МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД «ЗВЁЗДОЧКА»

694521Сахалинская область, Южно-Курильский район, с. Крабозаводское, ул. Нагорная 19
Тел./факс: 8(42455)96-0-86, E-mail: yukgo.mbdouz@sakhalin.gov.ru
ОГРН:1036506400380 ИНН: 6518006806КПП:651801001

«СОГЛАСОВАНО»

Педагогическим советом

МБДОУ «Детский сад «Звёздочка»

протокол № 1 от 30.08.2023г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ детский сад «Звёздочка»

_____/Степанова О.В./

Приказ № 46-ОД от 30 августа 2023 г.

Степанова Ольга Владимировна

Подписан: Степанова Ольга Владимировна
DN: C=RU, S=Сахалинская область, L=Крабозаводское, T=Заведующая, O="МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД ""ЗВЁЗДОЧКА""", СНИЛС=09681672115, ИНН=030201068294, E=zvezda.krab@bk.ru, G=Ольга Владимировна, SN=Степанова, CN=Степанова Ольга Владимировна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2023-09-11 14:46:39
Foxit Reader Версия: 9.7.1

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ДЛЯ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ ОТ 2 ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ

НА 2023–2024 УЧЕБНЫЙ ГОД

с. Крабозаводское
2023 год

№ п/п	Содержание	Стр.
1	**ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**	**3**
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Планируемые результаты (целевые ориентиры) реализации рабочей программы	9
1.3	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	12
2	**СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**	**15**
2.1	Содержание образования (обучения и воспитания) по образовательной области «Физическое развитие»	15
2.2	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы	19
2.3	Способы и направления поддержки детской инициативы	23
2.4	Организация коррекционно-развивающей работы	24
2.5	Организация воспитательного процесса	26
2.6	План образовательной деятельности	29
2.7	Особенности взаимодействия с семьями обучающихся	32
3	**ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**	**35**
3.1	Психолого-педагогические условия реализации рабочей программы	35
3.2	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	37
3.3	Материально-техническое обеспечение программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	39
3.4	Кадровые условия реализации рабочей программы	40

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1.1. Цели и задачи реализации рабочей программы

Рабочая программа разработана в соответствии:

с Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

с ФГОС дошкольного образования (утв. приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155);

с Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования (утв. приказом Министерства просвещения РФ от 31.07.2020 г. № 373);

с Федеральной образовательной программой дошкольного образования (утв. приказом Минпросвещения РФ от 25.11.2022 г. № 1028);

с образовательной программой МБДОУ детский сад «Звёздочка» (утв. Приказ № 46-ОД)

Рабочая программа направлена на реализацию обязательной части основной образовательной программы МБДОУ детский сад «Звёздочка» и части, формируемой участниками образовательных отношений.

Программа является основой для преемственности образования детей дошкольного возраста.

Цель рабочей программы - разностороннее физическое развитие ребёнка в период дошкольного детства с учётом возрастных и индивидуальных особенностей и образовательных потребностей.

Задачи рабочей программы

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в т.ч. музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;

развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;

формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;

укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;

закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:

воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;

формирование у ребёнка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;

становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;

воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;

приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;

формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

1.1.2. Принципы и подходы к формированию рабочей программы

Рабочая программа построена на следующих принципах дошкольного образования, установленных ФГОС ДО:

1) полноценное проживание ребёнком всех этапов детства, обогащение (амплификация) детского развития;

2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;

3) содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей 3-4 лет, а также педагогических работников (далее вместе - взрослые);

4) признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

5) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

6) сотрудничество с семьей;

7) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;

8) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в различных видах деятельности;

9) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);

10) учёт этнокультурной ситуации развития детей.

Основными подходами к формированию рабочей программы являются:

деятельностный подход, предполагающий развитие ребенка в деятельности, включающей такие компоненты как самоцелеполагание, самопланирование, самоорганизация, самооценка, самоанализ;

интегративный подход, ориентирующий на интеграцию процессов обучения, воспитания и развития в целостный образовательный процесс в интересах развития ребенка;

индивидуальный подход, предписывающий гибкое использование педагогами различных средств, форм и методов по отношению к каждому ребенку;

личностно-ориентированный подход, который предусматривает организацию образовательного процесса на основе признания уникальности личности ребенка и создания условий для ее развития на основе изучения задатков, способностей, интересов, склонностей;

средовый подход, ориентирующий на использование возможностей внутренней и внешней среды образовательной организации в воспитании и развитии личности ребенка.

1.1.3. Значимые для разработки и реализации рабочей программы характеристики, в т.ч. характеристики особенностей развития детей 3-4 лет

При разработке рабочей программы учитывались следующие значимые характеристики: географическое месторасположение; социокультурная среда; контингент воспитанников; характеристики особенностей развития детей.

Характеристика контингента обучающихся 3-4 лет

Отделение себя от взрослого - характерная черта кризиса 3 лет.

Эмоциональное развитие ребёнка этого возраста характеризуется проявлениями таких чувств и эмоций, как любовь к близким, привязанность к воспитателю, доброжелательное отношение к окружающим, сверстникам.

Поведение ребёнка непроизвольно, действия и поступки ситуативны.

Дети 3-4 лет усваивают некоторые нормы и правила поведения, связанные с определёнными разрешениями и запретами, могут увидеть несоответствие поведения другого ребёнка нормам и правилам поведения.

В 3 года ребёнок начинает осваивать гендерные роли и гендерный репертуар: девочка-женщина, мальчик-мужчина.

Физическое развитие детей 3-4 лет имеет свою специфику, обусловленную их анатомо-физиологическими и психологическими особенностями.

Обычно физическое развитие ребёнка 3 лет определяется следующими параметрами: рост 96 (допускается отклонение в 4 см), вес 12 (плюс-минус 1 кг), окружность груди 51 (больше-меньше на 2 см), окружность головки 48 см, молочных зубов должно быть около 20.

Объём черепной коробки в 3 года составляет почти 80% от примерного объёма черепа, диагностируемого у взрослого человека.

Изгибы позвоночника неустойчивы, суставы и кости легко деформируются под влиянием негативных внешних воздействий.

Диаметр мышц существенно увеличивается в несколько раз, мышечные волокна дифференцируются. На начальном этапе крупная мускулатура развита больше, чем мелкая. Но с течением времени движения пальцев и кистей совершенствуются, если физическое развитие идёт в соответствии с нормой.

Просветы дыхательных путей (носовые ходы, трахея, гортань, бронхи) пока всё ещё максимально узкие. Выстилающая их слизистая оболочка нежна и быстро ранима. Поэтому одной из физических особенностей этого возраста являются частые воспалительные заболевания органов дыхания. Ребёнок не может регулировать дыхание на сознательном уровне и сочетать его с собственными движениями.

Сердце работает без проблем в условиях посильных нагрузок. Кровообращение очень быстрое. Давление — 95 на 58.

В этот период высока потребность ребёнка в движении (его двигательная активность составляет не менее половины времени бодрствования).

Все эти особенности физического развития детей в 3-4 года достаточно условны. Маленькие организмы могут развиваться по индивидуальным траекториям с учётом каких-то болезней, но отклонения от этих норм не должны быть значительными. В соответствии с этими моментами ребёнок должен обладать определённым набором знаний, умений и навыков, характерным для данного возраста.

Дети 3-4-х лет овладевают навыками самообслуживания.

Накапливается определённый запас представлений о разнообразных свойствах предметов, явлениях окружающей действительности и о себе самом.

В 3 года *складываются некоторые пространственные представления.*

Представления ребёнка четвёртого года жизни о явлениях окружающей действительности обусловлены, с одной стороны, психологическими особенностями возраста, с другой - его непосредственным опытом.

Внимание детей четвёртого года жизни непроизвольно.

Память детей 3 лет непосредственна, непроизвольна и имеет яркую эмоциональную окраску.

*Мышлени*е трёхлетнего ребёнка является наглядно-действенным.

В 3 года *воображение* только начинает развиваться, и прежде всего это происходит в игре.

В младшем дошкольном возрасте ярко выражено *стремление к деятельности.*

В 3-4 года ребёнок начинает чаще и охотнее вступать в общение со сверстниками ради участия в общей игре или продуктивной деятельности.

Главным средством общения со взрослыми и сверстниками является *речь.*

В 3-4 года в ситуации взаимодействия с взрослым продолжает формироваться интерес к книге и литературным персонажам.

Социальный паспорт группы

№ п/п	Фамилия, имя, отчество обучающегося	Дата рождения	Пол	Группа здоровья
Вторая младшая группа				
1	Копылов Валентин Никитович	06.01.2020г	муж.	**II**
2	Зиновьев Данил Викторович	18.04.2020г	муж.	**II**
3	Мельничук Сергей Иванович	10.09.2020г	муж.	**III**
4	Алимова Виктория Аминьзяновна	07.02.2021г	жен.	**I**
Старшая разновозрастная группа				
1	Басиев Сагит Тамерланович	28.2.2018г	муж.	**II**
2	Боцман Лия Николаевна	14.10.2017г	жен.	**I**
3	Брошкин Руслан Дмитриевич	19.09.2018г	муж.	**II**
4	Мухаметжанова Анелия Адлхановна	13.06.2017г	жен.	**I**

5	Махно Артём Алексеевич	31.07.2019г	муж.	**I**
6	Захарин Михаил Павлович	28.06.2018г	муж.	**V**
7	Иванишвили Даяна Тимуровна	17.09.2019г	жен.	**I**
8	Котченко Екатерина Павловна	08.09.2019г	жен.	**I**
9	Лекомцева Софья Владимировна	03.08.2017г	жен.	**I**
10	Немчинова Вероника Евгеньевна	02.11.2017г	жен.	**III**
11	Прилепина Милана Максимовна	15.01.2018г	жен.	**I**

на 01.09.2023 г.:
Наполняемость группы:
Младшая группа

- нормативная - 21чел.
- фактическая - 4 чел.

Распределение по полу:

- мальчиков - 3 чел.
- девочек - 1 чел.

Распределение по группам здоровья:

- 1 группа - 1 чел. (25%)
- 2 группа - 2 чел. (50%)
- 3 группа - 1чел. (25%)

Наполняемость группы:
Старшая группа

- нормативная - 25 чел.
- фактическая - 11 чел.

Распределение по полу:

- мальчиков - 4 чел.
- девочек - 7 чел.

Распределение по группам здоровья:

- 1 группа - 6 чел. (54%)
- 2 группа - 2 чел. (18%)
- 3 группа - 2 чел. (18%)
- 5 группа – 1чел. (9%)

Социальный паспорт семей обучающихся

Информация	Кол-во	%
Списочный состав обучающихся	**15**	
Количество семей:	**15**	
имеющих 1 ребенка	**3**	**20**
имеющих 2 детей	**11**	**73,3**
имеющих 3 детей	**2**	**13,3**
Социальная структура семей:		

полных семей	**13**	**86,6**
неполных семей	**2**	**13,3**
Образовательный уровень родителей		
среднее общее образование	**7**	**46,6**
среднее профессиональное образование	**13**	**86,6**
высшее профессиональное образование	**8**	**53,3**

Целевые группы обучающихся
для оказания им адресной психологической помощи
и включения их в программы психолого-педагогического сопровождения
(для организации коррекционно-развивающей работы)

№ п/п	Целевая группа	Фамилия, имя обучающегося	Другое
1	**Нормотипичные дети с нормативным кризисом развития**	0	0
2	**Обучающиеся с особыми образовательными потребностями**	0	
2.1	обучающиеся с ОВЗ	1	0
2.2	обучающиеся по индивидуальному учебному плану (учебному расписанию) на основании медицинского заключения (дети, находящиеся под диспансерным наблюдением, в т.ч. часто болеющие дети)	1	0
2.3	обучающиеся, испытывающие трудности в освоении образовательных программ, развитии, социальной адаптации	1	0
2.4	одаренные обучающиеся	0	0
3	Дети и (или) семьи, находящиеся в трудной жизненной ситуации, признанные таковыми в нормативно установленном порядке	0	0
4	Дети и (или) семьи, находящиеся в социально опасном положении (безнадзорные, беспризорные, склонные к бродяжничеству), признанные таковыми в нормативно установленном порядке	0	0
5	Обучающиеся «группы риска»: проявляющие комплекс выраженных факторов риска негативных проявлений (импульсивность, агрессивность, неустойчивая или крайне низкая (завышенная) самооценка, завышенный уровень притязаний)	0	0

1.2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Содержание и планируемые результаты ООП ДО должны быть не ниже соответствующих содержания и планируемых результатов Федеральной образовательной программы для детей к 4 годам.

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного возраста и системные особенности ДО делают неправомерными требования от ребёнка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений.

Поэтому планируемые результаты освоения ООП ДО представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребёнка к 4 годам.

Это связано с неустойчивостью, гетерохронностью и индивидуальным темпом психического развития детей в дошкольном детстве, особенно при прохождении критических периодов. По этой причине ребёнок может продемонстрировать обозначенные в планируемых результатах возрастные характеристики развития раньше или позже заданных возрастных ориентиров.

Степень выраженности возрастных характеристик возможных достижений может различаться у детей одного возраста по причине высокой индивидуализации их психического развития и разных стартовых условий освоения образовательной программы. Обозначенные различия не являются основанием для констатации трудностей ребёнка в освоении программы и не подразумевают его включения в соответствующую целевую группу.

- **1.2 Планируемые результаты (целевые ориентиры) освоения ОП ДО :**

- Планируемые результаты в дошкольном возрасте.
- **К трём годам:**
- у ребёнка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки, повторяет за взрослым простые имитационные упражнения, понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам; с желанием играет в подвижные игры;
- ребёнок демонстрирует элементарные культурно-гигиенические навыки, владеет простейшими навыками самообслуживания (одевание, раздевание, самостоятельно ест и тому подобное);
- ребёнок стремится к общению со взрослыми, реагирует на их настроение;
- ребёнок проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им; играет рядом;
- ребёнок понимает и выполняет простые поручения взрослого;
- ребёнок стремится проявлять самостоятельность в бытовом и игровом поведении;
- ребёнок способен направлять свои действия на достижение простой, самостоятельно поставленной цели; знает, с помощью каких средств и в какой последовательности продвигаться к цели;
- ребёнок владеет активной речью, использует в общении разные части речи, простые предложения из 4-х слов и более, включенные в общение; может обращаться с вопросами и просьбами;
- ребёнок проявляет интерес к стихам, сказкам, повторяет отдельные слова и фразы за взрослым;
- ребёнок рассматривает картинки, показывает и называет предметы, изображенные на них;
- ребёнок различает и называет основные цвета, формы предметов, ориентируется в основных пространственных и временных отношениях;
- ребёнок осуществляет поисковые и обследовательские действия;
- ребёнок знает основные особенности внешнего облика человека, его деятельности; свое имя, имена близких; демонстрирует первоначальные представления о населенном пункте, в котором живет (город, село и так далее);
- ребёнок имеет представления об объектах живой и неживой природы ближайшего окружения и их особенностях, проявляет положительное отношение и интерес к взаимодействию с природой, наблюдает за явлениями природы, старается не причинять вред живым объектам;

- ребёнок с удовольствием слушает музыку, подпевает, выполняет простые танцевальные движения;
- ребёнок эмоционально откликается на красоту природы и произведения искусства;
- ребёнок осваивает основы изобразительной деятельности (лепка, рисование) и конструирования: может выполнять уже довольно сложные постройки (гараж, дорогу к нему, забор) и играть с ними; рисует дорожки, дождик, шарики; лепит палочки, колечки, лепешки;
- ребёнок активно действует с окружающими его предметами, знает названия, свойства и назначение многих предметов, находящихся в его повседневном обиходе;
- ребёнок в играх отображает действия окружающих ("готовит обед", "ухаживает за больным" и другое), воспроизводит не только их последовательность и взаимосвязь, но и социальные отношения (ласково обращается с куклой, делает ей замечания), заранее определяет цель ("Я буду лечить куклу").
- Планируемые результаты в дошкольном возрасте.
- **К четырем годам:**
- ребёнок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;
- ребёнок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;
- ребёнок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;
- ребёнок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и тому подобное, соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье;
- ребёнок проявляет доверие к миру, положительно оценивает себя, говорит о себе в первом лице;
- ребёнок откликается эмоционально на ярко выраженное состояние близких и сверстников по показу и побуждению взрослых; дружелюбно настроен в отношении других детей;
- ребёнок владеет элементарными нормами и правилами поведения, связанными с определенными разрешениями и запретами ("можно", "нельзя"), демонстрирует стремление к положительным поступкам;
- ребёнок демонстрирует интерес к сверстникам в повседневном общении и бытовой деятельности, владеет элементарными средствами общения в процессе взаимодействия со сверстниками;
- ребёнок проявляет интерес к правилам безопасного поведения; осваивает безопасные способы обращения со знакомыми предметами ближайшего окружения;
- ребёнок охотно включается в совместную деятельность со взрослым, подражает его действиям, отвечает на вопросы взрослого и комментирует его действия в процессе совместной деятельности;
- ребёнок произносит правильно в словах все гласные и согласные звуки, кроме шипящих и сонорных, согласовывает слова в предложении в роде, числе и падеже, повторяет за педагогическим работником (далее - педагог) рассказы из 3-4 предложений, пересказывает знакомые литературные произведения, использует речевые формы вежливого общения;

- ребёнок понимает содержание литературных произведений и участвует в их драматизации, рассматривает иллюстрации в книгах, запоминает небольшие потешки, стихотворения, эмоционально откликается на них;
- ребёнок демонстрирует умения вступать в речевое общение со знакомыми взрослыми: понимает обращенную к нему речь, отвечает на вопросы, используя простые распространенные предложения; проявляет речевую активность в общении со сверстником;
- ребёнок совместно со взрослым пересказывает знакомые сказки, короткие стихи;
- ребёнок демонстрирует познавательную активность в деятельности, проявляет эмоции удивления в процессе познания, отражает в общении и совместной деятельности со взрослыми и сверстниками полученные представления о предметах и объектах ближайшего окружения, задает вопросы констатирующего и проблемного характера;
- ребёнок проявляет потребность в познавательном общении со взрослыми; демонстрирует стремление к наблюдению, сравнению, обследованию свойств и качеств предметов, к простейшему экспериментированию с предметами и материалами: проявляет элементарные представления о величине, форме и количестве предметов и умения сравнивать предметы по этим характеристикам;
- ребёнок проявляет интерес к миру, к себе и окружающим людям;
- ребёнок знает об объектах ближайшего окружения: о родном населенном пункте, его названии, достопримечательностях и традициях;
- ребёнок имеет представление о разнообразных объектах живой и неживой природы ближайшего окружения, выделяет их отличительные особенности и свойства, различает времена года и характерные для них явления природы, имеет представление о сезонных изменениях в жизни животных, растений и человека, интересуется природой, положительно относится ко всем живым существам, знает о правилах поведения в природе, заботится о животных и растениях, не причиняет им вред;
- ребёнок способен создавать простые образы в рисовании и аппликации, строить простую композицию с использованием нескольких цветов, создавать несложные формы из глины и теста, видоизменять их и украшать; использовать простые строительные детали для создания постройки с последующим её анализом;
- ребёнок с интересом вслушивается в музыку, запоминает и узнает знакомые произведения, проявляет эмоциональную отзывчивость, различает музыкальные ритмы, передает их в движении;
- ребёнок активно взаимодействует со сверстниками в игре, принимает на себя роль и действует от имени героя, строит ролевые высказывания, использует предметы-заместители, разворачивает несложный игровой сюжет из нескольких эпизодов;
- ребёнок в дидактических играх действует в рамках правил, в театрализованных играх разыгрывает отрывки из знакомых сказок, рассказов, передает интонацию и мимические движения.
- **К пяти годам:**
- ребёнок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности;
- ребёнок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;
- ребёнок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;
- ребёнок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации;

