бегать в колонне по одному, по два, придерживаясь определенного направления	Вбегать и сбегать по наклонной доске	Перепрыгивать последовательно через 4-6 линий Вползать на наклонную доску	«Шаловливые котята»	«Кот и мыши»
3 неделя	Ходить по кругу друг за другом, меняя темп ходьбы	Бегать по кругу друг за другом, меняя темп бега		Прокатывать мяч двумя руками по узкому коридору	«Грустный зайка»	«По лужайки скачут зайки»
4 неделя	Ходить с поворотами по сигналу	Бегать с поворотом по сигналу		Перепрыгивать последовательно на двух ногах 4-5 предметов высотой 15 – 20 см	«Что весит на елки»	«Попади в обруч»

ЯНВАРЬ						
1 неделя	Ходить по кругу друг за другом полуприседе, перекатом с пятки на носок	Непрерывный бег в течении 1 – 1,5 мин	Перешагивать одну за другой рейки, приподнятые на высоте 20 см	Бросать мяч вверх, о землю и ловить его двумя руками	«если весело живется»	«Бег по кругу»
2 неделя	Ходить перешагивая кубики, обручи, гимнастические палки	Бегать с перестроением на бегу в пары, звенья	Прыжки в длину с разбега	Лазать по гимнастической стенке с изменением темпа	«Займи свободный стульчик»	«Очень скоро»
3 неделя	Ходить в колонне по одному в чередовании с выполнением и п.д «Аист» «Лошадка»	Оббегать предметы на носках, мелкими и широкими шагами	Пройти по ребристой доске, ступая на рейки носками	Бросать мяч вверх и ловить его одной рукой	«Угадайте!»	«Чей самолет взлетит быстрее»
4 неделя	Ходить в колонне по одному, по два, придерживаясь определенного направления	Бегать в колонне по одному, по два , придерживаясь определенного направления	Прыгать на одной ноге на месте и с продвижением в перед	Пролезать в обруч различными способами	«Машинист»	«Самолет»
ФЕВРАЛЬ						

1 неделя	Ходить по кругу друг за другом, меняя темп ходьбы	Бегать по кругу друг за другом, меняя темп бега	Стоять на одной ноге, руки вверх, вторая нога поднята коленном вперед	Метать в горизонтальную цель, мешочки с песком с расстояния 3-5 м	«Что нам делать, покажи»	«бег с препятствием»
2 неделя	Ходить с поворотами по сигналу	Бегать с поворотом по сигналу	Подпрыгивать на месте: ноги скрестно ноги врозь, одна нога вперед другая назад	Ползать на четвереньках с одновременным толканием мяча .	«Иголка и нитка»	«Раз,два,три повтори»
3 неделя	Ходить по кругу друг за другом полуприсяду, перекатом с пятки на носок	Непрерывный бег в течении 1 – 1,5 мин	Стоять на одной ноге, в сторону, руки вверх	Перебрасывать мяч из одной руки в другую	«Ловкие солдаты»	«Морская азбука»
4 неделя	Ходить перешагивая кубики, обручи, гимнастические палки	Бегать с перестроением на бегу в пары, звенья	Перепрыгивать с места предметы высотой 30 см	Переползать через несколько препятствий подряд	«Тик так тук»	«Кто строил дом?»
МАРТ						
1 неделя	Ходить по кругу друг за другом в	Бегать по кругу друг за другом в	Перепрыгивать на двух ногах боком	Прокатывать мячи по прямой,	«Путаница»	«Птицелов»

	чередовании с выполнением п.д «Пингвин д.р»	чередовании с выполнением п.д «Обезьяна»	вправо и влево	змейкой с помощью палочек		
2 неделя	Ходить в колонне по два по три перевешиваясь определенного направления	Бегать в колонне по два по три придерживаясь определенного направления		Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке	«Роза, фиалка»	«Наши дежурные»
3 неделя	Ходить по кругу друг за другом, выполняя задания	Бегать претставным шагом вправо и влево		Бросать мяч вверх и ловить его двумя руками	«Кто живет в речке»	«Краски и щука»
4 неделя	Ходить на прямых носках, не сгибая колеей, гимнастическим шагом, ставя ногу с носка	Бегать змейкой между предметами раставленные по одной линии	Прыгать в высоту с разбега		«Найди свой остров»	«Пятнашки»
АПРЕЛЬ						
1 неделя	Ходить в колонне, выполняя различные движения с разными	Пробежать под длинной крутящей скакалкой		Метать в горизонтальную цель мячи	«Мы приехали на дачу»	«Кто скорее»

	предметами					
2 неделя	Проходить 3-4 м закрытыми глазами	Выполнять челночный бег 3 раза по 8-10 м	Прыгать через короткую, длинную скакалку		«Земля и Луна»	«Мы мечтаем»
3 неделя	Ходить по кругу друг за другом в чередовании с выполнением п.д «Пингвин д.р»	Бегать по кругу друг за другом в чередовании с выподнением п.д «Обезьяна»		Бросать мяч вверх, о землю и ловить его двумя руками не менее 10 раз	«Поле пройдем»	«Золотое зернышко»
4 неделя	Ходить в колонне по два по три перевешиваясь определенного	Бегать в колонне по два по три придерживаясь определенного направления	Прыгать на одной ноге на месте и с продвижением вперед		«Почта»	«Почтальон»
МАЙ						
1 неделя	Ходить по кругу друг за другом, выполняя задания	Бегать претставным шагом вправо и влево			«Веселые солнышки»	«С поля с моря»
2 неделя	Ходить на прямых носках, не сгибая колесей, гимнастическим	Бегать змейкой между предметами раставленные по	Прыгать с ноги наногу на месте с продвижением	Бросать мяч вверх и ловить одной руки в другую	«Светофор»	«Пешеходный переход»

	шагом, ставя ногу с носка	одной линии	вперед			
3 неделя	Ходить в колонне, выполняя различные движения с разными предметами	Пробегать под длинной крутящей скакалкой		Перебрасывать мяч друг другу из разных исходных положений, разными способами	«шмель»	«бабочки весной»
4 неделя	Проходить 3-4 м закрытыми глазами	Выполнять челночный бег 3 раза по 8-10 м	Прыжки в длину с места и с разбега		«хорошие мои дела»	«эстафета с поворотами»

2.4. ПЕРСПЕКТИВНОГО ПЛАНИРОВАНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ПО ГРУППАМ.
УЧЕБНО- ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6-7 ЛЕТ

	I ЧАСТЬ	II ЧАСТЬ	III ЧАСТЬ	ОВД	МАЛОПОДВИЖНАЯ ИГРА	ПОДВИЖНАЯ ИГРА
СЕНТЯБРЬ						
1 неделя	Ходьба в колонне в	Бегать по кругу друг за другом	Пройти по веревке прямо и	Перебрасывать мяч друг другу	«Съедобное- несъедобное»	«Репка»

	чередовании с выполнением и п.д «Мышка», «Цыпленок» и др	на носках, сильно сгибая ноги в коленях назад	боком, по канату	из разных исходных положений, разными способами		
2 неделя	Ходьба в колонне по два, по три вдоль границ зала с поворотами	Бегать в колонне по одному с различным положением рук	Перепрыгивать на двух ногах боком вправо невысокие препятствия	Ползать по гимнастической скамейке с опорой на колени и предплечья	«Найди и промолчи»	«Попади в обруч»
3 неделя	Ходьба по кругу друг за другом боком в правую и левую стороны приставным шагом	Бегать по кругу друг за другом приставным шагом вправо и влево	Пройти по гимнастической скамейке приставным шагом	Бросать мяч вдаль из положения сидя, ноги скрестно	Тик-так-тук»	«Хлебушка»
4 неделя	Ходьба в колонне по одному вдоль границ зала боком в правую и левую стороны скрестными шагом	Бегать в колонне по одному вдоль границ зала боком в правую и левую стороны скрестным шагом	Прыгать через короткую скакалку на месте и с продвижением вперед	Ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками	«Осень наступила»	«Чье звено скорее собери»
ОКТАБРЬ						
1 неделя	Ходьба в	Бегать	Пройти по	Отбивать мяч	«Огород»	«Овощи»

	колонне с ускорение и замедлением темпа	медленно непрерывно до 2-3 мин	гимнастической скамейке, поднимая поочередно прямые ноги	поочередно правой и левой руками на месте		
2 неделя	Ходить по прямой лицом и спиной вперед	Выполнять челночный бег 3-4 раза по 8-10 м	Прыгать через длинную скакалку	Ползать по гимнастической скамейке на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь руками	«Эхо»	«Поймай мяч»
3 неделя	Ходьба в колонне в чередовании с выполнением и п.д «Мышка», «Цыпленок» и др	Бегать по кругу друг за другом на носках, сильно сгибая ноги в коленях назад	Пройти по гимнастической скамейке, поднимая по очереди прямые ноги, выполняя под ногой хлопок	То же с продвижением вперед	«Кузнечики, пчёлки, жуки»	«Добрый жук»
4 неделя	Ходьба в колонне по два, по три вдоль границ зала с поворотами	Бегать в колонне по одному с различным положением	Подпрыгивать на месте: ноги скрестно – ноги врозь	Лазать с одного пролета гимнастической стенке на другой по диагонали	«Ловушка»	«Цапли»