- ребёнок выполняет самостоятельно правила общения со взрослым, внимателен к его словам и мнению, стремится к познавательному, интеллектуальному общению со взрослыми: задает много вопросов поискового характера, стремится к одобряемым формам поведения, замечает ярко выраженное эмоциональное состояние окружающих людей, по примеру педагога проявляет сочувствие;
- ребёнок без напоминания взрослого здоровается и прощается, говорит "спасибо" и "пожалуйста";
- ребёнок демонстрирует стремление к общению со сверстниками, по предложению педагога может договориться с детьми, стремится к самовыражению в деятельности, к признанию и уважению сверстников;
- ребёнок познает правила безопасного поведения и стремится их выполнять в повседневной жизни;
- ребёнок самостоятелен в самообслуживании;
- ребёнок проявляет познавательный интерес к труду взрослых, профессиям, технике; отражает эти представления в играх;
- ребёнок стремится к выполнению трудовых обязанностей, охотно включается в совместный труд со взрослыми или сверстниками;
- ребёнок инициативен в разговоре, использует разные типы реплик и простые формы объяснительной речи, речевые контакты становятся более длительными и активными;
- ребёнок большинство звуков произносит правильно, пользуется средствами эмоциональной и речевой выразительности;
- ребёнок самостоятельно пересказывает знакомые сказки, с небольшой помощью взрослого составляет описательные рассказы и загадки;
- ребёнок проявляет словотворчество, интерес к языку, с интересом слушает литературные тексты, воспроизводит текст;
- ребёнок способен рассказать о предмете, его назначении и особенностях, о том, как он был создан;
- ребёнок проявляет стремление к общению со сверстниками в процессе познавательной деятельности, осуществляет обмен информацией; охотно сотрудничает со взрослыми не только в совместной деятельности, но и в свободной самостоятельной; отличается высокой активностью и любознательностью;
- ребёнок активно познает и называет свойства и качества предметов, особенности объектов природы, обследовательские действия; объединяет предметы и объекты в видовые категории с указанием характерных признаков;
- ребёнок задает много вопросов поискового характера, включается в деятельность экспериментирования, использует исследовательские действия, предпринимает попытки сделать логические выводы;
- ребёнок с удовольствием рассказывает о себе, своих желаниях, достижениях, семье, семейном быте, традициях; активно участвует в мероприятиях и праздниках, готовящихся в группе, в ДОО, имеет представления о малой родине, названии населенного пункта, улицы, некоторых памятных местах;
- ребёнок имеет представление о разнообразных представителях живой природы родного края, их особенностях, свойствах объектов неживой природы, сезонных изменениях в жизни природы, явлениях природы, интересуется природой, экспериментирует, положительно относится ко всем живым существам, знает правила поведения в природе, стремится самостоятельно ухаживать за растениями и животными, беречь их;
- ребёнок владеет количественным и порядковым счетом в пределах пяти, умением непосредственно сравнивать предметы по форме и величине, различает части суток, знает их последовательность, понимает временную последовательность "вчера, сегодня, завтра", ориентируется от себя в движении; использует математические представления для познания окружающей действительности;

- ребёнок проявляет интерес к различным видам искусства, эмоционально откликается на отраженные в произведениях искусства действия, поступки, события;
- ребёнок проявляет себя в разных видах музыкальной, изобразительной, театрализованной деятельности, используя выразительные и изобразительные средства;
- ребёнок использует накопленный художественно-творческой опыт в самостоятельной деятельности, с желанием участвует в культурно-досуговой деятельности (праздниках, развлечениях и других видах культурно-досуговой деятельности);
- ребёнок создает изображения и постройки в соответствии с темой, используя разнообразные материалы, владеет техническими и изобразительными умениями;
- ребёнок называет роль до начала игры, обозначает новую роль по ходу игры, активно использует предметы-заместители, предлагает игровой замысел и проявляет инициативу в развитии сюжета, активно включается в ролевой диалог, проявляет творчество в создании игровой обстановки;
- ребёнок принимает игровую задачу в играх с правилами, проявляет интерес к результату, выигрышу; ведет негромкий диалог с игрушками, комментирует их "действия" в режиссерских играх.
- **К шести годам:**
- ребёнок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;
- ребёнок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявить творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;
- ребёнок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;
- ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;
- ребёнок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих;
- ребёнок настроен положительно по отношению к окружающим, охотно вступает в общение со взрослыми и сверстниками, проявляет сдержанность по отношению к незнакомым людям, при общении со взрослыми и сверстниками ориентируется на общепринятые нормы и правила культуры поведения, проявляет в поведении уважение и привязанность к родителям (законным представителям), демонстрирует уважение к педагогам, интересуется жизнью семьи и ДОО;
- ребёнок способен различать разные эмоциональные состояния взрослых и сверстников, учитывает их в своем поведении, откликается на просьбу помочь, в оценке поступков опирается на нравственные представления;
- ребёнок проявляет активность в стремлении к познанию разных видов труда и профессий, бережно относится к предметному миру как результату труда взрослых, стремится участвовать в труде взрослых, самостоятелен, инициативен в самообслуживании, участвует со сверстниками в разных видах повседневного и ручного труда;
- ребёнок владеет представлениями о безопасном поведении, соблюдает правила безопасного поведения в разных видах деятельности, демонстрирует умения правильно и безопасно пользоваться под присмотром взрослого бытовыми предметами и приборами, безопасного общения с незнакомыми животными, владеет основными правилами безопасного поведения на улице;
- ребёнок регулирует свою активность в деятельности, умеет соблюдать очередность и учитывать права других людей, проявляет инициативу в общении и деятельности, за-

дает вопросы различной направленности, слушает и понимает взрослого, действует по правилу или образцу в разных видах деятельности, способен к произвольным действиям;

- ребёнок проявляет инициативу и самостоятельность в процессе придумывания загадок, сказок, рассказов, владеет первичными приемами аргументации и доказательства, демонстрирует богатый словарный запас, безошибочно пользуется обобщающими словами и понятиями, самостоятельно пересказывает рассказы и сказки, проявляет избирательное отношение к произведениям определенной тематики и жанра;
- ребёнок испытывает познавательный интерес к событиям, находящимся за рамками личного опыта, фантазирует, предлагает пути решения проблем, имеет представления о социальном, предметном и природном мире; ребёнок устанавливает закономерности причинно-следственного характера, приводит логические высказывания; проявляет любознательность;
- ребёнок использует математические знания, способы и средства для познания окружающего мира; способен к произвольным умственным действиям; логическим операциям анализа, сравнения, обобщения, систематизации, классификации и другим, оперируя предметами разными по величине, форме, количеству; владеет счетом, ориентировкой в пространстве и времени;
- ребёнок знает о цифровых средствах познания окружающей действительности, использует некоторые из них, придерживаясь правил безопасного обращения с ними;
- ребёнок проявляет познавательный интерес к населенному пункту, в котором живет, знает некоторые сведения о его достопримечательностях, событиях городской и сельской жизни; знает название своей страны, её государственные символы;
- ребёнок имеет представление о живой природе разных регионов России, может классифицировать объекты по разным признакам; имеет представление об особенностях и потребностях живого организма, изменениях в жизни природы в разные сезоны года, соблюдает правила поведения в природе, ухаживает за растениями и животными, бережно относится к ним;
- ребёнок проявляет интерес и (или) с желанием занимается музыкальной, изобразительной, театрализованной деятельностью; различает виды, жанры, формы в музыке, изобразительном и театральном искусстве; проявляет музыкальные и художественно-творческие способности;
- ребёнок принимает активное участие в праздничных программах и их подготовке; взаимодействует со всеми участниками культурно-досуговых мероприятий;
- ребёнок самостоятельно определяет замысел рисунка, аппликации, лепки, постройки, создает образы и композиционные изображения, интегрируя освоенные техники и средства выразительности, использует разнообразные материалы;
- ребёнок согласовывает свои интересы с интересами партнеров в игровой деятельности, умеет предложить и объяснить замысел игры, комбинировать сюжеты на основе разных событий, создавать игровые образы, управлять персонажами в режиссерской игре;
- ребёнок проявляет интерес к игровому экспериментированию, развивающим и познавательным играм, в играх с готовым содержанием и правилами действует в точном соответствии с игровой задачей и правилами.
- Планируемые результаты на этапе завершения освоения Федеральной программы **(к концу дошкольного возраста):**
- у ребёнка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества;
- ребёнок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движение и управлять ими;
- ребёнок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;

- ребёнок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пеших прогулках, осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;
- ребёнок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;
- ребёнок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;
- ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;
- ребёнок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;
- ребёнок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям;
- ребёнок соблюдает элементарные социальные нормы и правила поведения в различных видах деятельности, взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками;
- ребёнок владеет средствами общения и способами взаимодействия со взрослыми и сверстниками; способен понимать и учитывать интересы и чувства других; договариваться и дружить со сверстниками; старается разрешать возникающие конфликты конструктивными способами;
- ребёнок способен понимать свои переживания и причины их возникновения, регулировать свое поведение и осуществлять выбор социально одобряемых действий в конкретных ситуациях, обосновывать свои ценностные ориентации;
- ребёнок стремится сохранять позитивную самооценку;
- ребёнок проявляет положительное отношение к миру, разным видам труда, другим людям и самому себе;
- у ребёнка выражено стремление заниматься социально значимой деятельностью;
- ребёнок способен откликаться на эмоции близких людей, проявлять эмпатию (сочувствие, сопереживание, содействие);
- ребёнок способен к осуществлению социальной навигации как ориентации в социуме и соблюдению правил безопасности в реальном и цифровом взаимодействии;
- ребёнок способен решать адекватные возрасту интеллектуальные, творческие и личностные задачи; применять накопленный опыт для осуществления различных видов детской деятельности, принимать собственные решения и проявлять инициативу;
- ребёнок владеет речью как средством коммуникации, ведет диалог со взрослыми и сверстниками, использует формулы речевого этикета в соответствии с ситуацией общения, владеет коммуникативно-речевыми умениями;
- ребёнок знает и осмысленно воспринимает литературные произведения различных жанров, имеет предпочтения в жанрах литературы, проявляет интерес к книгам познавательного характера, определяет характеры персонажей, мотивы их поведения, оценивает поступки литературных героев;
- ребёнок обладает начальными знаниями о природном и социальном мире, в котором он живет: элементарными представлениями из области естествознания, математики, истории, искусства и спорта, информатики и инженерии и тому подобное; о себе, собственной принадлежности и принадлежности других людей к определенному полу; составе семьи, родственных отношениях и взаимосвязях, семейных традициях; об обществе, его национально-культурных ценностях; государстве и принадлежности к нему;
- ребёнок проявляет любознательность, активно задает вопросы взрослым и сверстникам; интересуется субъективно новым и неизвестным в окружающем мире; способен самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей;

склонен наблюдать, экспериментировать; строить смысловую картину окружающей реальности, использует основные культурные способы деятельности;

- ребёнок имеет представление о жизни людей в России, имеет некоторые представления о важных исторических событиях Отечества; имеет представление о многообразии стран и народов мира;
- ребёнок способен применять в жизненных и игровых ситуациях знания о количестве, форме, величине предметов, пространстве и времени, умения считать, измерять, сравнивать, вычислять и тому подобное;
- ребёнок имеет разнообразные познавательные умения: определяет противоречия, формулирует задачу исследования, использует разные способы и средства проверки предположений: сравнение с эталонами, классификацию, систематизацию, некоторые цифровые средства и другое;
- ребёнок имеет представление о некоторых наиболее ярких представителях живой природы России и планеты, их отличительных признаках, среде обитания, потребностях живой природы, росте и развитии живых существ; свойствах неживой природы, сезонных изменениях в природе, наблюдает за погодой, живыми объектами, имеет сформированный познавательный интерес к природе, осознанно соблюдает правила поведения в природе, знает способы охраны природы, демонстрирует заботливое отношение к ней;
- ребёнок способен воспринимать и понимать произведения различных видов искусства, имеет предпочтения в области музыкальной, изобразительной, театрализованной деятельности;
- ребёнок выражает интерес к культурным традициям народа в процессе знакомства с различными видами и жанрами искусства; обладает начальными знаниями об искусстве;
- ребёнок владеет умениями, навыками и средствами художественной выразительности в различных видах деятельности и искусства; использует различные технические приемы в свободной художественной деятельности;
- ребёнок участвует в создании индивидуальных и коллективных творческих работ, тематических композиций к праздничным утренникам и развлечениям, художественных проектах;
- ребёнок самостоятельно выбирает технику и выразительные средства для наиболее точной передачи образа и своего замысла, способен создавать сложные объекты и композиции, преобразовывать и использовать с учётом игровой ситуации;
- ребёнок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, предлагает и объясняет замысел игры, комбинирует сюжеты на основе реальных, вымышленных событий, выполняет несколько ролей в одной игре, подбирает разные средства для создания игровых образов, согласовывает свои интересы с интересами партнеров по игре, управляет персонажами в режиссерской игре;
- ребёнок проявляет интерес к игровому экспериментированию с предметами, к развивающим и познавательным играм, в играх с готовым содержанием и правилами может объяснить содержание и правила игры другим детям, в совместной игре следит за точным выполнением правил всеми участниками;
- ребёнок способен планировать свои действия, направленные на достижение конкретной цели; демонстрирует сформированные предпосылки к учебной деятельности и элементы готовности к школьному обучению.
- ребёнок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;
- ребёнок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет

ритмические упражнения под музыку;

- ребёнок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;
- ребёнок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и тому подобное, соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье;
- ребёнок проявляет доверие к миру, положительно оценивает себя, говорит о себе в первом лице;
- ребёнок откликается эмоционально на ярко выраженное состояние близких и сверстников по показу и побуждению взрослых; дружелюбно настроен в отношении других детей;
- ребёнок владеет элементарными нормами и правилами поведения, связанными с определенными разрешениями и запретами («можно», «нельзя»), демонстрирует стремление к положительным поступкам;
- ребёнок демонстрирует интерес к сверстникам в повседневном общении и бытовой деятельности, владеет элементарными средствами общения в процессе взаимодействия со сверстниками;
- ребёнок проявляет интерес к правилам безопасного поведения; осваивает безопасные способы обращения со знакомыми предметами ближайшего окружения;
- ребёнок охотно включается в совместную деятельность со взрослым, подражает его действиям, отвечает на вопросы взрослого и комментирует его действия в процессе совместной деятельности;
- ребёнок произносит правильно в словах все гласные и согласные звуки, кроме шипящих и сонорных, согласовывает слова в предложении в роде, числе и падеже, повторяет за педагогическим работником (далее - педагог) рассказы из 3-4 предложений, пересказывает знакомые литературные произведения, использует речевые формы вежливого общения;
- ребёнок понимает содержание литературных произведений и участвует в их драматизации, рассматривает иллюстрации в книгах, запоминает небольшие потешки, стихотворения, эмоционально откликается на них;
- ребёнок демонстрирует умения вступать в речевое общение со знакомыми взрослыми: понимает обращенную к нему речь, отвечает на вопросы, используя простые распространенные предложения; проявляет речевую активность в общении со сверстником;
- ребёнок совместно со взрослым пересказывает знакомые сказки, короткие стихи;
- ребёнок демонстрирует познавательную активность в деятельности, проявляет эмоции удивления в процессе познания, отражает в общении и совместной деятельности со взрослыми и сверстниками полученные представления о предметах и объектах ближайшего окружения, задает вопросы констатирующего и проблемного характера;
- ребёнок проявляет потребность в познавательном общении со взрослыми; демонстрирует стремление к наблюдению, сравнению, обследованию свойств и качеств предметов, к простейшему экспериментированию с предметами и материалами: проявляет элементарные представления о величине, форме и количестве предметов и умения сравнивать предметы по этим характеристикам;
- ребёнок проявляет интерес к миру, к себе и окружающим людям;
- ребёнок знает об объектах ближайшего окружения: о родном населенном пункте, его названии, достопримечательностях и традициях;
- ребёнок имеет представление о разнообразных объектах живой и неживой природы ближайшего окружения, выделяет их отличительные особенности и свойства, различает времена года и характерные для них явления природы, имеет представление о сезонных изменениях в жизни животных, растений и человека, интересуется природой,

положительно относится ко всем живым существам, знает о правилах поведения в природе, заботится о животных и растениях, не причиняет им вред;

- ребёнок способен создавать простые образы в рисовании и аппликации, строить простую композицию с использованием нескольких цветов, создавать несложные формы из глины и теста, видоизменять их и украшать; использовать простые строительные детали для создания постройки с последующим её анализом;
- ребёнок с интересом вслушивается в музыку, запоминает и узнает знакомые произведения, проявляет эмоциональную отзывчивость, различает музыкальные ритмы, передает их в движении;
- ребёнок активно взаимодействует со сверстниками в игре, принимает на себя роль и действует от имени героя, строит ролевые высказывания, использует предметы-заместители, разворачивает несложный игровой сюжет из нескольких эпизодов;
- ребёнок в дидактических играх действует в рамках правил, в театрализованных играх разыгрывает отрывки из знакомых сказок, рассказов, передает интонацию и мимические движения.

1.3. ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА ДОСТИЖЕНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

Оценивание качества образовательной деятельности по программе осуществляется в форме педагогической диагностики.

Концептуальные основания такой оценки определяются требованиями Федерального закона от 29 декабря 2012 г.» № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», а также ФГОС ДО, в котором определены государственные гарантии качества образования.

Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов:

1. Педагогическая диагностика достижений планируемых результатов направлена на изучение деятельностных умений ребёнка, его интересов, предпочтений, склонностей, личностных особенностей, способов взаимодействия со взрослыми и сверстниками. Она позволяет выявлять особенности и динамику развития ребёнка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности.

2. Цели педагогической диагностики, а также особенности её проведения определяются требованиями ФГОС ДО. Может проводиться оценка индивидуального развития детей, которая осуществляется педагогом в рамках педагогической диагностики.

3. Специфика педагогической диагностики достижения планируемых образовательных результатов обусловлена следующими требованиями ФГОС ДО:

- планируемые результаты освоения ООП ДО заданы как целевые ориентиры ДО и представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка на разных этапах дошкольного детства;
- целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в т.ч. и в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей и основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей;
- освоение программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации обучающихся.

Данные положения подчеркивают направленность педагогической диагностики на оценку индивидуального развития детей дошкольного возраста, на основе которой определяется эффективность педагогических действий и осуществляется их дальнейшее планирование.

4. Результаты педагогической диагностики (мониторинга) могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

1) индивидуализации образования (в т.ч. поддержки ребёнка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);

2) оптимизации работы с группой детей.

5. Педагогическая диагностика проводится на начальном этапе освоения ребёнком программы в зависимости от времени его поступления в группу (стартовая диагностика) и на завершающем этапе освоения программы возрастной группой (заключительная, финальная диагностика).

Сравнение результатов стартовой и финальной диагностики позволяет выявить индивидуальную динамику развития ребёнка.

Периодичность проведения диагностики – 2 раза в год: на начальном этапе освоения ребенком образовательной программы в зависимости от времени его поступления в дошкольную группу (стартовая диагностика) и на завершающем этапе освоения образовательной программы его возрастной группы (финальная диагностика). К стартовой диагностике необходимо приступить не ранее, чем до начала третьей недели сентября. При проведении диагностики на начальном этапе учитывается адаптационный период пребывания ребенка в группе. Сравнение результатов стартовой и финальной диагностики позволяет выявить индивидуальную динамику развития ребенка.

Педагогическая диагностика индивидуального развития детей проводится педагогом с использованием инструментария к диагностике по программе «От рождения до школы» под ред. Н. Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э. М.
Дорофеевой.

Пособие раскрывает процедуру оценки индивидуального развития детей в рамках реализации Программы. Педагогическая диагностика детей направлена на определение эффективности педагогических действий и соответствия образовательных условий, созданных в образовательной организации, возможностям и индивидуальным особенностям воспитанников.

6. Педагогическая диагностика индивидуального физического развития детей проводится инструктором по физической культуре в произвольной форме на основе малоформализованных диагностических методов:

- наблюдения,
- свободных бесед с детьми,
- анализа продуктов детской деятельности,
- специальных диагностических ситуаций,
- специальных методик диагностики физического развития.

7. Основным методом педагогической диагностики является наблюдение.

Ориентирами для наблюдения являются возрастные характеристики физического развития ребёнка. Они выступают как обобщенные показатели возможных достижений ребенка в области физического развития.

Инструктор по физической культуре наблюдает за поведением ребёнка в двигательной деятельности в разных ситуациях.

В процессе наблюдения он отмечает особенности проявления ребёнком личностных качеств, деятельностных умений, интересов, предпочтений, фиксирует реакции на успехи и неудачи, поведение в конфликтных ситуациях и тому подобное.

Наблюдая за поведением ребёнка, инструктор по физической культуре обращает внимание на частоту проявления каждого показателя, самостоятельность и инициативность ребёнка в деятельности. Частота проявления указывает на периодичность и степень устойчивости показателя.

Самостоятельность выполнения действия позволяет определить зону актуального и

ближайшего развития ребёнка. Инициативность свидетельствует о проявлении субъектности ребёнка в деятельности и взаимодействии.

Результаты наблюдения фиксируются в карте развития ребёнка.

Фиксация данных наблюдения позволяет выявить и проанализировать динамику в развитии ребёнка на определенном возрастном этапе, а также скорректировать образовательную деятельность с учётом индивидуальных особенностей развития ребёнка и его потребностей.

Результаты наблюдения могут быть дополнены беседами *с* детьми в свободной форме, что позволяет выявить причины поступков, наличие интереса к определенному виду деятельности, уточнить знания и другое.

8. Педагогическая диагностика завершается анализом полученных данных, на основе которых инструктор по физической культуре выстраивает взаимодействие с детьми, организует РППС, мотивирующую активную двигательную деятельность обучающихся, составляет индивидуальные образовательные маршруты освоения программы, осознанно и целенаправленно проектирует образовательный процесс.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ (ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ) ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

Содержание образовательной деятельности направлено на реализацию основных задач образовательной деятельности в области физического развития (см. п.1.1.1).

Физическое развитие.

<u>От 3 лет до 4 лет.</u>

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

• обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;

• развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;

• формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;

• укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;

• закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

Содержание образовательной деятельности.

Педагог формирует умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях. Выполнять общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения по показу; создает условия для активной двигательной деятельности и положительного эмоционального состояния детей.

Педагог воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания сообща, действуя в общем для всех темпе. Организует подвижные игры, помогая де-

тям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре.

Педагог продумывает и организует активный отдых, приобщает детей к здоровому образу жизни, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки.

1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание:

прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади; скатывание мяча по наклонной доске;

катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях;

прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами;

ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя и одной рукой;

произвольное прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от педагога;

бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой; подбрасывание мяча вверх и ловля его;

бросание мяча о землю и ловля его;

бросание и ловля мяча в парах;

бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребёнка, с расстояния 1,5 м; метание вдаль;

перебрасывание мяча через сетку; ползание, лазанье: ползание на четвереньках на расстояние 4-5-6 м до кегли (взять её, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой);

по гимнастической скамейке, за катящимся мячом; проползание на четвереньках под 3-4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м);

ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске; влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее; подлезание под дугу, не касаясь руками пола;

ходьба:

- ходьба в заданном направлении, небольшими группами, друг за другом по ориентирам (по прямой, по кругу, обходя предметы, врассыпную, «змейкой», с поворотом и сменой направления); на носках;
- высоко поднимая колени, перешагивая предметы, с остановкой по сигналу;
- парами друг за другом, в разных направлениях;

- с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше); по наклонной доске; в чередовании с бегом;

бег:

- бег группами и по одному за направляющим, врассыпную, со сменой темпа;
- по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках;
- в чередовании с ходьбой; убегание от ловящего, ловля убегающего;
- бег в течение 50-60 сек;
- быстрый бег 10-15 м; медленный бег 120- 150 м;

прыжки:

- прыжки на двух и на одной ноге;
- на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону);
- в длину с места (не менее 40 см); через 2 линии (расстояние 25-30 см), из обруча в обруч (плоский) по прямой;
- через 4-6 параллельных линий (расстояние 15-20 см);
- спрыгивание (высота 10-15 см), перепрыгивание через веревку (высота 2-5 см);

упражнения в равновесии:

- ходьба по прямой и извилистой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), обычным и приставным шагом;
- по гимнастической скамье, по ребристой доске, наклонной доске; перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу;
- по шнуру, плоскому обучу, лежащему на полу, приставным шагом;
- с выполнением заданий (присесть, встать и продолжить движение); на носках, с остановкой.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса:

- поднимание и опускание прямых рук вперед, отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно);
- перекладывание предмета из одной руки в другую;
- хлопки над головой и перед собой; махи руками;
- упражнения для кистей рук;
- упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника:
- потягивание, приседание, обхватив руками колени; наклоны вперед и в стороны;
- сгибание и разгибание ног из положения сидя;
- поднимание и опускание ног из положения лежа;
- повороты со спины на живот и обратно;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса:

- поднимание и опускание ног, согнутых в коленях;
- приседание с предметами, поднимание на носки;
- выставление ноги вперед, в сторону, назад;

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальных занятиях, педагог включает в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры:

- ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом;
- поочередное выставление ноги вперед, на пятку, притопывание, приседания «пружинки», кружение;
- имитационные движения - разнообразные упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и так далее).

строевые упражнения:

- педагог предлагает детям следующие строевые упражнения:
- построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам;
- перестроение в колонну по два, врассыпную, смыкание и размыкание обычным шагом, повороты направо и налево переступанием.

Педагог выполняет вместе с детьми упражнения из разных исходных положений (стоя, ноги слегка расставлены, ноги врозь, сидя, лежа на спине, животе, с заданным положением рук), с предметами (кубики двух цветов, флажки, кегли и другое).

Подвижные игры:

- педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры;
- воспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает).

Спортивные упражнения:

- педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе.

Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках:

- по прямой, перевозя игрушки или друг друга, и самостоятельно с невысокой горки.

Ходьба на лыжах:

- по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, с поворотами переступанием.

Катание на трехколесном велосипеде:

- по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.

Плавание:

- погружение в воду, ходьба и бег в воде прямо и по кругу, игры с плавающими игрушками в воде.

Формирование основ здорового образа жизни:

- педагог поддерживает стремление ребёнка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками;
- формирует первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).

Активный отдых.

Физкультурные досуги:

- досуг проводится 1-2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут.
- содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения.

Дни здоровья:

- в этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия). День здоровья проводится один раз в квартал.

От 4 лет до 5 лет.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;
- формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;
- воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;

- укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания; • формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

Содержание образовательной деятельности.

Педагог формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.

Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.

Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание:

- прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15- 20 см одна от другой) и огибая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см;
- прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога;
- прокатывание обруча друг другу в парах; подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол;
- бросание и ловля мяча в паре; перебрасывание мяча друг другу в кругу;
- бросание мяча двумя руками из-за головы стоя;
- скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет;
- отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд;
- подбрасывание и ловля мяча не менее 3-4 раз подряд; бросание мяча двумя руками из-за головы сидя;
- бросание вдаль;
- попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2-2,5 м;

ползание, лазанье:

- ползание на четвереньках «змейкой» между расставленными кеглями, по наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками;
- проползание в обручи, под дуги; влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек;

- переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1-2 рейки, ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони;
- подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком;

ходьба:

- ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа;
- на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; перешагивая предметы;
- чередуя мелкий и широкий шаг, «змейкой», с остановкой по сигналу, в противоположную сторону;
- со сменой ведущего; в чередовании с бегом, прыжками;
- приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте; с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной);

бег:

- бег в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени;
- обегая предметы; на месте;
- бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне;
- в парах;
- по кругу, держась за руки;
- со сменой направляющего, меняя направление движения и темп;
- непрерывный бег 1-1,5 мин;
- пробегание 30-40 м в чередовании с ходьбой 2-3 раза;
- медленный бег 150-200 м; бег на скорость 20 м; челночный бег 2х5 м;
- перебегание подгруппами по 5-6 человек с одной стороны площадки на другую;
- бег врассыпную с ловлей и увертыванием;

прыжки:

- прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь, стараясь достать предмет, подвешенный над головой;
- подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м; перепрыгивание через шнур, плоский кубик (высота 5 см), через 4-6 линий (расстояние между линиями 40-50 см);
- выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; прыжки в длину с места;
- спрыгивание со скамейки;
- прямой галоп;
- попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой;

упражнения в равновесии:

- ходьба по доске, по скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны);
- ходьба по доске до конца и обратно с поворотом;
- ходьба по наклонной доске вверх и вниз;

- стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе;
- пробегание по наклонной доске вверх и вниз;
- ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней;
- кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны.

Педагог обучает разнообразным упражнениям, которые дети могут переносить в самостоятельную двигательную деятельность.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса:

- основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью);
- перекладывание предмета из одной руки в другую; сгибание и разгибание рук, махи руками; сжимание и разжимание кистей рук, вращение кистями;
- выполнение упражнений пальчиковой гимнастики;
- повороты головы вправо и влево, наклоны головы;
- упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника:
- наклоны вперед, вправо, влево, повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя;
- поочередное поднимание ног из положения лежа на спине, на животе, стоя на четвереньках; упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса:
- сгибание и разгибание ног;
- отведение ноги вперед, в сторону, назад;
- выставление ноги на пятку (носок); приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны;
- поднимание на носки и опускание на всю ступню; захватывание стопами и перекладывание предметов с места на место.

Повышаются требования к детям при выполнении общеразвивающих упражнений. Педагог предлагает выполнять общеразвивающие упражнения из разных исходных положений, в разном темпе (медленном, среднем, быстром) с предметами и без них. К предметам и пособиям, названным ранее, добавляются малые мячи, косички, палки, обручи и другое. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

- музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры.
- Рекомендуемые упражнения:
- ритмичная ходьба под музыку в разном темпе;
- на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком, прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку;

- выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное «выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками.

Строевые упражнения:

- педагог предлагает детям следующие строевые упражнения:
- построение в колонну по одному, по два, по росту, врассыпную;
- размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без;
- перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего;
- из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении;
- повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.

Подвижные игры:

- педагог продолжает закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх, поощряет желание выполнять роль водящего, развивает пространственную ориентировку, самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников;
- приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре).

Спортивные упражнения:

педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках:

- подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.

Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате:

- по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью.

Ходьба на лыжах:

- скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору «ступающим шагом» и «полуёлочкой».

Формирование основ здорового образа жизни:

- педагог уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать

очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и другое);

- способствует пониманию детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья;
- формирует первичные представления об отдельных видах спорта.

Активный отдых.

Физкультурные праздники и досуги:

- педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей;
- праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1-1,5 часов;
- досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут.

Содержание составляют.

Подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально- ритмические и танцевальные упражнения. Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, включать подвижные игры народов России. Дни здоровья проводятся 1 раз в три месяца. В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.

От 5 лет до 6 лет.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;
- развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;
- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;
- продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
- укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;

- воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

Содержание образовательной деятельности.

- Педагог совершенствует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживает детскую инициативу;
- закрепляет умение осуществлять самоконтроль и оценку качества выполнения упражнений другими детьми; создает условия для освоения элементов спортивных игр, использует игры-эстафеты;
- поощряет осознанное выполнение упражнений и соблюдение правил в подвижных играх; поддерживает предложенные детьми варианты их усложнения;
- поощряет проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками.
- педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образ жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности.
- организует для детей и родителей (законных представителей) туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.

Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

Основные движения:

- бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой); прокатывание обруча, бег за ним и ловля;
- прокатывание набивного мяча;
- передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях;
- перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях;
- отбивание мяча об пол на месте 10 раз;
- ведение мяча 5-6 м; метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы;
- метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); перебрасывание мяча из одной руки в другую;
- подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд; перебрасывание мяча через сетку, забрасывание его в баскетбольную корзину;

ползание, лазанье:

- ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени), ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м), «змейкой» между кеглями;
- переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле;
- ползание на животе;

- ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по скамейке назад;
- проползание под скамейкой;
- лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом;

ходьба:

- ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м;
- ходьба «змейкой» без ориентиров; в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты;

бег:

- бег в колонне по одному, «змейкой», с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих;
- бег с пролезанием в обруч;
- с ловлей и увертыванием;
- высоко поднимая колени;
- между расставленными предметами;
- группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих;
- в заданном темпе, обегая предметы;
- мелким и широким шагом;
- непрерывный бег 1,5-2 мин;
- медленный бег 250-300 м;
- быстрый бег 10 м 2-3-4 раза;
- челночный бег 2х10 м, 3х10 м;
- пробегание на скорость 20 м;
- бег под вращающейся скакалкой;

прыжки:

- подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь;
- на одной ноге; подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной;
- подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок;
- перепрыгивание с места предметы высотой 30 см; спрыгивание с высоты в обозначенное место;
- подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза; подпрыгивание на одной ноге 10-15 раз; прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3-4 м;
- на одной ноге (правой и левой) 2-2,5 м; перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик);
- впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами; прыжки в длину с места;
- в высоту с разбега;

- в длину с разбега; прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3-5 см); перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом;
- прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку;

упражнения в равновесии:

- ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой; стойка на гимнастической скамье на одной ноге;
- поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье;
- пробегание по скамье;
- ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске;
- ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой);
- приседание после бега на носках, руки в стороны; кружение парами, держась за руки; «ласточка».

Педагог продолжает обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности.

Общеразвивающие упражнения:

- упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса:
- поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно);
- махи руками вперед назад с хлопком впереди и сзади себя;
- перекладывание предмета из одной руки в другую впереди и сзади себя;
- поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь);
- сжимание и разжимание кистей;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника:

- поднимание рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь её затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине;
- наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево;
- поднимание ног, сгибание и разгибание и скрещивание их из исходного положения лежа на спине;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса:

- приседание, обхватывая колени руками; махи ногами;
- поочередное поднимание и опускание ног из положения лежа на спине, руки в упоре;
- захватывание предметов ступнями и пальцами ног и перекладывание их с места на место.

Педагог поддерживает стремление детей выполнять упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими). Подбирает упражнения из разнообразных исходных положений:

- сидя, лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги вместе, врозь;
- руки вниз, на поясе, перед грудью, за спиной).

Педагог поддерживает инициативу, самостоятельность и поощряет комбинирование и придумывание детьми новых общеразвивающих упражнений. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, некоторые из упражнений в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры.

Рекомендуемые упражнения:

- ходьба и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах, на носках, пружинящим, топающим шагом, «с каблука», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение);
- подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружение по одному и в парах, комбинации из двух-трех освоенных движений.

Строевые упражнения:

- педагог продолжает обучение детей строевым упражнениям: построение по росту, поддерживая равнение в колонне, шеренге;
- построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг;
- перестроение в колонну по три, в две шеренги на месте и при передвижении;
- размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком;
- ходьба «змейкой», расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары.

Подвижные игры:

педагог продолжает закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах, оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность. Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми;

- воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей;
- развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений).

Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.

Спортивные игры:

педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

Городки:

- бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м);
- знание 3-4 фигур.

Элементы баскетбола:

- перебрасывание мяча друг другу от груди;
- ведение мяча правой и левой рукой;
- забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди;
- игра по упрощенным правилам.

Бадминтон:

- отбивание волана ракеткой в заданном направлении;
- игра с педагогом.

Элементы футбола:

- отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении;
- ведение мяча ногой между и вокруг предметов;
- отбивание мяча о стенку;
- передача мяча ногой друг другу (3-5 м);
- игра по упрощенным правилам.

Спортивные упражнения:

педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от условий: наличия оборудования и климатических условий региона.