		рук				
НОЯБРЬ						
1 неделя	Ходьба по кругу друг за другом боком в правую и левую стороны приставным шагом	Бегать по кругу друг за другом приставным шагом вправо и влево	Пройти по узкой стороне гимнастической скамейке прямо	Отбивать мяч на месте с хлопком, с поворотом	«Мухомор»	«По грибы»
2 неделя	Ходьба в колонне по одному вдоль границ зала боком в правую и левую стороны скрестными шагом	Бегать в колонне по одному вдоль границ зала боком в правую и левую стороны скрестным	Прыгать с затыми между ногами мешочком с песком прямо и «змейкой»	Пролизать в обруч разными способами	«Кошка»	«Перемени предмет»
3 неделя	Ходьба в колонне с ускорение и замедлением темпа	Бегать медленно непрерывно до 2-3 мин	Стоять на одной ноге, руки в стороны	Перебрасывать мяч друг другу через сетку	«У белки в дупле»	«У всех своя зарядка»
4 неделя	Ходить по прямой лицом и спиной вперед	Выполнять челночный бег 3-4 раза по 8-10 м	Прыгать вверх из глубокого приседа	Подлезать под несколькими дугами подряд.	«Большая потеря»	«Не намочи ног»
Декабрь						
1 неделя	Ходьба в колонне в	Бегать по кругу друг за другом,	Пройти по веревке с	Бросать мяч вверх, о землю и	«Зима невидимка»	«Свиристы»

	чередовании с выполнением и п.д «Балерина», «Белка» др	выполняя и п.д «Волк», выбрасывая примые ноги вперед	остановкой по середине и поворотом	ловить его двумя руками не менее 10 раз подряд		
2 неделя	Ходить в колонне по три, по четыре вдоль границ зала с поворотом	Бегать в колонне по одному с различными положениями рук	Прыгать через короткую скакалку разными способами	Лазать с одного пролета гимнастической стенке на другую по диагонали	«У столяра Афанасия»	«Ловушка с мячом»
3 неделя	Ходить по кругу друг за другом с высоким подниманием коленей, широким шагом	Бегать по кругу, перепрыгивая через набивные мячи, препятствия	Пройти по гимнастической скамейке с остановкой по середине и поворотом	Вести мяч в разных направлениях одной рукой	«Что хотите то купите»	«Пузатый чайник»
4 неделя		Пробежать быстро 20м 2-3 раза с перерывами	Прыгать через длинную скакалку парами	Лазать по гимнастической стенке с изменением темпа	«Не урони снежки»	«Займи место»
ЯНВАРЬ						
1 неделя	Ходить в колонне по одному с поворотами в разные стороны	Бегать в колонне по одному с поворотами в разные	Пройти по гимнастической скамейке с остановкой посередине и	Перебрасывать друг другу набивные мячи	«Веселые друзья»	«Горелки»

		стороны	перешагиванием через предмет			
2 неделя	Ходить по прямой с ритмичными приковываниями во время ходьбы	Бегать по кругу друг за другом с высокими подниманием коленей, широким шагом	Прыгать через большой обруч	Ползать под несколькими дугами подряд прямо и боком	«Колеса»	«Машины разные нужны»
3 неделя	Ходьба в колонне в чередовании с выполнением и п.д «Балерина», «Белка» др	Бегать по кругу друг за другом, выполняя и п.д «Волк», выбрасывая прямые ноги вперед	Пройти по гимнастической скамейке с мешочком на голове	Метать мячи, мешочки с песком в движущую мишень	«Угадай-ка, подскажи»	«Школа мяча»
4 неделя	Ходить в колонне по три, по четыре вдоль границ зала с поворотом	Бегать в колонне по одному с различными положениями рук	Впрыгивать на мягкое покрытие высотой 20 см двумя ногами	Сидя на полу, продвигаться вперед без помощи рук	«охотники»	«Будут назиму дрова»
ФЕВРАЛЬ						
1 неделя	Ходить по кругу друг за другом с высоким подниманием	Бегать по кругу, перепрыгивая через набивные	Пройти по узкой стороне гимнастической скамейке боком	Метать мячи, мешочки с песком в горизонтальную	«Найди молоточек»	«Инструменты»