Катание на санках:

- по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки.

Ходьба на лыжах:

- по лыжне (на расстояние до 500 м); скользящим шагом;
- повороты на месте (направо и налево) с переступанием;
- подъем на склон прямо «ступающим шагом», «полуёлочкой» (прямо и наискось), соблюдая правила безопасного передвижения.

Катание на двухколесном велосипеде, самокате:

- по прямой, по кругу, с разворотом, с разной скоростью;
- с поворотами направо и налево, соблюдая правила безопасного передвижения.

Плавание:

- с движениями прямыми ногами вверх и вниз, сидя на бортике и лежа в воде, держась за опору;
- ходьба по дну вперед и назад, приседая, погружаясь в воду до подбородка, до глаз, опуская лицо в воду, приседание под водой, доставая предметы, идя за предметами по прямой в спокойном темпе и на скорость;
- скольжение на груди, плавание произвольным способом.

Формирование основ здорового образа жизни: педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивны инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).

Активный отдых.

Физкультурные праздники и досуги:

педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры. Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 30-40 минут.

Содержание составляют:

- подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания.

Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, олимпиаде и другим спортивным событиям, включать подвижные игры народов России.

Дни здоровья: педагог проводит 1 раз в квартал. В этот день проводятся оздоровительные мероприятия и туристские прогулки.

Туристские прогулки и экскурсии. Педагог организует для детей непродолжительные пешие прогулки и экскурсии с постепенно удлиняющимися переходами - на стадион, в парк, на берег моря и другое. Время перехода в одну сторону составляет 30-40 минут, общая продолжительность не более 1,5-2 часов. Время непрерывного движения 20 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. Педагог формирует представления о туризме как виде активного отдыха и способе ознакомления с природой и культурой родного края; оказывает помощь в подборе снаряжения (необходимых вещей и одежды) для туристской прогулки, организует наблюдение за природой, обучает ориентироваться на местности, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения, осторожность в преодолении препятствий; организует с детьми разнообразные подвижные игры во время остановки.

От 6 лет до 7 лет.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки;
- развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;
- поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде; • воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;
- формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;
- сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;
- воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.

Содержание образовательной деятельности.

- создает условия для дальнейшего совершенствования основных движений, развития психофизических качеств и способностей, закрепления общеразвивающих, му-

зыкально-ритмических упражнений и их комбинаций, спортивных упражнений, освоения элементов спортивных игр, игр-эстафет.

- поощряет стремление выполнять упражнения технично, рационально, экономно, выразительно, в соответствии с разнообразным характером музыки, ритмом, темпом, амплитудой. В процессе организации разных форм физкультурно-оздоровительной работы педагог обучает детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и давать оценку качества выполнения упражнений.
- поддерживает стремление творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности и на занятиях гимнастикой, самостоятельно организовывать и придумывать подвижные игры, общеразвивающие упражнения, комбинировать их элементы, импровизировать.
- педагог продолжает приобщать детей к здоровому образу жизни: расширяет и уточняет представления о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, оздоровительных мероприятиях, поддерживает интерес к физической культуре, спорту и туризму, активному отдыху, воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

Основные движения:

- бросание, катание, ловля, метание: бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд, одной рукой не менее 10 раз;
- передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки, лежа на животе и на спине, в ходьбе;
- прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей;
- перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; одной рукой от плеча;
- передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую;
- метание в цель из положения стоя на коленях и сидя; метание вдаль, метание в движущуюся цель;
- забрасывание мяча в баскетбольную корзину;
- катание мяча правой и левой ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу;
- ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу;
- ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому).

ползание, лазанье:

- ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад;
- на животе и на спине, отталкиваясь руками и ногами; влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименным и разноименным способом; перелезание с пролета на пролет по диагонали;
- пролезание в обруч разными способами;

- лазанье по веревочной лестнице;
- выполнение упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками);
- влезание по канату на доступную высоту;

ходьба:

- ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед;
- выпадами, с закрытыми глазами, приставными шагами назад; в приседе, с различными движениями рук, в различных построениях;

бег:

- бег в колонне по одному, врассыпную, парами, тройками, четверками;
- с остановкой по сигналу, в сочетании с прыжками (с линии на линию, из кружка в кружок);
- высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук;
- с захлестыванием голени назад; выбрасывая прямые ноги вперед;
- бег 10 м с наименьшим числом шагов;
- медленный бег до 2-3 минут; быстрый бег 20 м 2-3 раза с перерывами;
- челночный бег 3х10 м; бег наперегонки;
- бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению, сидя по-турецки, лежа на спине, головой к направлению бега);
- бег со скакалкой, бег по пересеченной местности;

прыжки:

- подпрыгивания на двух ногах 30 раз в чередовании с ходьбой, на месте и с поворотом кругом;
- смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук;
- впрыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага;
- подпрыгивания вверх из глубокого приседа;
- прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек;
- прыжки в длину и в высоту с места и с разбега на соревнование;

прыжки с короткой скакалкой:

- прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них;
- прыжки с ноги на ногу;
- бег со скакалкой;
- прыжки через обруч, вращая его как скакалку;
- прыжки через длинную скакалку:
- пробегание под вращающейся скакалкой, прыжки через вращающуюся скакалку с места; вбегание под вращающуюся скакалку - прыжок - выбегание;
- пробегание под вращающейся скакалкой парами.

упражнения в равновесии:

подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя перед собой набивной мяч;

стойка на носках;

- стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза;
- ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием посередине палки, пролезанием в обруч, приседанием и поворотом кругом;
- ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку скамейки;
- ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком;
- ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок;
- прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колени другой ноги мешочек с песком;
- ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони;
- кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы;
- после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение «ласточки».

Педагог способствует совершенствованию двигательных навыков детей, создает условия для поддержания инициативы и развития творчества, выполнения упражнений в различных условиях и комбинациях, использования двигательного опыта в игровой деятельности и повседневной жизни.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса:

- поднимание и опускание рук (одновременное, поочередное и последовательное) вперед, в сторону, вверх, сгибание и разгибание рук;
- сжимание пальцев в кулак и разжимание; махи и рывки руками;
- круговые движения вперед и назад; упражнения пальчиковой гимнастики;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника:

- повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений, наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя; поочередное поднимание и опускание ног лежа на спине;
- упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса:
- сгибание и разгибание ног, махи ногами из положения стоя, держась за опору, лежа на боку, сидя, стоя на четвереньках;
- выпады вперед и в сторону; приседания у стены (затылок, лопатки, ягодицы и пятки касаются стены);
- подошвенное и тыльное сгибание и разгибание стоп;
- захватывание предметов ступнями и пальцами ног, перекладывание их с места на место.

Педагог проводит с детьми разнообразные упражнения с акцентом на качестве выполнения движений, в том числе, в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений,

в разном темпе, с разным мышечным напряжением и амплитудой, с музыкальным сопровождением.

Предлагает упражнения с разноименными движениями рук и ног, на ориентировку в пространстве, с усложнением исходных положений и техники выполнения (вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кистях рук, перед собой и сбоку и другое). Педагог поддерживает и поощряет инициативу, самостоятельность и творчество детей (придумать новое упражнение или комбинацию из знакомых движений). Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

- музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Могут быть использованы следующие упражнения, разученные на музыкальных занятиях: танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками, поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, на носок, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад а сторону, кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону на носок и на пятку, комбинации из двух-трех движений в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук, в сторону в такт и ритм музыки.

Строевые упражнения:

педагог совершенствует навыки детей в построении, перестроении, передвижении строем:

- быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному и по два, в круг, в шеренгу; равнение в колонне, шеренге;
- перестроение из одной колонны в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2-3); расчет на первый - второй и перестроение из одной шеренги в две;
- размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом;
- повороты во время ходьбы на углах площадки.

Подвижные игры:

- педагог продолжает знакомить детей подвижным играм, поощряет использование детьми в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр (в том числе, игр с элементами соревнования, игр-эстафет), способствующих развитию психофизических и личностных качеств, координации движений, умению ориентироваться в пространстве:
- педагог поддерживает стремление детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей;

- побуждает проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность;
- поощряет творчество детей, желание детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать;
- продолжает воспитывать сплоченность, взаимопомощь, чувство ответственности за успехи и достижения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности;
- способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности.

Спортивные игры:

педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

Городки:

- бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение;
- знание 4-5 фигур, выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

Элементы баскетбола:

- передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча);
- перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении;
- ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и тому подобное) и с разных сторон;
- забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча;
- ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола:

- передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте;
- ведение мяч «змейкой» между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота, игра по упрощенным правилам.

Элементы хоккея:

- (без коньков - на снегу, на траве): ведение шайбы клюшкой, не отрывая её от шайбы; прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживание шайбы клюшкой;
- ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними;
- забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева);
- попадание шайбой в ворота, ударяя по ней с места и после ведения.

Бадминтон:

- перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.
- Элементы настольного тенниса:
- подготовительные упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену);
- подача мяча через сетку после его отскока от стола.

Спортивные упражнения:

- педагог продолжает обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках:

- игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.

Ходьба на лыжах:

- скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500-600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий;
- попеременным двухшажным ходом (с палками);
- повороты переступанием в движении;
- поднимание на горку «лесенкой», «ёлочкой».

Катание на коньках:

- удержание равновесия и принятие исходного положения на коньках (на снегу, на льду); приседания из исходного положения;
- скольжение на двух ногах с разбега;
- повороты направо и налево во время скольжения, торможения; скольжение на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь.

Катание на двухколесном велосипеде, самокате:

- по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость.

Формирование основ здорового образа жизни:

Педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья, о разных видах спорта (санный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и другие), спортивных событиях и достижениях отечественных спортсменов. Дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивны инвентарем, оборудованием), во время туристских прогулок и экскурсий. Приучает детей следить за своей осанкой, формирует представление о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство

сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей.

Активный отдых.

Физкультурные праздники и досуги:

- педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников предусматривают сезонные спортивные упражнения, элементы соревнования, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнений. Досуг организуется 1 -2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 40-45 минут.

Содержание досуга включает:

- подвижные игры, в том числе, игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, творческие задания. Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, ярким спортивным событиям и достижениям выдающихся спортсменов.
- Дни здоровья:

проводятся 1 раз в квартал. В этот день педагог организует оздоровительные мероприятия, в том числе физкультурные досуги, и туристские прогулки.

- Туристские прогулки и экскурсии организуются при наличии возможностей дополнительного сопровождения и организации санитарных стоянок. Педагог организует пешеходные прогулки. Время перехода в одну сторону составляет 35-40 минут, общая продолжительность не более 2-2,5 часов. Время непрерывного движения 20-30 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут.

В ходе туристкой прогулки с детьми проводятся подвижные игры и соревнования, наблюдения за природой родного края, ознакомление с памятниками истории, боевой и трудовой славы, трудом людей разных профессий. Для организации детского туризма педагог формирует представления о туризме, как форме активного отдыха, туристских маршрутах, видах туризма, правилах безопасности и ориентировки на местности: правильно по погоде одеваться для прогулки, знать содержимое походной аптечки, укладывать рюкзак весом от 500 гр. до 1 кг (более тяжелые вещи класть на дно, скручивать валиком и аккуратно укладывать запасные вещи и коврик, продукты, мелкие вещи, игрушки, регулировать лямки); преодолевать несложные препятствия на пути, наблюдать за природой и фиксировать результаты наблюдений, ориентироваться на местности, оказывать помощь товарищу, осуществлять страховку при преодолении препятствий, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения во время туристской прогулки. Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:

- воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;
- приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;
- формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

Для реализации содержания образования по образовательной области «Физическое развитие» используется.

Образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы». Инновационная программа дошкольного образования «От рождения до школы». Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, Э. М. Дорофеевой. — Издание 6-е, дополненное — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2021. — с. 368.

Содержание образовательной деятельности с детьми 3-4 лет. Образовательная область «Физическое развитие». Стр. 185; с 4-5 лет-стр.224; с 5-6 лет-стр.270; с 6-7 лет- стр.318.

2.2. ВАРИАТИВНЫЕ ФОРМЫ, СПОСОБЫ, МЕТОДЫ И СРЕДСТВА РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Рабочая программа реализуется в течение всего времени пребывания ребенка в ДОО. Она предполагает построение образовательного процесса в формах, специфических для детей дошкольного возраста в соответствии с ФГОС ДО (п.2.5.).

Основание выбора форм, способов, методов и средств реализации рабочей программы

Формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы определяются в соответствии:

- с задачами воспитания и обучения;
- возрастными и индивидуальными особенностями детей;
- спецификой их образовательных потребностей и интересов;
- с учетом сформировавшейся практики воспитания и обучения детей;
- с учетом результативности форм, методов, средств образовательной деятельности применительно к возрастной группе детей 3-4 лет.

Вариативность форм, методов и средств реализации рабочей программы зависит не только от учёта возрастных особенностей обучающихся, их индивидуальных и особых образовательных потребностей, но и от личных интересов, мотивов, ожиданий, желаний детей. Важное значение имеет признание приоритетной субъективной позиции ребёнка в образовательном процессе.

При выборе форм, методов, средств реализации рабочей программы учитываются субъектные проявления ребёнка в деятельности:

- интерес к миру и культуре;
- избирательное отношение к социокультурным объектам и разным видам деятельности;
- инициативность и желание заниматься той или иной деятельностью;
- самостоятельность в выборе и осуществлении деятельности;
- творчество в интерпретации объектов культуры и создании продуктов деятельности.

Формы реализации рабочей программы

Согласно ФГОС ДО при реализации рабочей программы используются различные формы в соответствии с видом детской деятельности и возрастными особенностями детей 3-4 лет.

Рабочая программа реализуется в процессе организованной образовательной деятельности; образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов (утренняя гимнастика, гимнастика после сна, закаливающие процедуры с использованием корригирующей гимнастики, подвижные игры, физкультурные упражнения на прогулке, индивидуальная работа, физкультминутки, динамические паузы, досуги, развлечения, праздники и др.); во время самостоятельной деятельности детей.

Формы организации образовательной деятельности

№ п/п	Название формы	Содержание	Примечание

1	Фронтальная	Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение	Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях
2	Поточная	Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом) передвигаются, выполняя заданное упражнение (ходьба с продвижением вперед и т.д.).	Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное - осуществлять страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала
3	Групповая	Дети по указанию педагога распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его	Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (например, с мячом)
4	Индивидуальная	Используется при работе с детьми с особыми образовательными потребностями	

Методы обучения и воспитания

Для достижения задач воспитания в ходе реализации рабочей программы используются следующие методы:

- организации опыта поведения и деятельности (приучение к положительным формам общественного поведения, упражнение, воспитывающие ситуации, игровые методы);
- осознания детьми опыта поведения и деятельности (разъяснение норм и правил поведения, этические беседы, обсуждение поступков и жизненных ситуаций, личный пример);
- мотивации опыта поведения и деятельности (поощрение, методы развития эмоций, игры, соревнования и др.).

При организации обучения следующие методы:

- традиционные методы (словесные, наглядные, практические);
- методы, в основу которых положен характер познавательной деятель ности детей (информационно-рецептивный, репродуктивный, метод проблемного изложения, частично-поисковый (эвристический), исследовательский).

При выборе методов воспитания и обучения учитываются:

- возрастные и личностные особенности детей,
- педагогический потенциал каждого метода,
- условия его применения,
- реализуемые цели и задачи,
- планируемые результаты.

Для решения задач воспитания и обучения используется комплекс методов.

Средства реализации рабочей программы

При реализации рабочей программы используются различные средства, представленные совокупностью материальных и идеальных объектов:

- демонстрационные и раздаточные;
- визуальные, аудийные, аудиовизуальные;
- естественные и искусственные;
- реальные и виртуальные.

Средства используются для развития следующих видов деятельности детей: двигательной, предметной, игровой, коммуникативной, музыкальной и др.

При реализации рабочей программы могут использоваться дистанционные образовательные технологии, электронное обучение, исключая образовательные технологии, которые могут нанести вред здоровью детей.

Применение электронного обучения, дистанционных образовательных технологий, а также работа с электронными средствами обучения осуществляется в соответствии с требованиями СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.

Структура занятия в рамках физкультурной организованной образовательной деятельности

Структура занятия в рамках физкультурной организованной образовательной деятельности состоит из вводной, основной и заключительной частей.

Выделение частей занятия обусловлено физиологическими, психологическими и педагогическими закономерностями.

Вводная часть обеспечивает постепенное включение детей в двигательную деятельность. Вводная часть составляет 1/6 часть занятия. В эту часть включаются упражнения в построениях, перестроениях; различные варианты ходьбы, бега, прыжков с относительно умеренной нагрузкой; несложные игровые задания.

Основная часть (самая большая по объему и значимости) способствует достижению оптимального уровня работоспособности в соответствии с задачами занятия. Основная часть составляет 4/6 части занятия. В эту часть включаются упражнения на развитие опорно-двигательного аппарата, физических и морально - волевых качеств личности. Эти общеразвивающие упражнения, проводящиеся с разным темпом и амплитудой движения, укрепляют крупные мышечные группы, способствуют формированию правильной осанки, умения ориентироваться в пространстве. Одно из ведущих мест в основной части занятия занимает обучение основным видам движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье), обеспечивающим всестороннее воздействие на организм ребенка и его функциональные возможности. В содержание основной части занятия входят также подвижные игры большой и средней интенсивности, несложные игровые задания, эстафеты

Заключительная часть выравнивает функциональное состояние организма детей. Заключительная часть составляет 1/6 часть занятия. В содержание этой части входят упражнения в ходьбе, игры малой подвижности, хороводы, несложные игровые задания.

2.3. СПОСОБЫ И НАПРАВЛЕНИЯ ПОДДЕРЖКИ ДЕТСКОЙ ИНИЦИАТИВЫ

Для поддержки детской инициативы используются следующие основные способы:

- создание условий для свободного выбора детьми деятельности;
- создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;
- недирективная помощь детям, поддержка детской инициативы и самостоятельности на занятиях по физической культуре.

2.4. ОРГАНИЗАЦИЯ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЫ

Цель и задачи коррекционно-развивающей работы

Цель КРР: обеспечение коррекции нарушений развития у различных категорий детей, оказание им квалифицированной помощи в освоении рабочей программы.