	коленей, широким шагом	мячи, препятствия		цель из разных положений		
2 неделя		Пробегать быстро 20м 2-3 раза с перерывами	Спрыгивать с высотой 30 см на мат, с последующими выполнением 4- 5 прыжков с продвижением вперед	Ползать по бревну на четвереньках с опорой на кисти рук и ступни ног	«Попугай»	«Зверушки наострите ушки»
3 неделя	Ходить в колонне по одному с поворотами в разные стороны	Бегать в колонне по одному с поворотами в разные стороны	Кружиться на месте с закрытыми глазами	То же в вертикальную цель	«Кто раньше дойдет до цветка»	«В горшочек посажу цветочек»
4 неделя	Ходить по прямой с ритмичными приковываниями во время ходьбы	Бегать по кругу друг за другом с высокими подниманием коленей, широким шагом	Прыгать в высоту с разбега	Подлезать под гимнастическую скамейку разными способами	«Море волнуется»	«Сети»
МАРТ						
1 неделя	Ходьба в колонне в чередовании с выполнением и	Бегать по кругу друг за другом выполняя п.д «Тигр и лев»		Метать мешочки с песком вдаль правой и левой руками на	«Тюльпан»	«Весна пришла»

	п.д «Мышка»,» Медведь» др	приставным шагом		соревнование		
2 неделя	Ходить в колонне по одному, по два, по четыре, в шеренге	Бегать в колонне по одному спиной вперед, по диагонали	Прыгать в длину с места	Лазить по гимнастической стенке чередующимся шагом одноименными способом	«Прогулка»	«Заря»
3 неделя	Ходить по кругу друг за другом в приседе и полуприсяду	Бегать по кругу через линии из кружка в кружок		Катать мячи правой и левой ногами по прямой между предметами	«Салют»	«Успей поймать»
4 неделя	Ходить в колонне по одному с выпадами вперед, перекатом с пятки на носок	Сочетать бег с ходьбой, прыжками ползанием	Прыгать в длину с разбега			«На Неве»
АПРЕЛЬ						
1 неделя	Ходить в колонне по одному с остановкой , с приседанием, с поворотом	Бегать по кругу друг за другом на носках, сильно сгибая ноги в коленях назад, с	Перебрасывать набивные мячи двумя руками снизу, от груди, сверху	То же разноименными способами	«В летнем саду»	«В зоопарке»

		высокими подниманием колен				
2 неделя	Ходить по кругу, чередую ходьбу с прыжками и бегом	Выполнять челночный бег 3-4 раз по 8-10 м	Прыгать в высоту с разбега	Ползать по гимнастической скамейки на спине, подтягиваясь руками хватом за головой и отталкиваясь ногами	«Веселая пантомима»	«Муха- Цокотуха»
3 неделя	Ходьба в колонне в чередовании с выполнением и п.д «Мышка»,» Медведь» др	Бегать по кругу друг за другом выполняя п.д «Тигр и лев» приставным шагом		Перебрасывать мяч друг другу с отскоком от земли, из- за головы от груди на месте	«Если свет зажегся красным»	«Поросята и волк»
4 неделя	Ходить в колонне по одному, по два, по четыре, в шеренге	Бегать в колонне по одному спиной вперед, по диагонали	Впрыгивать на мягкое покрытие высотой 20 см двумя ногами с разбега	Ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками	«Удивительная птичка»	«эстафета с длинной скакалкой»
МАЙ						
1 неделя	Ходить по кругу друг за другом в приседе и	Бегать по кругу через линии из кружка в		Перебрасывать мяч друг другу от груди во время	«Подарки тетушки»	«Эстафета по кругу»

	полуприсяду	кружок		ходьбы и бега		
2 неделя	Ходить в колонне по одному с выпадами вперед, перекатом с пятки на носок	Сочетать бег с ходьбой, прыжками подлезанием	Прыгать вверх из глубокого приседа на месте и с продвижением вперед	Ползать по гимнастической скамейки на спине, подтягиваясь руками хватом за головой и отталкиваясь ногами	«Дни недели»	«Возвращаются певцы»
3 неделя	Ходить в колонне по одному с остановкой, с приседанием, с поворотом	Бегать по кругу друг за другом на носках, сильно сгибая ноги в коленях назад, с высокими подниманием колен		Вести мяч в разных направлениях одной рукой	«Подскажи словечко»	«Не урони орешек»
4 неделя	Ходить по кругу, чередуя ходьбу с прыжками и бегом	Выполнять челночный бег 3-4 раз по 8-10 м	Прыгать через большой обруч	Влезать по канату на доступную высоту со страховкой	«Замечательный класс»	«Первый раз первый класс»

2.5 ОРГАНИЗАЦИЯ И ФОРМЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С РОДИТЕЛЯМИ (ЗАКОННЫМИ ПРЕДСТАВИТЕЛЯМИ) ВОСПИТАННИКОВ.

Главными целями взаимодействия с семьями обучающихся дошкольного возраста являются:

- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности
- родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья
- детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов;
- обеспечение единства подходов к воспитанию и обучению детей в условиях ДОО и семьи;
 - повышение воспитательного потенциала семьи.

Достижение этих целей осуществляется через решение основных задач:

- 1) информирование родителей (законных представителей) и общественности относительно целей ДО, общих для всего образовательного пространства Российской Федерации, о мерах господдержки семьям, имеющим детей дошкольного возраста, а также об образовательной программе, реализуемой в ДОО;
- 2) просвещение родителей (законных представителей), повышение их правовой, психолого- педагогической компетентности в вопросах охраны и укрепления здоровья, развития и образования детей;
- 3) способствование развитию ответственного и осознанного родительства как базовой основы благополучия семьи;
- 4) построение взаимодействия в форме сотрудничества и установления партнёрских отношений с родителями (законными представителями) детей младенческого, раннего и дошкольного возраста для решения образовательных задач;
- 5) вовлечение родителей (законных представителей) в образовательный процесс.

Особое внимание в просветительской деятельности ДОО уделяется повышению уровня компетентности родителей (законных представителей) в вопросах здоровья и сохранения ребёнка.

Реализация данной темы осуществляется в процессе следующих направлений просветительской деятельности:

- 1) информирование о факторах, положительно влияющих на физическое и психическое здоровье ребёнка (рациональная организация режима дня ребёнка, правильное питание в семье, закаливание, организация двигательной активности, благоприятный психологический микроклимат в семье и спокойное общение с ребёнком и другое), о действии негативных

факторов (переохлаждение, перегревание, перекармливание и другое), наносящих непоправимый вред здоровью ребёнка;

2) информирование родителей (законных представителей) об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях ДОО и семьи в решении данных задач;

3) знакомство родителей (законных представителей) с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в ДОО;

4) информирование родителей (законных представителей) о негативном влиянии на развитие детей систематического и бесконтрольного использования IT-технологий (нарушение сна, возбудимость, изменения качества памяти, внимания, мышления; проблемы социализации и общения и другое).

Направления деятельности реализуются в разных формах (групповых и (или) индивидуальных) посредством различных методов, приемов и способов взаимодействия с родителями (законными представителями):

1) диагностико-аналитическое направление реализуется через опросы, социологические

срезы, индивидуальные блокноты, «почтовый ящик», педагогические беседы с родителями

(законными представителями); дни (недели) открытых дверей, открытые просмотры занятий и

других видов деятельности детей и так далее;

2) просветительское и консультационное направления реализуются через групповые родительские собрания, конференции, круглые столы, семинары-практикумы, тренинги и ролевые игры, консультации, педагогические гостиные, родительские клубы и другое;

План работы с родителями воспитанников

Месяц	Наименование мероприятия
Сентябрь	Физкультурный праздник «Здравствуй осень» мини эстафеты Консультация для родителей «Добрачная помощь пострадавшему» Игровая программа «Берегите руки, ноги, не шалите на дороге»
Октябрь	Стендовая информация «Физическое развитие ребенка. С чего начать?» Игровая программа «Приключения Мигалкина», в рамках недели дорожной безопасности
Ноябрь	Игровая программа, посвященная дню здоровья Информация «Безопасность в Вашем доме»

Декабрь	Консультация «Советы инструктора по физической культуре. Какой вид спорта нужен вашему ребенку?»
Январь	Стендовая информация «Игровые физкультурные тренинги для всей семьи» Консультация «Организация активного отдыха»
Февраль	Информация для родителей «Десять советов по укреплению Физического здоровья детей»
Март	Стендовая информация «Физкультура в детском саду» Развлечение. Эстафеты «Мамины помощники» Консультация для родителей «Внимание плоскостопие!!»
Апрель	Стендовая информация «Физическое воспитание ребенка в семье» Консультация «Советы по обучению дошкольников езде на велосипеде»
Май	Тематическое занятие «Это день Победы». Малые олимпийские игры Консультация «Физическое развитие детей в игровой форме.»

III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Успешная реализация Программы обеспечивается следующими психолого-педагогическими условиями:

- 1) признание детства как уникального периода в становлении человека, понимание неповторимости личности каждого ребёнка, принятие воспитанника таким, какой он есть, со всеми его индивидуальными проявлениями; проявление уважения к развивающейся личности, как высшей ценности, поддержка уверенности в собственных возможностях и способностях у каждого воспитанника;
- 2) решение образовательных задач с использованием как новых форм организации процесса образования (проектная деятельность, образовательная ситуация, образовательное событие, обогащенные игры детей в центрах активности, проблемно-обучающие ситуации в рамках интеграции образовательных областей и другое), так и традиционных (фронтальные, подгрупповые, индивидуальные занятия). При этом занятие рассматривается как дело, занимательное и интересное детям, развивающее их; деятельность, направленная на освоение детьми одной или нескольких образовательных областей, или их интеграцию с использованием разнообразных педагогически обоснованных форм и методов работы, выбор которых осуществляется педагогом;
- 3) обеспечение преемственности содержания и форм организации образовательного процесса, в т.ч. дошкольного и начального общего уровней образования (опора на опыт детей, накопленный на предыдущих этапах развития, изменение форм и методов образовательной работы, ориентация на стратегический приоритет непрерывного образования – формирование умения учиться);
- 4) учёт специфики возрастного и индивидуального психофизического развития обучающихся (использование форм и методов, соответствующих возрастным особенностям детей; видов деятельности, специфических для каждого возрастного периода, социальной ситуации развития);
- 5) создание развивающей и эмоционально комфортной для ребёнка образовательной среды, способствующей эмоционально-ценностному, социально-личностному, познавательному, эстетическому развитию ребёнка и сохранению его индивидуальности, в которой ребёнок реализует право на свободу выбора деятельности, партнера, средств и прочее;
- 6) построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
- 7) индивидуализация образования (в т.ч. поддержка ребёнка, построение его образовательной траектории) и оптимизация работы с группой детей, основанные на результатах педагогической диагностики (мониторинга);

- 8) совершенствование образовательной работы на основе результатов выявления запросов родительского и профессионального сообщества;
- 9) психологическая, педагогическая и методическая помощь и поддержка, консультирование родителей (законных представителей) в вопросах обучения, воспитания и развития детей, охраны и укрепления их здоровья;
- 10) вовлечение родителей (законных представителей) в процесс реализации образовательной программы и построение отношений сотрудничества в соответствии с образовательными потребностями и возможностями семьи обучающихся;
- 11) формирование и развитие профессиональной компетентности педагогов, психолого- педагогического просвещения родителей (законных представителей) воспитанников
- 12) непрерывное психолого-педагогическое сопровождение участников образовательных отношений в процессе реализации Программы, обеспечение вариативности его содержания, направлений и форм, согласно запросам родительского и профессионального сообществ;
- 13) взаимодействие с различными социальными институтами (сферы образования, культуры, физкультуры и спорта, другими социально-воспитательными субъектами открытой образовательной системы), использование форм и методов взаимодействия, востребованных современной педагогической практикой и семьей, участие всех сторон взаимодействия в совместной социально-значимой деятельности;
- 14) использование широких возможностей социальной среды, социума как дополнительного средства развития личности, совершенствования процесса её социализации;
- 15) предоставление информации о Программе семье, заинтересованным лицам, вовлеченным в образовательную деятельность, а также широкой общественности;
- 16) обеспечение возможностей для обсуждения Программы, поиска, использования материалов, обеспечивающих её реализацию, в т.ч. в информационной среде.

3.2 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ, ОБЕСПЕЧЕННОСТЬ МЕТОДИЧЕСКИМИ МАТЕРИАЛАМИ И СРЕДСТВАМИ ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ

В спортивных залах созданы материально-технические условия, обеспечивающие:

- 1) возможность достижения обучающимися планируемых результатов освоения Программы;
- 2) выполнение требований санитарно-эпидемиологических правил и гигиенических нормативов, содержащихся в СП 2.4.3648-20, СанПиН 1.2.3685-21:к условиям размещения организаций, осуществляющих образовательную деятельность;

- помещениям, их оборудованию и содержанию;
 - естественному и искусственному освещению помещений;
 - отоплению и вентиляции;
 - водоснабжению и канализации;
 - организации режима дня;
 - организации физического воспитания;
- 3) выполнение требований пожарной безопасности и электробезопасности;
- 4) выполнение требований по охране здоровья обучающихся и охране труда работников детского сада.

Наименование оборудования, учебно-методических и игровых материалов в спортивно-музыкальном зале

№	Наименование оборудования	Количество
1	Шведская стенка	2штуки
2	Веревочная лесенка	1штука
3	Канат	1штука
4	Гимнастические скамейки	2штуки
5	Мячи большие	25 штук
6	Мячи средние	25 штук
7	Набор «На старт»: Держатели для обручей - 6 шт., гимнастические палки (1 м) - 12 шт., эстафетные палочки – 12 шт., держатели гимнастических палок – 12 шт., блинчики – 12 шт., сумка -1шт., комплект геометрических фигур – 2 шт., следочки (цыпочки, пяточки) – 36 шт., комплект цифр – 1 шт., шары, диаметр 8 см – 12 шт., канаты (6м) - 2 шт., скакалки - 12 шт., обручи – 6 шт. ,прыгалки - 12 штук	1шт
8	Тоннели складные	2штуки
9	Гусеница тоннель	1 штука
10	Сенсорной мяч	1штука
11	Деревянные лошадки	9 штук
12	Стойка для прыжков регулируемая	1штука
13	Маты дерматиновые желтые	2штуки
14	Мат пятнистый	1штука
15	Баскетбольная стойка	1штука