Задачи КРР:

- - выявление обучающихся, которым требуется адресное психолого-педагогического сопровождение,
- - определение особых образовательных потребностей обучающихся;
- - реализация комплекса индивидуально ориентированных мер по ослаблению, снижению или устранению отклонений в развитии и проблем поведения;
- - оказание родителям (законным представителям) обучающихся консультативной психолого-педагогической помощи по вопросам развития и воспитания детей дошкольного возраста;
- - реализация комплекса индивидуально ориентированных мер по ослаблению, снижению или устранению отклонений в развитии и проблем поведения.

Целевые группы обучающихся
для оказания им адресной помощи

В группе имеются следующие целевые группы обучающихся для оказания им адресной психологической помощи и включения их в программы психолого-педагогического сопровождения:

Обучающиеся с особыми образовательными потребностями:

- обучающиеся с ОВЗ;

Далее приводится информация о содержании и формах коррекционной деятельности в соответствии с имеющимися целевыми группами.

2.5. ОРГАНИЗАЦИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Воспитательная работа в осуществляется в соответствии с рабочей программой воспитания ДОО и календарным планом воспитательной работы.

В рамках образовательной области «Физическое развитие» приоритетным направлением воспитания является «Физическое и оздоровительное воспитание».

Целевыми ориентирами воспитания по направлению «Физическое и оздоровительное воспитание» на этапе завершения освоения программы дошкольного образования являются:

- понимающий ценность жизни, владеющий основными способами укрепления здоровья -

занятия физической культурой, закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены и безопасного поведения и другое; стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих;

- проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества;
- демонстрирующий потребность в двигательной деятельности;
- имеющий представление о некоторых видах спорта и активного отдыха.

Решение задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье».

Это предполагает:

- формирование у ребёнка возрастосообразных представлений о жизни, здоровье и физической культуре;
- становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, интереса к физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, к овладению гигиеническим нормам и правилами;
- воспитание активности, самостоятельности, уверенности, нравственных и волевых качеств.

Содержание воспитательной работы по направлению «Физическое и оздоровительное воспитание»

Ценность: здоровье.

Цель физического и оздоровительного воспитания: сформировать навыки здорового образа жизни, где безопасность жизнедеятельности лежит в основе всего.

Задачи по формированию здорового образа жизни:

- обеспечение построения образовательного процесса физического воспитания обучающихся (совместной и самостоятельной деятельности) на основе здоровье формирующих и здоровье сберегающих технологий, и обеспечение условий для гармоничного физического и эстетического развития ребенка;
- закаливание, повышение сопротивляемости к воздействию условий внешней среды;
- укрепление опорно-двигательного аппарата; развитие двигательных способностей, обучение двигательным навыкам и умениям;
- формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;
- организация сна, здорового питания, выстраивание правильного режима дня;
- воспитание экологической культуры, обучение безопасности жизнедеятельности.

Направления деятельности:

- организация подвижных, спортивных игр, в т.ч. традиционных народных игр, дворовых игр на территории детского сада;
- создание детско-педагогических работников проектов по здоровому образу жизни;
- введение оздоровительных традиций в ДОО.

План воспитательной работы
Праздники

Наименование	Сроки	Ответственный
Всемирный день мира	Сентябрь	Воспитатели, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре.
День гражданской обороны Российской Федерации – открытое занятие ОБЖ с проведением тренировок по защите детей и персонала от ЧС	Октябрь	Воспитатели, инструктор ФК
День отца	Октябрь	Воспитатели, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре.
День народного единства	Ноябрь	Воспитатели, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре.
Рождественские колядки	Январь	Воспитатели, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре.
Народный праздник «Масленица»	Март	Воспитатели, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре.
День космонавтики	Апрель	Воспитатели, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре.
День России	Июнь	Воспитатели, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре.
День семьи любви и верности	Июль	Воспитатели, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре.
День рыбака	Июль	Воспитатели, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
Международный день светофора	Август	Воспитатели, инструктор по физкультуре
День физкультурника	Август	Воспитатели, инструктор по физкультуре

Спортивные праздники и развлечения

Мероприятие	Сроки	Ответственный
Физкультурное развлечение для средней группы «Мы здоровьем дорожим»	Сентябрь	Инструктор по физкультуре, воспитатели
Спортивный праздник «День отца»	Октябрь	Инструктор по физкультуре, воспитатели
Спортивный досуг «Ребята, давайте жить дружно»	Ноябрь	Инструктор ФК
Физкультурное развлечение «День рождения Олимпийского Мишки»	Декабрь	Инструктор по физкультуре, воспитатели
Спортивный досуг «День рождения Снеговика»	Январь	Инструктор по физкультуре, воспитатели
Всероссийская массовая лыжная гонка «Лыжня России 2024»	Февраль	Инструктор по физкультуре, воспитатели
Музыкально-спортивное развлечение «Масленица»	Март	Инструктор ФК, воспитатели, музыкальный руководитель
Всемирный день здоровья	Апрель	Инструктор по физкультуре, воспитатели
Спортивный досуг «Весёлые старты»	Май	Инструктор по физкультуре
Музыкально-спортивный праздник «День защиты детей»	Июнь	Инструктор ФК, воспитатели, музыкальный руководитель
Спортивный праздник "Мы - спортивная семья»	Июль	Инструктор ФК, воспитатели
Физкультурное развлечение «День физкультурника»	Август	Инструктор ФК, воспитатели

2.6. ПЛАН ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Рабочая программа, опираясь на образовательную программу ДОО, предполагает проведение организованной образовательной деятельности (далее ООД) по физической культуре 3 раза в неделю (2 раза проводится инструктором по физической культуре в помещении, 1 раз – воспитателем на улице) в каждой возрастной группе в соответствии с требованиями СанПиН.

Занятия с детьми 3-4 лет проводятся 3 раза в неделю по 15 мин.

Занятия с детьми 4-5 проводятся 3 раза в неделю по 20 минут

Занятия с детьми 5-6 лет проводятся 3 раза в неделю по 25 минут

Занятия с детьми 6-7 лет проводятся в неделю по 30 минут

Расписание организованной образовательной деятельности

Номер (название) группы	Возраст	День	Время	Примечание
«Почемучки»	2-4	вторник	09.30-09.45	
		среда	10.30-10.45	На воздухе
		пятница	09.30-0945	
«Непоседы» Средняя группа	4-5	вторник	09.40-10.00	
		среда	10.55-11.15	На воздухе
		пятница	09.40-10.00	
Старшая группа	5-6	вторник	09.40-10.05	
		среда	10.55-11.20	На воздухе
		пятница	09.-10.05	
Подготовительная группа	6-7	вторник	09.40-10.10	
		среда	10.55-11.25	На воздухе
		пятница	09.40-10.10	

Перспективный план
организованной образовательной деятельности

Сентябрь **1-ая неделя**

ОД	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 1 стр. 24 (3-4 года)** **Цель**: развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	**Занятие № 1 стр. 19 (4-5 лет)** **Цель:** упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при подпрыгивании.	**Занятие № 1 стр. 16 (5-6 лет)** Цель: упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге врассыпную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча.	**Занятие № 1 стр. 10 (6-7 лет)** **Цель**: упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча. стоя в шеренгах (дистанция между детьми 3 м).
2-ая неделя				

Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 1 стр. 24** **(3-4 года)** **Цель**: развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	**Занятие № 1 стр. 19** **(4-5 лет)** **Цель:** упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при подпрыгивании. **Занятие № 2 стр. 21** *Основные виды движений.* 1.Ходьба между двумя линиями (ширина 20 см). Выполняется двумя колоннами поточным способом друг за другом. После того как все дети пройдут между двумя линиями, подается сигнал к бегу, и так в чередовании 3-4 раза. 2.Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до кубика (кегли), на расстояние 3-4 м. Повторить 2 раза. **Занятие № 3 стр. 21** Цель: упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному и врассыпную; в умении действовать по сигналу; развивать лов-	**Занятие № 1 стр. 16** **(5-6 лет)** Цель: упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге врассыпную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча. **Занятие № 2 стр. 18** *Основные виды движений.* 1.Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи, руки за головой. 2.Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед (дистанция 4 м) между предметами, положенными вдоль зала (площадки), на расстоянии 40 см один от другого («змейкой»). 3.Броски мяча о пол между шеренгами одной рукой и ловля его двумя руками после отскока о пол (первая группа детей выполняет броски, а вторая ловит их после отскока о пол, затем другая шеренга бросает мячи, а другая ловит, и так поочерёдно). **Занятие № 3 стр. 19** Цель: упражнять детей в построении в колонны; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	**Занятие № 1 стр. 10 (6-7 лет)** **Цель**: упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча. **Занятие № 2 стр. 12** *Основные виды движений.* 1.Ходьба по гимнастической скамейке боком, перешагивая через набивные мячи (количество мячей зависит от длины скамейки), последовательно через каждый (два приставных шага, на третий – перешагивание через мяч). Голову и спину держать прямо, в конце скамейки сойти, не прыгая. Руки на пояс (или за голову). 2. Прыжки на двух ногах через набивные мячи (5–6 шт.; расстояние между мячами 4 см). 3.Переброска мячей (диаметр 20–25 см) двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах (дистанция между детьми 3 м). **Занятие № 3 стр. 12** **Цель**: упражнять детей в равномерном беге и беге с ускорением; знакомить с прокатыванием обручей, развивая ловкость и глазомер, точность движений; повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперед.

		кость и глазомер при прокатывании мяча двумя руками.		
3-я неделя				
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 2 стр. 25 (3-4 года)** **Цель: у**пражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте. **Материал для повторения с 30.** *1-я неделя.* Игровые упражнения: с мячом – прокати мяч, броски вперед и т. д. У детей 3–4 лет еще слабый навык игры с мячом, поэтому для его формирования желательно каждый день проводить различные упражнения, игры с бегом "Догоните меня, "Бегите ко мне".	**Занятие № 4 стр. 22** **Цель:** учить детей энергичнее отталкиваться от пола и приземляться. **Занятие № 5 стр. 24** *Основные виды движений* 1.«Достань до предмета»- прыжки на двух ногах вверх. 2.Прокатывание мячей друг другу, можно изменить способ выполнения и исходное положение ног. 3.Ползание на четвереньках по прямой. **Занятие № 6 стр. 24** Цель: упражнять детей в ходьбе и беге по одному, на носках; учить катать обруч друг другу.	**Занятие № 4 стр. 21** **Цель:** повторить ходьбу и бег между предметами. **Занятие № 5 стр.23** *Основные виды движений:* 1.Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками с хлопком в ладоши. 2.«Достань до предмета»- прыжки в высоту с места. 3.Ползание на четвереньках между предметами. **Занятие № 6 стр. 23** **Цель**: повторить ходьбу и бег между предметами врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя, упражнение в прыжках.	**Занятие № 4 стр. 13** **Цель:** упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции. **Занятие № 5 стр. 16** *Основные виды движений:* 1.Прыжки на двух ногах между предметами, положенными в одну линию. 2.Перебрасывание мяча стоя в шеренгах двумя руками снизу по сигналу воспитателя. 3.«Крокодил»- ползание на руках (ноги держит другой ребенок), дистанция 3 метра. **Занятие № 6 стр. 16** **Цель**: упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу.

		4-ая неделя		
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 3 стр. 27 (3-4 года)** Цель: развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании. Материал для повторения 3-я неделя. Игровые упражнения на равновесие – "Пойдем по мостику" (по доске, шириной 25 см). Подвижные игры с мячом, с прыжками. **Занятие № 4 стр. 28 (3-4 года)** Цель: развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур. **Материал для повторения 4-я неделя**. Игровые упражнения и подвижные игры на весь пройденный материал.	**Занятие № 7 стр. (4-5 лет).** **Цель**: упражнять детей в ходьбе колонной по одному, бег врассыпную. **Занятие № 8 стр.28** *Основные виды движений* 1.Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками 2. Лазанье под дугу выполняется поточным способом двумя колоннами. 3.Прыжки на двух ногах между кубиками, поставленными в один ряд на расстоянии 0,5 м один от другого. **Занятие № 9 стр. 29** Цель: упражнять в ходьбе в обход предметов, поставленных по углам площадки; повторить подбрасывание и ловлю мяча руками. **Занятие № 10 стр. 30** **Занятие № 11 стр. 32** **Занятие № 12 стр. 32**	**Занятие № 7 стр. 25 (5-6 лет).** Цель: упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге, ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони, в подбрасывании мяча вверх. **Занятие №8 стр. 27** *Основные виды движений* 1.Перебрасывание мячей друг другу между шеренгами на расстоянии 2,5 метра одна от другой. 2.Ползание о гимнастической скамейке с опорой на предплечья и колени. 3.Упражнение в равновесии-ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе. **Занятие № 9 стр. 27** Цель: повторить бег, упражнение в прыжках. **Занятие № 10 стр. 28** **Занятие № 11 стр. 30** **Занятие № 12 стр. 31**	**Занятие № 7 стр. 18 (6-7 лет)** Цель: упражнять в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов. **Занятие № 8 стр. 19** *Основные виды движений:* 1.Бросание мяча правой и левой рукой попеременно, ловля его двумя руками. 2.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях. 3.Упражнение в равновесии_ ходьбе по гимнастической скамейке. **Занятие № 9 стр.20** **Цель**: упражнять в чередовании ходьбы и бега **Занятие № 10 стр. 21** **Занятие № 11стр. 23**
Октябрь		**1-ая неделя**		
	Занятие № 5 стр. 31	**Занятие № 13 стр. 35**	**Занятие № 13 стр. 33 (5-6 лет)**	**Занятие № 13 стр. 26 (6-7 лет)**

Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**(3-4** года) Цель: упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры. Материалы для повторения стр. 37 (1 неделя)	**(4-5 лет)** Цель: учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. **Занятие№ 14 стр. 37** Основные виды движений. Упражнения в равновесии-ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Прыжки на двух ногах до косички, перепрыгнуть через нее, а затем пройти в конец колонны.). **Занятие № 15 стр. 37** Цель: упражнять в перебрасывании мяча через сетку, развивать ловкость и глазомер.	Цель: упражнять детей в беге в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке Занятие № 14 стр. 35 Основные виды движений. 1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. 2. Прыжки на двух ногах через шнуры справа и слева, продвигаясь вперед. Передача мяча руками от груди. **Занятие № 15 стр. 35** Цель: повторить ходьбу с высоким подниманием колен	Цель: закреплять навыки ходьбы между предметами. **Занятие № 14 стр. 27** Основные виды движений. Упражнять в равновесии-ходьба по гимнастической скамейке. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него. Переброска мячей друг другу парами, стоя в шеренге. **Занятие № 15 стр. 28** Цель: упражнять детей в беге с преодолением препятствий.
		2-ая неделя		
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 6 стр. 32 (3-4 года)** Цель: упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги. Материал для повторения 2 неделя стр. 37.	**Занятие № 16 стр. 38 (4-5 лет).** Цель: учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега. **Занятие № 17 стр. 40** Основные виды движений. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.	**Занятие № 16 стр. 36 (5-6 лет)** Цель: разучить поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному. **Занятие № 17 стр. 39** Основные виды движений. Прыжки со скамейки на полусогнутых ногах. Перебрасывание мячей друг другу,	**Занятие № 16 стр. 29 (6-7 лет).** Цель: упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу. **Занятие № 17 стр. 31** Основные виды движений. Прыжки с высоты 40 см с приземлением на полусогнутые ноги. Отбивание мяча одной рукой, продвигаясь вперед, и забрасывание мяча в корзину двумя руками.

		Прокатывание мяча между 55 предметами, поставленными в один ряд. **Занятие № 18 стр. 40** Цель: упражнять детей в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках.	стоя в шеренгах двумя руками от груди. Ползание на четвереньках с переползанием через препятствие. **Занятие № 18 стр. 39** Цель: упражнять в ходьбе и беге.	Пролезание в обруч на четвереньках, а также прямо и боком, не касаясь руками пола, в группировке. **Занятие №18 стр. 31** Цель: повторить бег в среднем темпе.
3-я неделя				
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 7 стр. 33 (3-4 года)** Цель: упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; ползании. Материала для повторения с.37 3 неделя	**Занятие № 19 стр. 41 (4-5** лет) Цель: повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски. **Занятие № 20 стр. 43** Основные виды движений Лазание под дугу двумя колоннами поточным способом Прыжки на дух ногах че-	**Занятие № 19 стр. 41** Цель: упражнять в ходьбе с изменением темпа движения **Занятие № 20 стр. 43** Основные виды движений. 1.Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния 2,5 метра. 2.Ползание на четвереньках между набивными мячам, поставленными на расстоянии 1 м один друг от друга. 3.Упражнение в равновесии- ходьба	**Занятие № 19 стр. 32** Цель: упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен. **Занятие № 20 стр. 34** Основные виды движений. 1.Ведение мяча между предметами, расстояние между предметами 1 м. 2.Ползание на четвереньках по прямой, подталкивая вперед головой м набивной мяч. 3.Упражнения в равновесии-ходьба по рейке гимнастической скамейке, руки за головой, темп меренный, но не медленный.. **Занятие № 21 стр. 35**

		рез 4-5 линий. Подбрасывание мяча двум руками. **Занятие № 21 стр. 43** Цель: упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, поставленными произвольно по всей площадке.	по гимнастической скамейке боком приставным шагом. **Занятие № 21 стр. 43** Цель: упражнять в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия.	Цель: закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя
4-ая неделя				
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 8 стр. 35** Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии. Материал для повторения 4-я неделя. Игровые упражнения с мячом – катание мячей друг другу, "Прокати мяч по дорожке". Прыжки с продвижением вперед. Подвижные игры "Поймай комара", "Догони мяч", "По мостику", "Наседка	**Занятие № 22 стр. 44** Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге врассыпную; повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры. **Занятие № 23 стр. 46** Основные виды движений. Лазанье под шнур, натянутый на высоте 40 см, с мячом в руках, затем выпрямиться, подняв мяч вверх, опустить (3-4 раза). Прокатить мяч по дорожке (ширина 25 см) в пря-	**Занятие № 22 стр. 44** Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье под обруч; упражнять в равновесии и прыжках. **Занятие № 23 стр. 46** Основные виды движений. Ползание на четвереньках с преодолением препятствий (через гимнастическую скамейку). Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопнуть в ладоши, встать и пройти дальше (руки на пояс или за голову). Прыжки на препятствие (высота 20 см), 2-3 раза. **Занятие № 24 стр. 47** Развивать выносливость в беге продолжительностью до 1,5 мин; разучить игру «Посадка картофеля»; упражнять в прыжках,	**Занятие № 22 стр. 36** Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре. **Занятие № 23 стр. 37** Основные виды движений. 1.«Проползи – не урони». Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. Голову не опускать, смотреть вперёд (2-3 раза). 2.Прыжки на двух ногах между предметами (мячи, кубики, кегли), в конце прыгнуть в обруч. 3.Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс (2-3 раза). **Занятие № 24 стр. 38** Повторить ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в

	и цыплята". **Занятие № 9 стр. 38** Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках. Материал для повторения 1-я неделя. Игровые упражнения: лазание под дугу (шнуры); с мячом – "Прокати мяч и доползи", "Прокати и догони мяч; равновесие – "Пробеги по мостику (по дорожке)". Подвижные игры "Мыши в кладовой", "Поезд", "По ровненькой дорожке".	мом направлении, затем пробежать за мячом по дорожке (2-3 раза). **Занятие № 24 стр. 47** Повторить ходьбу и бег колонной по одному; упражнять в бросании мяча в корзину, развивая ловкость и глазомер.	развивать внимание в игре «Затейники».	умеренном темпе; упражнять в прыжках и переброске мяча.
Ноябрь			**1-ая неделя**	
	Занятие № 10 стр.39 Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер.	**Занятие № 28 стр. 52** Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носочках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча. **Занятие № 29 стр. 54** Основные виды движений. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд меж-	**Занятие 28стр.53** Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперёд; упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами. **Занятие № 29 стр. 55** Основные виды движений. Прыжки на правой и левой ноге по-	**Занятие № 28 стр. 44** Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжки через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. **Занятие № 29 стр. 46** Основные виды движений. Прыжки через короткую скакалку, вращая её вперёд. Ползание в прямом направлении на четвереньках, подталкивая мяч головой (вес мяча не более 1 кг).

Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Материал для повторения** 2-я неделя. Игровые упражнения: равновесие – ходьба из обруча в обруч; прыжки – "Перепрыгни из ямки в ямку (из обруча в обруч). Подвижные игры "Наседка и цыплята", "Догони мяч".	ду предметами (кубики, набивные мячи, кегли). Дистанция 3м. выполняется двумя колоннами поточным способом 2-3 раза. (Внимание – энергичному отталкиванию от пола и взмаху рук.) Перебрасывание мяча друг другу (стоя в шеренгах на расстоянии 1,5 м одна от другой) двумя руками снизу. **Занятие № 30 стр. 54** Повторить ходьбу с выполнением заданий; бег с перешагиванием; упражнение в прыжках и прокатывании мяча в прямом направлении.	переменно (расстояние 4 метра), повторить 2 раза. Ползание на четвереньках, подталкивая мяч головой (вес мяча 0,5 кг). Ведение мяча в ходьбе (диаметр мяча 6-8 см), повторить 2 раза. **Занятие № 30 стр. 55** Повторить бег с перешагиванием через предметы, развивая координацию движений; развивать ловкость в игровом задании с мячом, упражнять в беге	Передача мяча в шеренгах (3-4 шеренги; дети стоят на расстоянии одного шага друг от друга и передают вдоль шеренги мяч с поворотом к партнёру). Проводится в виде эстафеты, с определением команды – победителя. **Занятие № 30 стр.46** (повторение) Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведении мяча с продвижением вперёд; упражнять в лазанье под дугу, в равновесии.
2-ая неделя				
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 11 стр.41** Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять	**Занятие № 31 стр. 55** Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросании мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках.	**Занятие № 31 стр. 57** Упражнять детей в ходьбе и изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом. **Занятие № 32 стр. 58** Основные виды движений.	**Занятие № 31 стр. 48** Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперёд; упражнять в лазаньи под дугу, в равновесии. **Занятие № 32 стр. 50** Основные виды движений.

	в ползании. Материал для повторения 3-я неделя. Игровые упражнения: прыжки – до кубика, до обруча, до игрушки; "Перепрыгни ручеек"; с мячом – "Прокати до мяч до кегли и сбей ее". Подвижные игры "Поймай комара", "Кот и мыши", "Найди свой домик".	**Занятие № 32 стр. 56** Основные виды движений. Броски мяча о пол одной рукой и ловля его двумя руками после отскока (10 -12 раз). Ползание в шеренгах в прямом направлении с опорой на ладони и ступни – «как медвежата». Дистанция 3 м (повторить 2 раза). Прыжки на двух ногах между предметами, поставленными в один ряд. Дистанция 3 м. Занятие № 33 стр. 57 Упражнять детей в ходьбе между предметами, не задевая их; упражнять в прыжках и беге с ускорением.	Ведение мяча в ходьбе (баскетбольный вариант) на расстояние 6м, 2-3 раза. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, с опорой на предплечья и колени, 2-3 раза. Ходьба на носках, руки за головой, между набивными мячами, 2-3 раза. **Занятие № 33 стр. 59** Упражнять в беге, развивая выносливость; в перебрасывании мяча в шеренгах. Повторить игровые упражнения с прыжками и бегом.	Метание мешочков в горизонтальную цель с расстояния 3-4 м. Ползание «по-медвежьи» на ладонях и ступнях в прямом направлении (дистанция не более 5 м), затем подняться, потянуться вверх, руки прямые, хлопнуть в ладоши над головой. Выполняется шеренгами. Повторить 2 раза в одну сторону зала, а затем в обратном направлении. **Занятие № 33 стр. 50** Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен; повторить игровые упражнения с мячом и бегом.
3-я неделя				
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 12 стр.43** Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в рав-	**Занятие № 34 стр. 58** Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание	**Занятие № 34 стр. 60** Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии и прыжках. **Занятие № 35 стр. 62** Основные виды движений. Подлезание под шнур прямо и боком (2—3 раза).	**Занятие № 34 стр. 51** Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; разучить в лазаньи на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесие. **Занятие № 35 стр. 53** Основные движения

	новесии. Материал для повторения 4-я неделя. Игровые упражнения с мячом – катание мячей в парах; "Прокати в ворота"; ползание – "Доползи до зайки (на ладонях и коленях), лазание под дугу ("мышки", "котята"). Подвижные игры "Пузырь", "Поймай комара", "Зайка серый умывается".	на сохранение устойчивого равновесия. **Занятие № 35 стр. 59** Основные виды движений. 1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом: на середине скамейки присесть, руки вынести вперед, затем выпрямиться и пройти дальше; в конце скамейки сделать шаг вперед - вниз. Положение рук может быть различным - на пояс, в стороны, за голову. Повторить 2 раза. 2.Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени (2-3 раза). 3.Прыжки на двух ногах до кубика (или кегли) на расстояние 3 м (2 раза). Занятие № 36 стр. 60 Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки; развивать глазомер и силу броска при метании на дальность, упражнять в прыжках.	Прыжки на правой и левой ноге попеременно (два или три прыжка на одной ноге и два прыжка на другой). Ходьба между предметами на носках, руки за головой. **Занятие № 36 стр. 62** Повторить бег с преодолением препятствий; повторить игровые упражнения с прыжками, с бегом и мячом.	Повторить лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет и спуск вниз (особое внимание при выполнении упражнения уделять положению рук). Равновесие — ходьба на носках по уменьшенной площади опоры (ширина 15—20 см), руки на пояс или за голову. Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди (баскетбольный вариант). **Занятие № 36 стр. 54** Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в поворотах прыжком на месте; повторить прыжки на правой и левой ноге, огибая предметы; упражнять в выполнении заданий с мячом.
3-я неделя				
	Занятие № 11 стр.41	**Занятие № 31 стр. 55**	**Занятие № 31 стр. 57 (ПОВТОРЕ-**	**Занятие № 31 стр. 348 (ПОВТОРЕНИЕ)**

Физическое развитие Пензулаева Л.И.	(ПОВТОРЕНИЕ) Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании. **Материал для повторения** (ПОВТОРЕНИЕ) 3-я неделя. Игровые упражнения: прыжки – до кубика, до обруча, до игрушки; "Перепрыгни ручеек"; с мячом – "Прокати до мяч до кегли и сбей ее". Подвижные игры "Поймай комара", "Кот и мыши", "Найди свой домик".	(ПОВТОРЕНИЕ) Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросании мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках. **Занятие № 29 стр. 54** (ПОВТОРЕНИЕ) Основные виды движений. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд между предметами (кубики, набивные мячи, кегли). Дистанция 3м. выполняется двумя колоннами поточным способом 2-3 раза. (Внимание – энергичному отталкиванию от пола и взмаху рук.) Перебрасывание мяча друг другу (стоя в шеренгах на расстоянии 1,5 м одна от другой) двумя руками снизу. **Занятие № 33 стр. 57** (ПОВТОРЕНИЕ) Упражнять детей в ходьбе между предметами, не задевая их; упражнять в прыжках и беге с ускорением	**НИЕ**) Упражнять детей в ходьбе и изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом. **Занятие № 29 стр. 55** (ПОВТОРЕНИЕ) Основные виды движений. Прыжки на правой и левой ноге попеременно (расстояние 4 метра), повторить 2 раза. Ползание на четвереньках, подталкивая мяч головой (вес мяча 0,5 кг). Ведение мяча в ходьбе (диаметр мяча 6-8 см), повторить 2 раза **Занятие № 33 стр. 59** (ПОВТОРЕНИЕ) Упражнять в беге, развивая выносливость; в перебрасывании мяча в шеренгах. Повторить игровые упражнения с прыжками и бегом.	Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперёд; упражнять в лазаньи под дугу, в равновесии. **Занятие № 29 стр. 46** (ПОВТОРЕНИЕ) Основные виды движений. Прыжки через короткую скакалку, вращая её вперёд. Ползание в прямом направлении на четвереньках, подталкивая мяч головой (вес мяча не более 1 кг). Передача мяча в шеренгах (3-4 шеренги; дети стоят на расстоянии одного шага друг от друга и передают вдоль шеренги мяч с поворотом к партнёру). Проводится в виде эстафеты, с определением команды – победителя. **Занятие № 33 стр. 50** (ПОВТОРЕНИЕ) Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен; повторить игровые упражнения с мячом и бегом

Декабрь	1-ая неделя			
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 13 стр.45** Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках. Материал для повторения 1-я неделя. Игровые упражнения: подлезание – "Пролезть в норку" (мышки, котята, лисята) (высота 40–50 см); равновесие – "пройти по дорожке", "Перешагни через кубик"; с мячом – "Прокати и догони мяч", "Поймай мяч, брошенный воспитателем".	**Занятие № 37 стр. 62** Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие. **Занятие № 38 стр. 63** Основные виды движений. 1.Равновесие - ходьба по шнуру, положенному по кругу (спину и голову держать прямо и соблюдать дистанцию друг от друга) (2 раза). 2.Прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров, положенных на расстоянии 40 см один от другого (2 раза). 3.Прокатывание мяча между 4-5 предметами (кубики, набивные мячи), подталкивая его двумя руками снизу и не отпуская далеко от себя. Расстояние между предметами 1 м. Повторить 2 раза. **Занятие № 39 стр. 64**	**Занятие № 37 стр. 64** Упражнять детей в умении сохранять в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча. **Занятие № 38 стр. 66** Основные виды движений. 1.Ходьба по наклонной доске, прямо, руки в стороны, переход на гимнастическую скамейку. 2.Ходьба по скамейке с перешагиванием через набивные мячи, положенные на расстоянии двух шагов ребёнка. Прыжки на двух ногах, между набивными мячами (общая дистанция 4 м.) 3.Переброска мячей (диаметр 20-25 см) друг другу в парах произвольным способом (по выбору детей) **Занятие № 39 стр. 67** Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками; упражнять в метании снежков на дальность.	**Занятие № 37 стр. 56** Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге врассыпную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (боком приставным шагом, с перешагиванием). Развивать ловкость в упражнениях с мячом. **Занятие № 38 стр. 58** Основные виды движений. 1.Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, руки на пояс; на середине присесть, вынести руки вперед, подняться и пройти дальше; в конце скамейки сойти, не прыгая, Страховка воспитателем обязательна. 2.Переброска мячей друг другу, стоя в шеренгах (расстояние между детьми 2—2,5 м). Исходное положение — стойка ноги на ширине плеч. Броски мяча выполняются двумя руками снизу, от груди и из-за головы (в каждой серии по 10-12 бросков). 3.Прыжки на правой и левой ноге вдоль шнура, продвигаясь вперед (попеременно, то на одной, то на другой ноге). Выполняется двумя колоннами (2—3 раза). **Занятие № 39стр. 58** Повторить ходьбу в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять детей в продолжительном беге (продолжительность до 1,5 минуты); повторить упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом.

		Упражнять в ходьбе и беге между сооружениями из снега; в умении действовать по сигналу воспитателя.		
2-ая неделя				
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 14 стр.47** Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча. **Материал для повторения** 2-я неделя. Игровые упражнения на равновесие "Пройди по мостику (снежному валу)" (ширина 20 см); прыжки из обруча в обруч, "с кочки на кочку", "из ямки в ямку"; метание "попади снежком в корзину; накорми белку шишками. Подвижные игры "Наседка и цыплята", "Пузырь", "Воробышки и кот".	**Занятие № 40 стр. 65** Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами. **Занятие № 41 стр. 67** 1.Прыжки со скамейки (высота 25 см). 2.Прокатывание мячей между предметами (кубик, набивной мяч). 3.Бег по дорожке (ширина 20 см). **Занятие № 42 стр.67** Учить детей брать лыжи и переносить их на плече к месту занятий; упражнять в ходьбе ступающим шагом.	**Занятие № 40 стр. 68** Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно н6а правой и левой ноге, продвигаясь вперёд; упражнять в ползании и переброске мяча. **Занятие № 41 стр. 70** 1.Прыжки попеременно на правой и левой ноге на расстояние 5м, 2 раза. 2.Ползание по прямой, подталкивая мяч головой (расстояние 3-4 м), повторить 2 раза. 3.Прокатывание набивного мяча (или обычного мяча большого диаметра), 2-3 раза. **Занятие № 42 стр. 70** Повторить ходьбу и бег между снежными постройками; упражнять в прыжках на двух ногах до снеговика; в бросании снежков в цель.	**Занятие № 40 стр. 59** Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом. **Занятие № 41 стр. 61** 1.Прыжки на ногах между предметами: на двух ногах; на правой и левой поочерёдно (серия прыжков, пауза и продолжение упражнения). 2.Прокатывание мяча между предметами (5-6 кубиков или набивных мячей; расстояние между предметами 1м), подталкивая его двумя руками, не отпуская далеко от себя. По окончании прокатывания взять мяч в руки, выпрямиться, подняться на носки, потянуться. 3.Ползание под шнур (дугу) правым и левым боком, не касаясь верхнего края шнура, группироваться в «комочек» (шнур натянут на высоте 50 см от пола). Выполняется шеренгами попеременно. **Занятие № 42 стр. 61** Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание.
3-я неделя				

Физическое развитие Пензулаева Л.И.	Занятие № 15 стр49 Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу. **Материал для повторения** 3-я неделя. Игровые упражнения: прыжки – спрыгивание со скамейки (высота 20 см); с мячом – прокатывание между предметами (кубики, кегли); друг другу, в прямом направлении. Подвижные игры с прыжками и бегом.	**Занятие № 43 стр. 68** Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках. **Занятие № 44 стр.70** Основные виды движений. 1.Перебрасывание мяча друг другу с расстояния 2 м (способ - двумя руками из-за головы, ноги в стойке на ширине плеч). 2.Ползание в прямом направлении на четвереньках с опорой на ладони и стопы - «по-медвежьи». Дистанция 3-4 м. Повторить 2 раза. 3.Ходьба с перешагиванием через набивные мячи (две линии по 4-5 мячей), высоко поднимая колени, руки на поясе, не задевая мячи, (мячи поставлены на расстоянии 2-3 шагов ребенка). Выполняется двумя колоннами поточным способом. **Занятие № 45стр. 71** Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на	**Занятие № 43 стр. 71** Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер, повторить ползание по гимнастической скамейке упражнять в сохранении устойчивого равновесия. **Занятие № 44 стр. 73** Основные виды движений. 1.Перебрасывание мяча (большой диаметр) друг другу двумя руками снизу и ловля с хлопком в ладоши. Повторить 10—12 раз. 2.Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине, темп упражнения средний (не уронив мешочек). 3.Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, с мешочком на голове (2-3 раза). Основное внимание уделяется сохранению правильной осанки и удержанию мешочка на голове. **Занятие № 45 стр. 74** Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; упражнять впрыжках на двух ногах; повторить игровые упражнения с бегом и бросание снежков в горизонтальную цель.	**Занятие № 43 стр. 63** Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии. **Занятие №44 стр. 64** Основные движения 1.Перебрасывание мячей в парах (расстояние между детьми 1,5 м). Играющие свободно располагаются по залу парами и выполняют броски мяча друг другу. Исходное положение — стойка ноги врозь; у одного ребенка в паре мяч (большой диаметр). Способ выполнения по выбору детей. 2.Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами (голову не опускать). По двумя сторонам зала лежат набивные мячи и кубики (5-6 шт., расстояние между предметами 1 м). Через 1,5-2 м от последнего предмета лежит обруч. По окончании упражнения в ползании подойти к обручу, встать в него, потянуться вверх и хлопнуть в ладоши над головой. Затем обойти предметы с внешней стороны и встать в конец своей колонны. Выполняется двумя колоннами. 3.Прыжки со скамейки на мат или коврик (выполняется по подгруппам). **Занятие № 45 стр. 65** Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному; в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; повторить задания с мячом, упражнения в прыжках, на равновесие.

		лыжах; упражнять в метании на дальность снежков, развивая силу броска.		
4-ая неделя				
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 16 стр. 51** Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске. Материал для повторения 4-я неделя. Игровые упражнения с мячом. Подвижные игры "По ровненькой дорожке", "Лягушки", "Птица и птенчики" и др.	**Занятие № 46 стр. 72** Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнения в равновесии. **Занятие № 47 стр. 74** Основные виды движений. 1.Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. Выполняется двумя колоннами в среднем темпе (2-3 раза). 2.Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны, на середине присесть, хлопнуть в ладоши и пройти дальше (2-3 раза). 3.Прыжки на двух ногах до лежащего на полу обруча, прыжок в обруч и из обруча. Дистанция 3 м. повторить 3 раза.	**Занятие № 46 стр. 75** Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге врассыпную; лазанье на гимнастическую стенку; равновесии в прыжках. **Занятие № 47 стр. 77** Основные виды движений. 1.Лазанье до верха гимнастической стенки разноименным способом, не пропуская реек (2-3раза). 2.Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове (2-3 раза). 3.Прыжки на двух ногах между кеглями на двух ногах с мешочком, зажатым между колен (2-3 раза). **Занятие № 48 стр. 77** Разучить игровые упражнения с клюшкой и шайбой; развивать координацию движений и устойчивое равновесие при скольжении по ледяной дорожке.	**Занятие № 46 стр. 66** Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в лазании по скамейке «по-медвежьи»; повторить упражнение в прыжках на равновесие. **Занятие № 47 стр. 68** Основные виды движений. 1.Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролёт, спуск вниз, не пропуская реек. 2.Равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи, поднимая высоко колени, руки за голову (2-3 раза). 3.Прыжки через короткую скакалку, продвигаясь вперёд (дистанция 10 м). Выполняется шеренгами от исходной черты по команде педагога. **Занятие № 48 стр. 68** Упражнять детей в ходьбе между постройками из снега; разучить игровое задание «Точный пас»; развивать ловкость и глазомер при метании снежков на дальность.

		Занятие № 48 стр. 74 Закреплять навык передвижения на лыжах скользящим шагом.		
Январь		**1-ая неделя**		
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 17 стр.53** Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед. **Материал для повторения** 1-я неделя. Игровые упражнения: ползание, не касаясь руками пола (высота 40–50 см) – "мышки вылезли из норки", "щенята подлезли под забор"; ходьба по доске (ширина 15–20 см), по снежному валу; катание мячей друг другу в прямом направлении; прыжки через шнур, из обруча в обруч. Подвижные игры с бегом, прыжками.	**Занятие № 49 стр. 76** Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площадь опоры; повторить упражнения в прыжках. **Занятие № 50 стр. 78** Основные виды движений. 1.Равновесие – ходьба по канату: носки на канате, пятки на полу, руки за головой. 2.Прыжки на двух ногах, перепрыгивание через канат справа и слева, продвигаясь вперёд, помогая себе взмахом рук (2-3 раза). 3.Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками произвольно (дети свободно располагаются по залу) каждый в своём темпе.	**Занятие № 49 стр. 80** Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо. **Занятие № 50 стр. 82** Основные виды движений. 1.Ходьба по наклонной доске, балансируя руками. Спуск шагом (2-3 раза). 2.Прыжки на двух ногах между набивными мячами (расстояние между мячами 40 см), дистанция 4 м. Повторить 2 раза. 3.Перебрасывание мячей друг другу в шеренгах (двумя руками от груди), расстояние между шеренгами 2,5 м. Повторить 10-15 раз. **Занятие № 51 стр. 83** Продолжать учить детей передвигаться по учебной лыжне; повторить игровые упражнения.	**Занятие № 49 стр. 70** Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствие. **Занятие № 50 стр. 72** Основные виды движений. 1.Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг хлопок перед собой и за спиной. В ходьбе соблюдать ритм в соответствии с передвижением и выполнением задания. 2.Прыжки на двух ногах из обруча в обруч (обручи лежат на полу в шахматном порядке на небольшом расстоянии один от другого). Выполняется двумя колоннами. 3.Прокатывание мяча между предметами, стараясь не задевать их. Прокатив мяч, подойти к обручу, сделать шаг в обруч, поднять мяч вверх и потянуться.

		2-ая неделя		
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 18 стр. 55** Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер. **Материал для повторения** 2-я неделя. Упражнения: ходьба по доске, прыжки со скамейки, прыжки на месте. С мячом – катание в ворота; в прямом направлении, вокруг предметов (кегли, кубики, стулья). Подвижные игры: "Наседка и цыплята", "Лохматый пес", "Найди свой домик".	**Занятие № 52 стр. 79** Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу. **Занятие № 53 стр. 80** Основные виды движений 1.Отбивание малого мяча одной рукой о пол 3-4 раза подряд и ловля его двумя руками. Повторить 3-4 раза. 2.Прыжки на двух ногах, передвигаясь вперёд, - прыжком ноги врозь, прыжком ноги вместе и так далее. Расстояние 3м, повторить несколько раз. 3.Равновесие – ходьба на носках между предметами, поставленными в один ряд на расстоянии 0,4 м один от другого. Дистанция 3м, повторить 2 раза. **Занятие № 54 стр. 81** Закреплять навык скользящего шага, упражнять в беге и прыжках вокруг снежной бабы.	**Занятие № 52 стр. 83** Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в подлезании на четвереньках и прокатывании мяча головой. **Занятие № 53 стр. 85** Основные виды движений 1.Прыжки в длину с места (расстояние 50 см), 8-10 раз. 2.Переползание через предметы (гимнастическая скамейка) и подлезание под дугу в группировке. 3.Перебрасывание мячей (большого диаметра) друг другу, двумя руками снизу, расстояние между детьми 2,5 м. **Занятие № 54 стр. 86** Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; повторить игровые упражнения с бегом и метанием.	**Занятие № 52 стр. 73** Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке. **Занятие № 53 стр. 75** Основные движения 1.Прыжки в длину с места (в соответствии с наличием пособий и физической подготовленностью детей). 2.Бросание мяча (малый и средний диаметр) о стенку и ловля его после отскока о пол с хлопком в ладоши (или с другими дополнительным заданием — приседание, поворот кругом и т. д.). 3.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине. **Занятие № 54 стр.76** Провести игровое упражнение «Снежная королева»; упражнение с элементами хоккея; игровое задание в метании снежков на дальность; игровое упражнение с прыжками «Веселые воробышки».

		3-я неделя		
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 19 стр. 56** Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений. **Материал для повторения** 3-я неделя. Игровые упражнения: прыжки продвигаясь вперед; прыжки со скамейки; прыжки вокруг предметов. Игровые упражнения с мячом – катание между предметами, вокруг предметов. Подвижные игры: "Найди свой цвет", "Воробышки и кот","Пузырь".	**Занятие № 55 стр. 81** Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом. **Занятие № 56 стр. 83** Основные виды движений. 1.Прокатывание мячей друг другу в парах (или в двух шеренгах) с расстояния 2,5 м (8-10 раз). 2. Ползание в прямом направлении на четвереньках с опорой на ладони и ступни «по-медвежьи» на расстояние 3 м (2 раза). Встать, выпрямиться и хлопнуть в ладоши над головой. 3. Прыжки на двух ногах справа и слева от шнура, продвигаясь вперед. Дистанция 3 м; повторить 2 раза. **Занятие №57 стр. 84** Упражнять детей в перепрыгивании через препятствия в метании снежков на дальность.	**Занятие № 55 стр. 88** Повторить ходьбу и бег между предметами; закрепить умение перебрасывать мяч друг другу; упражнять в пролезании в обруч и равновесии. **Занятие № 56 стр. 88** Основные виды движений. 1.Перебрасывание мяча (диаметр 10—12 см) друг другу и ловля его после отскока о пол 2. Пролезание в обруч правым и левым боком, не касаясь руками пола 3.Ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове, руки в стороны **Занятие № 57 стр. 88** Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; повторять игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием снежков на дальность.	**Занятие № 55 стр.77** Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур. **Занятие № 56 стр. 79** Основные виды движений. 1.Переброска мячей друг другу. Играющие строятся в две шеренги (расстояние между шеренгами 3 м). В руках у игроков одной шеренги по одному малому мячу. Они одной рукой бросают мячи, а дети второй шеренги ловят мячи после отскока о пол двумя руками. Выполняется 10-12 раз подряд. После небольшой паузы повторить упражнение. 2.Ползание на ладонях и коленях в прямом направлении (дистанция 3 м), затем лазанье под шнур (высота от пола 50 см) и продолжение ползания на расстояние 3 м. Повторить 2 раза. 3.Равновесие -ходьба на носках, между предметами (5—6 шт.), расстояние между предметами 0,5 м), руки на пояс. Выполняется двумя колоннами. **Занятие № 57 стр.80** Упражнять детей в ходьбе между снежками; разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны площадки на другую; повторить катание друг друга на санках.

		4-ая неделя		
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 19 стр. 56** Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов. Развивать ловкость при прокатывании мяча друг другу. Игровые упражнения 3 неделя стр. 61.	**Занятие № 55 стр. 81** Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их, ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. Развивать ловкость в упражнении с мячом. **Занятие № 56 стр. 83** Основные виды движений. 1.Прокатывание мячей друг другу в парах (или в двух шеренгах) с расстояния 2,5 м (8-10 раз). 2.Ползание в прямом направлении на четвереньках с опорой на ладони и ступни(по-медвежьи) на расстоянии 3 метра (2 раза). Вставать, выпрямиться и хлопнуть в ладоши над головой.). 3.Прыжки на двух ногах справа и слева от шнура, продвигаясь вперед. Дистанция 3 м. Повторить 2 раза.). **Занятие № 57 стр. 84.** Упражнять детей в перепрыгивании через препятствие, в метании снежков на дальность.	**Занятие № 55 стр. 87** Повторить ходьбу и бег между предметами. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу. **Занятие № 56 стр. 88** Основные виды движений. 1.Перебрасывание мячей друг другу и ловля их после отскока об пол. 2. Пролезание в обруч правым и левым боком, не касаясь руками пола. 3.Упражнение в равновесии- ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове, руки в стороны. **Занятие № 57 стр. 88.** Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах. Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием снежков на дальность.	**Занятие № 55 стр. 87** Повторить ходьбу и бег между предметами. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу. **Занятие № 56 стр. 88** Основные виды движений. 1.Перебрасывание мячей друг другу и ловля их после отскока об пол. 2.Пролезание в обруч правым и левым боком, не касаясь руками пола. 3.Упражнение в равновесии- ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове, руки в стороны. **Занятие № 57 стр. 88.** Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах. Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием снежков на дальность.

Февраль			**1-ая неделя**	
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 20стр. 59**. Цель: повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола. Учить сохранять равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Игровые упражнения 4 неделя января стр. 59.	**Занятие № 58 стр. 84**. Цель: упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен, в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке. **Занятие № 59 стр. 86.** Основные виды движений. 1.Лазание под шнур, не касаясь руками пола, прямо и боком (несколько раз подряд). 2. Упражнение в равновесии- ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на поясе. На середине скамейки присесть, руки вынести вперед, встать и пройти дальше (2 раза). 3. Прыжки на двух ногах между 4-5 предметами, поставленными в ряд, на расстоянии 0.5 один от другого (2 раза). **Занятие № 60 стр. 86** Повторить занятие № 21 стр. 43.	**Занятие № 58 стр. 90**. Цель: повторить ходьбу и бег по кругу, упражнения в равновесии и прыжках. Упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек. **Занятие № 59 стр. 91** Основные виды движений. 1. Лазанье по гимнастическую стенку и ходьба на четвереньках по рейке стенки, спуск вниз (2—3 раза). 2. Ведение мяча до обозначенного места. 3. Упражнение в равновесии -ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой (2 раза). **Занятие № 60 стр. 92.** Цель: разучить повороты на лыжах. Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.	**Занятие № 58 стр. 81.** Цель: повторить ходьбу и бег с изменениями направления движения. Упражнять в ползании на четвереньках и в прыжках. Развивать умение сохранять устойчивое равновесие. **Занятие № 59 стр. 82.** Основные движения Ползание на четвереньках между предметами, разложенными по двум сторонам зала, расстояние между предметами 1 м. Упражнение в равновесии-ходьба по рейке гимнастической скамейки, руки за головой (2 раза). Прыжки на двух ногах из обруча в обруч без паузы. Занятие № 60 стр. 83. Цель: повторить ходьбу между постройками из снега. Упражнять в скольжении по ледяной дорожке.

		2-ая неделя		
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 22 стр. 63.** Цель: упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий. Развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом. Игровые упражнения 1 неделя февраля стр. 68.	**Занятие № 61 стр. 88.** Цель: упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии. Повторить задание в прыжках. **Занятие № 62 стр. 89.** Основные виды движений. 1. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, высоко поднимая колени, руки на поясе (2-3 раза). 2. Прыжки через шнур, положенный вдоль зала. 3. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу, стоя в шеренгах (расстояние 2 метра). **Занятие № 63 стр. 90.** Цель: повторить метание снежков в цель, игровые задания на санках.	**Занятие № 61 стр. 94.** Цель: упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, в беге, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре **Занятие № 62 стр. 95.** Основные виды движений 1.Упражнение в равновесии- бег по гимнастической скамейке, руки произвольно (2-3 раза). 2.Прыжки через бруски правым и левым боком (3-4 раза). 3.Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди. **Занятие № 63 стр. 96.** Цель: упражнять детей в ходьбе по лыжне скользящим шагом. Повторить игровые упражнения с шайбой.	**Занятие № 61 стр. 84.** Цель: закреплять навык энергичного отталкивания ногами от пола в прыжках. **Занятие № 62 стр. 86.** Основные виды движений 1.Упражнение в равновесии- ходьба по рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ноги к другой, руки за головой (2-3 раза). 2.Прыжки между набивными мячами на правой(левой) ноге (2 раза). 3.Эстафета «Гонка мячей» (по кругу). **Занятие№63стр. 86** .Цель: повторить игровое задание с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками.
		3-я неделя		
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 23 стр. 65.** Цель: упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений. Игровые упражнения 2 неделя февраля стр. 68.	**Занятие № 64 стр. 91**. Цель: упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч. **Занятие № 65 стр. 92.**	**Занятие № 64 стр. 97.** Цель: закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках. Упражнять в ползании под дугу и отбивания мяча о землю. **Занятие № 65 стр. 99.**	Занятие № 64 стр. 87. Цель: упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук, в перебрасывании мяча. **Занятие № 65 стр. 89.** Основные виды движений 1.Прыжки между предметами на двух ногах, затем на правой и левой ноге попеременно (2 раза).

		Основные виды движений. 1. Прыжки на двух ногах через короткие шнуры, лежащие на полу на расстоянии 0,5 м один от другого (2-3 раза). 2. Прокатывание мячей друг другу (расстояние 2.5 метра) в шеренгах из стойки на коленях (10-12 раз).. 3. Ходьба на носках, руки на поясе, в чередовании с обычной ходьбой. **Занятие №66стр.93** Цель: повторить игровые упражнения с бегом, прыжками.	Основные виды движений 1.Прыжки в длину с места, расстояние 60 см (8-10) раз. 2.Ползание на четвереньках между набивными мячами (2-3) раза. 3.Перебрасывание малого мяча одной рукой и ловля его после отскока об пол двумя руками в шеренгах, расстояние между детьми 2 м (10-12) раз. **Занятие № 66 стр. 99.** Цель: упражнять детей в ходьбе по лыжне, метании снежков на дальность.	2.Ползание на ладонях и коленях между предметами (2 раза). 3.Переброска мячей друг другу в парах. **Занятие № 66 стр.90**. Цель: повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.
4-ая неделя				
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 24 стр. 67** Цель: упражнять в ходьбе и беге врассыпную. Упражнять в умении группироваться при лазании под дугу. **Материал для повторения** 4-я неделя. Игровые упражнения: прыжки – из ямки в ямку, через шнуры; катание мячей друг другу, в прямом направлении, бросание снежков вдаль правой и	**Занятие № 67 стр. 93** Цель: упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках. **Занятие № 68 стр. 95** Основные виды движений. 1. Метание мешочков в вертикальную цель - щит диаметром 50 см, правой и левой рукой (способ - от плеча) (5-6 раз).	**Занятие № 67 стр. 100** Цель: упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание мешочков в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее. **Занятие № 68 стр. 102** Основные виды движений. 1.Метание мешочков в вертикальную цель правой рукой с расстояния 3 м (5 - 6 раз). 2.Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине «Проползи – не урони» (2-3 раза).	**Занятие № 67 стр. 91** Цель: повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазаньи на гимнастическую стенку. **Занятие№ 68 стр.** Основные виды движений 1.Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет (вторая группа в это время занимается с мячом: дети распределяются на пары и перебрасывают мяч друг другу разными способами). По сигналу воспитателя дети меняются заданиями. 2.Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи, попере-

	левой рукой. Подвижные игры: "По ровненькой дорожке", "Лягушки", "Поймай снежинку", "Поезд" и др	2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени (2-3 раза). 3. Прыжки на двух ногах между предметами, поставленными в шахматном порядке (кубики, кегли) (2-3 раза). **Занятие № 69 стр. 95** Цель: упражнять детей в метании снежков на дальность, катании на санках с горки	3.Ходьба на носочках между кеглями, поставленными в один ряд (расстояние между кеглями 30 см), 2-3 раза. Прыжки на двух ногах через шнуры, положенные на расстоянии 50 см друг от друга. **Занятие № 69 стр. 102** Цель: повторить игровые упражнения с бегом и прыжками, метание снежков в цель и на дальность.	менно правой и левой ногой (мячи разложены на расстоянии двух шагов ребенка, чтобы на третий шаг было перешагивание). Выполняется двумя колоннами в среднем темпе. Страховка воспитателем обязательна. 3.Метание мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой. Выполняется шеренгами. **Занятие № 69 стр.93**. Цель: упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.
Март		**1-ая неделя**		
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 25 стр. 69** Цель: упражнять детей в ходьбе и беге по кругу. Повторить прыжки между предметами. **Материал для повторения** *1 неделя стр. 76.*	**Занятие № 70 стр. 96** **Цель: у**пражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами. **Занятие № 71 стр. 97** *Основные виды движений.* 1. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни - «по-медвежьи». Выполняется двумя колоннами поточным способом. Повторить 2-3 раза. 2. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке	**Занятие № 70 стр. 103** Цель: упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом**.** **Занятие № 71 стр. 105** *Основные виды движений.* 1. Лазанье на гимнастическую стенку одноименным способом и спуск вниз, не пропуская реек (2 раза). 2. Ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой, (2—-3 раза). 3. Прыжки с ноги на ногу между предметами, поставленными в ряд (дистанция 4м).	**Занятие № 70 стр. 94** Цель: упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки. **Занятие № 71 стр. 96** *Основные виды движений* 1. Лазанье на гимнастическую стенку с переходом на другой пролет (главное — правильный хват рук и постановка стопы серединой на рейку). 2. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс. 3. Эстафета с мячом «Передал — садись». **Занятие № 72 стр. 96** Цель: упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»; повторить игровое задание с метанием снежков с прыжками.

		боком приставным шагом: на середине скамейки присесть, руки вынести вперед; подняться и пройти дальше, в конце скамейки сделать шаг вперед -вниз (не прыгать). Повторить 2-3 раза. 3. Прыжки на правой и левой ноге, используя взмах рук (дистанция до кубика 2 м). Повторить 2-3 раза. **Занятие № 72 стр. 98** Цель: развивать ловкость и глазомер при метании снежков; повторить игровые упражнения.	4. Бросание мяча вверх и ловля его одной рукой (правой и левой рукой), мячи малого диаметра. **Занятие № 72 стр. 106** Цель: повторить построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба с выполнением заданий.	
2-ая неделя				
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 26 стр. 71** Цель: упражнять в ходьбе и беге врассыпную. Учить прыжки в длину с места. Развивать ловкость при прокатывании мяча. Игровые упражнения 2 неделя стр. 76	**Занятие № 73 стр. 99** Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках. **Занятие № 74 стр. 101** *Основные виды движений.* 1. Равновесие – ходьба и бег по наклонной доске (3–4 раза).	**Занятие № 73стр. 108** Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер. **Занятие № 74 стр. 110** *Основные виды движений.* 1. Равновесие– ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс, 2–3 раза. 2. Прыжки на двух ногах через	**Занятие № 73 стр. 98** Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом. **Занятие № 74 стр. 100** *Основные виды движений* 1. Равновесие – ходьба в колонне по одному по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой и за спиной. 2. Прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед (два прыжка на правой, два прыжка на левой ноге) до линии финиша. Выполняется двумя шеренгами поочередно (2–3 раза).