16	Тактильная дорожка	1 штука
17	Палки зеленые большие	40 штук
18	Палки синие маленькие	17 штук
19	Дуги	4 штуки
20	Обручи алюминиевые	8 штук
21	Обручи пластмассовые	4 штуки
22	Прыгалки	10 штук
23	Тренажеры	
23.1	Беговая дорожка	1 штука
23.2	Батут индивидуальный	1 штука
23.3	Силовой со штангой	1 штука
24.3	Гребля	1 штука
24	Шахматная доска с шашками напольная	1 штука
25	Корзинки плетенные	2 штуки
26	Конусные стойки	10 штук
27	Индивидуальные коврики	11 штук
28	Корзина под мячи	2 штуки
29	Полка под мячи деревянная	1 штука
30	Мешочки для метания	14 штук
31	Музыкальный центр	1 штука
32	Интерактивная доска	1 штука

НАИМЕНОВАНИЕ ОБОРУДОВАНИЯ, УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИХ И ИГРОВЫХ МАТЕРИАЛОВ В ГРУППАХ

	Младшая, средняя группы	Старшая, подготовительная группы
Теоретический материал	Картотека подвижных игр; картотека малоподвижных игр; картотека физкультминуток; картотека утренних гимнастик; иллюстрированный материал по зимним и летним видам спорта	

	символика и материалы по истории Олимпийского движения	
Игры	дидактические игры о спорте: настольно-печатные игры, лабиринт, разрезные картинки, пазлы, игры с фишками, спортивные настольные игры (хоккей, баскетбол, футбол и т. д.)	дидактические игры о спорте, лабиринт, разрезные картинки, пазлы, игры с фишками, спортивные настольные игры (хоккей, баскетбол, футбол и т. д.)
Для профилактики плоскостопия и развития мелкой моторики рук	мешочки с крупой (бобы, горох, фасоль и т. д.) в разных формах для ходьбы; коврики и массажные; бросовый материал (шишки, «яйца» от киндер-сюрпризов и т. д.) для захвата и переключивания с места на место стопами и пальцами ног. Нестандартное оборудование, сделанное своими руками; мячики – ежики	
Для игр и упражнений с прыжками, с бросанием, ловлей, метанием	Скакалки, обручи, ленточки Мячи разного размера, кольцоброс, кегли, мячи резиновые; скакалки; обручи; хоккейные клюшки;	Скакалки, обручи Мячик для настольного тенниса с ракеткой, мячи разного размера, кольцоброс, кегли, мячи резиновые; скакалки; обручи, хоккейные клюшки

3.3. СИСТЕМА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№	Мероприятия	Группа ДОУ	Периодичность	Ответственный
	I. Мониторинг			
1	Определение уровня физического развития	Все	2 раза в год (сентябрь и апрель)	Инструктор по физкультуре, воспитатели групп
2	Медосмотр	Все	1 раз в год (весна)	Специалисты детской поликлиники, врач-

				педиатр
	II. Двигательная деятельность			
1	Утренняя гимнастика	Все группы (кроме групп раннего возраста)	Ежедневно	Воспитатели групп или инструктор по физкультуре
2	Занятия по физической культуре	Все группы	3 раза в неделю	Инструктор по физкультуре, воспитатели групп
	Физкультминутки, физкультпаузы, в т.ч. пальчиковая гимнастика.	Все группы	Ежедневно (во время утренних занятий, между занятиями)	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели
	Динамические паузы	Все группы	Ежедневно	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели
	Свободная самостоятельная двигательная деятельность детей в помещении и на прогулке	Все группы	Ежедневно	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели
	Подвижные игры	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
	Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
	Спортивные упражнения	Все группы	По календарному плану	Воспитатели групп
	Спортивные игры	Старшая, подготовительная группы	По календарному плану	Воспитатели групп
	Физкультурные	Все группы (кроме	1 раз в месяц	Инструктор по физкультуре

	досуги	групп раннего возраста)		
	Физкультурные праздники	Все	2 раза в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
	Неделя спорта	Все группы (кроме групп раннего возраста)	январь	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
	День Здоровья	Все группы (кроме групп раннего возраста)	Ноябрь, февраль, май	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
	Профилактические мероприятия			
	Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режимы проветривания, утренние фильтры, работа с родителями)	Все группы	В неблагоприятные периоды (осень-весна) возникновения инфекции)	Завхоз
	Гимнастика для глаз	Все дети	В течение года	Воспитатели
	Закаливание			
	Ходьба босиком	Все группы	После сна	Воспитатели
	Облегченная одежда детей	Все группы	В течение дня	Воспитатели, помощник воспитатели
	Мытье рук, лица.	Все группы	В течение дня	Воспитатели,

				ПОМОЩНИК ВОСПИТАТЕЛИ
--	--	--	--	-------------------------

СТРУКТУРА РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

3.4. ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА

Формы организации	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготови тельная группа
Физкультурная ОД	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 мин
Утренняя гимнастика	6-8 мин	6-8 мин	8-10мин	10-12мин
Подвижные игры и физические упражнения в группе	Ежедневно 10 - 15 мин	Ежедневно 15 - 20 мин	Ежедневно 15 - 20 мин	Ежедневно 20 - 25 мин

Физминутка во время занятия	Ежедневно 1-3мин	Ежедневно 3-5мин	Ежедневно 3-5мин	Ежедневно 3-5мин
Подвижная игра и физические упражнения на прогулке (утренняя и вечерняя)	Ежедневно 2 раза – 15-20 мин	Ежедневно 2 раза – 20-25 мин	Ежедневно 2 раза – 20-25 мин	Ежедневно 2 раза – 25-30 мин
Инд.раб. по развитию движений на прогулке	8-10мин	10-12 мин	10-15 мин	10-15 мин
Гимнастика после дневного сна	5-10 мин	5-10 мин	5-10 мин	5-10 мин
Спортивные развлечения	15-20 мин	20-25 мин	20-25 мин	25-30мин
Спортивные праздники	40 мин/2р/г		60 мин/2р/г	
Самостоятельная двигательная деятельность	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 ми

3.5. ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ СО СПЕЦИАЛИСТАМИ

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

Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя

Перед физкультурной воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей и обувью, чтобы были сняты майки и у детей ничего не находилось в руках и во рту. Перестраивает детей по росту: от самого высокого ребенка до самого низкого. Во время выполнения общеразвивающих упражнений помогает исправлять ошибки, при выполнении сложно-координационных упражнений помогает страховать детей. Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель умело должен применять на утренней гимнастике и в повседневной жизни детей.

Срок проведения	Тема консультаций	С кем проводится
Сентябрь	«Гигиеническое значение спортивной формы»	Воспитатели всех групп
Октябрь	Подведение итогов диагностики	Воспитатели всех групп
Ноябрь	«Нетрадиционные методы оздоровления дошкольников»	Воспитатели всех групп
Декабрь	«Значение физ. минуток»	Воспитатели всех групп
Февраль	«Подвижные игры – путь к ЗОЖ»	Воспитатели всех групп
Март	«Весенние подвижные игры»	Воспитатели всех групп
Апрель	«Подвижные игры по произведениям художественной литературы»	Воспитатели всех групп
Май	«Эффективность физкультурно- оздоровительной работы в 2023 – 2024 учебном году»	Педсовет

Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя

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

Инструктор по физической культуре совместно с музыкальным руководителем

планирует, составляет и проводит спортивно-музыкальные досуги и праздники. Украшают зал перед проведением открытых мероприятий, изготавливают новые атрибуты.

3.6. РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ДЕНЬ НЕДЕЛИ	ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ
Понедельник	15.30 Физкультура в помещении
Среда	16.00 Физкультура в помещении
Пятница	11,30 Физическая культура на свежем воздухе

3.7. ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Программно - методический комплект для детей раннего возраста	
Программ а с семьёй Взаимодействие	Обязательная часть Федеральная адаптированная образовательная программа дошкольного образования, утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22 ноября 2022 г. N 1022
	1 Глебова С.В. Детский сад – семья: аспекты взаимодействия. Практическое пособие для методистов, воспитателей и родителей. – Воронеж: ТЦ «Учитель», 2005. Свирская Л. Работа с семьёй: необязательные инструкции: методическое пособие для работников дошкольных образовательных учреждений. – М.: ЛИНКА – ПРЕСС, 2007
Педагогическая диагностика	ФГОС ДО: практика реализации Афонькина Ю.А. Педагогический мониторинг в новом контексте образовательной деятельности. Изучение индивидуального развития детей. Подготовительная группа. Издательство: «Учитель», 2019 г. Мониторинг проходит с использованием методических рекомендаций Н.Л. Петренкиной «Определение физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста: методические рекомендации»; «Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: методические рекомендации» Т.А.Тарасова. <u>Государственные требования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) Первая ступень (возрастная группа от 6 до 7 лет включительно) Приказ Минспорта России от 22.02.2023 N 117 Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса Готов к труду и обороне (ГТО) (Зарегистрировано в Минюсте России 28.03.2023 N 72751)</u>

ПРИЛОЖЕНИЕ

ЛИСТ ЗДОРОВЬЯ ВОСПИТАННИКОВ

№ п/ п	Ф.И ребенка	Группа здоровья		Рост		Вес		Окружность груди		Окружность головы	
		н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г