		2. Прыжки на двух ногах через короткую скакалку. **Занятие №75 стр. 101** Развивать ловкость и глазомер при метании в цель; упражнять в беге; закреплять умение действовать по сигналу воспитателя.	набивные мячи (5–6 штук), положенные в ряд, 3 раза. 3. Переброска мяча друг другу и ловля его с хлопком в ладоши после отскока о пол (10–12 раз). **Занятие № 75 стр. 111** Повторить игровые упражнения с бегом; упражнять в перебрасывании шайбы друг другу, развивая ловкость и глазомер.	3. Эстафета с мячом. Дети занимают исходное положение – стойка на коленях, сидя на пятках. Передача мяча прямыми руками следующему игроку, в одну и другую сторону (2 раза в каждую сторону). **Занятие № 75 стр. 101** Упражнения в беге на скорость, повторить игровые задания с прыжками и мячом.
3-я неделя				
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 27 стр. 73** Цель: развивать умение действовать по сигналу воспитателя. *Игровые упражнения 3 неделя стр. 76*	**Занятие № 76 стр.102** Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег врассыпную. **Занятие № 77 стр.104** *Основные виды движений.* 1. Прыжки в длину с места (4–5 раз). 2. Перебрасывание мяча	**Занятие № 76 стр. 112** Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами. **Занятие № 77 стр.114** *Основные виды движений.* 1. Прыжки в высоту с разбега (высота 30 см), 5–6 раз. 2. Метание мешочков в вертикальную цель (расстояние до цели 3 м), 4—6 раз.	**Занятие № 76 стр. 102** Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге врассыпную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом. **Занятие № 77 стр. 104** *Основные виды движений* 1. Прыжки через шнуры, разложенные вдоль зала по двум сторонам (длина шнура 3 м). По одной стороне дети прыгают на правой ноге, по другой – на левой (2–3 раза). 2. Переброска мячей (большой диаметр) в парах; способ по выбору детей. 3. Ползание на четвереньках по гимнастической

		через шнур двумя руками из-за головы (расстояние от шнура 2 м) и ловля мяча после отскока об пол (5–6 раз). 3. Прокатывание мяча друг другу (исходное положение – сидя, ноги врозь). Расстояние 2 м (по 8—10 раз). **Занятие № 78 стр.104** Упражнять детей в ходьбе, чередуя с прыжками, в ходьбе с изменением направления движения, в беге в медленном темпе до 1 минуты, в чередовании с ходьбой.	3. Ползание на четвереньках по прямой, дистанция 5 м. Выполняется шеренгами – «Кто быстрее доползет до кегли». **Занятие № 78 стр. 114** Повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками.	скамейке (на ладонях и ступнях), «по-медвежьи» (2 раза). **Занятие № 78 стр. 105** Упражнять детей в беге, в прыжках; развивать ловкость в заданиях с мячом.
4-ая неделя				
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 28 стр. 74** Цель: развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами. **Материал для повторения** *4 неделя стр. 76*	**Занятие № 79 стр.105** Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке. **Занятие № 80 стр.107** *Основные виды движений.* 1. Прокатывание мячей между предметами. 2. Ползание по гимнасти-	**Занятие № 79 стр. 116** Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках. **Занятие № 80 стр. 117** *Основные виды движений.* 1. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, 2–3 раза. 2. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, на середине медленно повернуться кругом и пройти дальше. 3. Прыжки из обруча в обруч на двух ногах, на правой и левой ноге, 2–3	**Занятие № 79 стр. 106** Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре. **Занятие № 80 стр. 108** *Основные движения* 1. Метание мешочков в горизонтальную цель. 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на ладони и колени с мешочком на спине. 3. Равновесие – ходьба между предметами (6–8

		ческой скамейке с опорой на ладони и колени с мешочком на спине, «Проползи – не урони». 3. Равновесие – ходьба по скамейке с мешочком на голове. **Занятие № 81 стр. 107** Упражнять детей в беге на выносливость; в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на одной ноге (правой и левой, попеременно).	раза (рис. 8). **Занятие № 81 стр. 117** Упражнять детей в беге и ходьбе в чередовании; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом.	шт.; расстояние между предметами 40 см) «змейкой» с мешочком на голове. **Занятие № 81 стр. 108** Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом
Апрель			**1-ая неделя**	
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 28 стр. 74 (Повторение материала)** Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре	**Занятие № 82 стр.108** Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке «по-медвежьи»; упражнения в равновесии и прыжках. **Занятие № 83 стр. 110** 1. Лазанье по гимнастической стенке и передвижение по третьей рейке. Затем спуск вниз (2 раза). 2. Ходьба по доске, лежащей на полу, на носках, руки на пояс (2 раза). 3. Прыжки на двух ногах через шнуры (2 раза). Де-	**Занятие № 82 стр. 119** Упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два (парами) в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии. **Занятие № 83 стр. 121** *Основные виды движений.* 1. Метание мешочков в горизонтальную цель с расстояния 3 м, способом от плеча, 6–8 раз. 2. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами, 2 раза. 3. Равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи попеременно правой и левой ногой, руки произвольно, 2 раза. **Занятие № 84 стр. 121**	**Занятие № 82 стр. 109** Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжки. **Занятие № 83 стр. 111** *Основные виды движений* 1. Лазанье под шнур прямо и боком, не задевая шнур (высота от пола 40 см). 2. Передача мяча – эстафета «Передача мяча в шеренге». 3. Прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед. **Занятие № 84 стр. 111** Повторить упражнения с бегом, развивать ловкость в прыжках и упражнениях с мячом.

		ти выполняют упражнения (после показа и объяснения) последовательно одно за другим, воспитатель осуществляет страховку у гимнастической стенки. **Занятие № 84 стр. 110** Упражнять детей в ходьбе попеременно широким и коротким шагом; повторить упражнения с мячом, в равновесии и прыжках.	Упражнять в беге на скорость; разучить упражнение с прокатыванием мяча; повторить игровые задания с прыжками.	
2-ая неделя				
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие №29 стр. 77** Цель: повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Игровые упражнения стр. 83 1 неделя	**Занятие № 85 стр. 112** Цель: упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную. **Занятие № 86 стр. 114** Основные виды движений: 1.Упражнение в равновесии ходьба по гимнастической скамейки боком приставным шагом с мешочком на голое (2-3 раза). 2. Прыжки на двух ногах через шнуры, лежащие на полу на расстоянии 50 см один от другого (2-3 раза). 3. Метание мешочков в	**Занятие № 85 стр. 123** Цель: повторить ходьбу и бег по кругу. **Занятие № 86 стр. 125** Основные виды движений: 1.Упражнение в равновесии-ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной (2-3 раза). 2. Прыжки на двух ногах на расстояние 2 м, затем перепрыгивание через предмет, далее прыжки на двух ногах и снова перепрыгивание через предмет. 3. Броски малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками (8-10) раз. **Занятие № 87 стр. 125** Цель: развивать ловкость в играх с большим мячом.	**Занятие № 85 стр. 113** **Цель: п**овторить игровые упражнения в ходьбе и беге; упражнять в прыжках с мячом, упражнять в беге с мячом. **Занятие № 86 стр. 115** Основные виды упражнений: Ходьба по скамейке босиком, приставным шагом с мешочком на голове. 2.Прыжки через которую скакалку на месте и продвигаясь вперед. 3. Переброска мячей друг другу в парах (способ на выбор детей). **Занятие № 87 стр. 115** Цель: развивать ловкость при выполнении игровых заданий с мячом, прыжками.

		горизонтальную цель правой и левой рукой (расстояние до цели 2, 5 метра). **Занятие № 87 стр. 114.** Цель: упражнять детей в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне, в прокатывании обручей.		
3-я неделя				
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 30 стр. 78** Цель: учить приземляться на полусогнутые ноги в прыжках. Игровые упражнения **стр. 84 2 неделя**	**Занятие № 88 стр. 115** Цель: закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места. **Занятие № 89 стр. 117** Основные виды движений: Прыжки в длину с места (кто дальше прыгнет). 2. Метание мячей в вертикальную цель с расстояния 1,5м способом от плеча. 3. Отбивание мяча одной рукой несколько раз подряд и ловля его двумя руками. **Занятие № 90 стр. 117** Цель: упражнять в умении сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади опоры.	**Занятие № 88 стр. 126** Цель: разучить прыжки с короткой скакалкой. **Занятие № 89 стр. 128** Основные виды движений: 1. Прыжки на месте через короткую скакалку, продвигаясь вперед, дистанция 8-10 м (3 раза).. 2. Прокатывание обручей друг другу с расстояния 3 метра. 3. Пролезание в обруч. **Занятие № 90 стр. 128** Цель: упражнять в длительном беге, развивая выносливость, в прокатывании обруча.	**Занятие № 88 стр. 126** Цель: разучить прыжки с короткой скакалкой. **Занятие № 89 стр. 128** Основные виды движений: 1. Прыжки на месте через короткую скакалку, продвигаясь вперед, дистанция 8-10 м (3 раза).. 2. Прокатывание обручей друг другу с расстояния 3 метра. 3. Пролезание в обруч. **Занятие № 90 стр. 128** Цель: упражнять в длительном беге, развивая выносливость, в прокатывании обруча.

3-я неделя				
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 31 стр. 80.** Цель: повторить ходьбу и бег с выполнением заданий. **Игровые упражнения** 3 неделя стр.84	**Занятие № 91 стр. 118.** Цель: развивать ловкость и глазомер при метании на дальность. **Занятие № 92 стр. 120.** Основные виды движений. 1. Метание мешочков правой и левой рукой на дальность. 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни. 3. Прыжки на двух ногах. Дистанция 3 м. **Занятие № 93 стр. 120.** Цель: упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой на сигнал воспитателя; в перебрасывании мячей друг другу, развивая ловкость и глазомер.	**Занятие № 91 стр.130.** Цель: упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде воспитателя. **Занятие № 92 стр. 131.** Основные виды движений. 1.метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой, расстояние 3 м. 2.Упражнение в равновесии-ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку к ноге к носку другой, руки в стороны. 3.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях. **Занятие № 93 стр.132.** Цель: упражнять в беге на скорость.	**Занятие № 91 стр. 120.** Цель: упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары. **Занятие № 92 стр.122.** Основные виды движений. 1.метание мешочков на дальность. 2.Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени меду предметами, расстояние между предметами 1м. 3.Прыжки через короткую скакалку на месте, вращая ее вперед, назад, скрестно (способ по выбору детей).
4-ая неделя				
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 32 стр. 82.** Цель: упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. Игровые упражнения **4 неделя стр.84.**	**Занятие № 94 стр. 121.** Цель: повторить упражнения в равновесии и в прыжках. **Занятие № 95 стр. 123.** Основные виды движений. **1**.Упражнеия в равновесии-ходьба по гимнастической скамейке при-	**Занятие № 94 стр.133.** Цель: упражнять в ходьбе и беге между предметами. **Занятие № 95 стр.135.** Основные виды движений. 1.Лазанья на гимнастическую стенку произвольным способом. 2.Перепрыгивание через шнур справа и слева, продвигаясь вперед, расстояние 3-4 метра (2-3 раза).	**Занятие № 94 стр. 124.** Цель: повторить ходьбу и бег с выполнением заданий, упражнения с мячом. **Занятие № 95 стр.126.** Основные виды движений. 1.Прыжки через шнуры на правой и левой ноге попеременно: два прыжка перед шнуром, третий-через шнур (2-3 раза). 2. Переброска мячей друг другу в парах произвольным способом.

		ставным шагом, руки на поясе. 2.Прыжки на двух ногах между предметами, поставленными в ряд на расстоянии 40 см один от другого. **Занятие № 96 стр. 123.** Цель: упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в равновесии; перебрасывании мяча.	3.Упражнение в равновесии-ходьба на носках между набивными мячами, руки на поясе (2-3 раза). **Занятие № 96 стр. 136.** Цель: повторить игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии.	3.Бег за другом. **Занятие № 96 стр. 126.** Цель: развивать ловкость при выполнении упражнений в прыжках и с мячом.
Май		**1-ая неделя**		
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 33 стр. 84** Цель: повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках. **Игровые упражнения стр. 90.** **(Повторение).**	**Занятие № 97 стр. 124** Цель: упражнять в ходьбе парами, сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; прыжки в длину с места. **Занятие № 98 стр. 126** Основные виды движений. 1.Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше (сойти не прерывая). 2.Прыжки в длину с места через шнуры, расстояние между шнурами 50 см.	**Занятие № 97 стр. 138** Цель**:** упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде воспитателя; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом. **Занятие № 78 стр. 140** Основные виды движений. 1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине скамейки присесть, встать и пройти дальше (2–3 раза). 2. Прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед, дистанция 5 м (2–3 раза). **Занятие №99 стр. 140** Упражнять в беге с высоким подниманием бедра; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и	**Занятие № 97 стр. 128** Цель: повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять в умении сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге; в бросании малого мяча о стенку. **Занятие № 98 стр. 130** *Основные виды движений.* 1. Ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу, на середине скамьи разойтись, помогая друг другу; затем продолжить ходьбу по скамейке, сойти с нее в конце, не прыгая. Страховка воспитателем обязательна. 2. Броски мяча верх одной рукой и ловля его двумя руками, стараясь не прижимать мяч к груди, следить за его полетом. 3. Прыжки на двух ногах между предметами; выполняется двумя шеренгами («Кто быстрее»). **Занятие № 99 стр. 130**

		3.Прокатывание мяча (большой диаметр) между кубиками (набивными мячиками) «змейкой». **Занятие №99 стр. 126** Упражнять детей в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками; повторить упражнение с мячом.	воланом (бадминтон).	Упражнять детей в продолжительном беге, развивая выносливость; развивать точность движений при переброске мяча друг другу в движении; упражнять в прыжках через короткую скакалку; повторить упражнение в равновесии с дополнительным заданием.
2-ая неделя				
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 34 стр. 86** Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу. **Игровые упражнения стр. 90 (Повторение).**	**Занятие № 100 стр. 127** Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом. **Занятие № 101 стр. 129** 1.Прыжки через короткую скакалку на двух ногах на месте. 2.Перебрасывание мячей друг другу в парах (двумя руками из-за головы). Дистанция между детьми 2 м. 3.Метание мешочков на дальность (правой и левой рукой). **Занятие № 102 стр. 129** Упражнять детей в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; ходьбе и бегу по кругу; повторить	**Занятие № 100 стр. 141** Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча. **Занятие № 101 стр. 143** 1.Прыжки в длину с разбега (5–6 раз). 2.Забрасывание мяча в корзину (кольцо) с расстояния 1 м; 5-6 раз. 3.Лазанье под дугу (обруч), 5-6 раз. **Занятие № 102 стр. 143** Развивать выносливость в непрерывном беге; упражнять в прокатывании обручей, развивая ловкость и глазомер; повторить игровые упражнения мячом.	**Занятие № 100 стр. 131** Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом. **Занятие № 101 стр. 133** *Основные виды движений* 1.Прыжки в длину с разбега. Разбег с 3-4 шагов, энергичное отталкивание и приземление на полусогнутые ноги (на две ноги одновременно) (5-6 раз). 2.Метание мешочков в вертикальную цель (проводится небольшими группами). Главное — правильное исходное положение ног, энергичный замах от плеча, попадание в цель (расстояние до цели 3-4 м). 3.Равновесие — ходьба между предметами с мешочком на голове. **Занятие № 102 стр. 133** Упражнять детей ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить упражнения с мячом, в прыж-

		задания с бегом и прыжками.		ках.
		3-я неделя		
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 35 стр. 87** Цель: ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке. **Игровые упражнения стр. 90 (повторение).**	**Занятие № 103 стр. 130** Упражнять детей в ходьбе с высоким поднимании колен, беге врассыпную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель. **Занятие № 104 стр. 132** *Основные виды движений.* 1.Метание в вертикальную цель с расстояния 2м. 2.Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни («медвежьи»). 3.Прыжки через короткую скакалку. **Занятие № 105 стр. 132** Упражнять детей в ходьбе и беге парами; закреплять прыжки через короткую скакалку, умение перестраиваться по ходу движения	**Занятие № 103 стр.145** Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и врассыпную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем. **Занятие № 104 стр. 146** *Основные виды движений.* 1.Броски мяча о пол и ловля его двумя руками; броски мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками. 2.Лазанье в обруч прямо и боком, выполняется в парах; один ребёнок держит обруч, другой выполняет задание, затем ребята меняются местами. 3.Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. **Занятие № 105стр. 147** Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом и в прыжках.	**Занятие № 103 стр. 135** Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге врассыпную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии. **Занятие № 104 стр. 136** *Основные виды движений* *1.*Метание мешочков на дальность правой и левой рукой — «Кто дальше бросит». 2.Лазанье под шнур прямо и боком, не касаясь руками пола, в группировке — сложившись в «комочек». 3.Равновесие — ходьба между предметами на носках с мешочком на голове. **Занятие № 105 стр. 137** Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в ходьбе и беге врассыпную; повторить задания с мячом и прыжками.

4-ая неделя				
Физическое развитие Пензулаева Л.И.	**Занятие № 36 стр. 89** Цель: упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии. **Игровые упражнения стр. 90.**	**Занятие № 106 стр. 133** Цель: повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках. **Занятие № 107 стр. 135** *Основные виды движений* 1.Лазанье на гимнастическую стенку и спуск с неё (2 раза). 2.Равновесие – ходьба по доске, лежащей на полу, на носках, руки за головой (2 раза). **Занятие № 108 стр. 135** Цель: упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения, в подбрасывании и ловле мяча; повторить игры с мячом, прыжками и бегом.	**Занятие № 106 стр. 148** Цель: повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами. **Занятие № 107 стр. 150** *Основные виды движений* 1.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками (2 раза). 2.Ходьба с перешагиванием через бруски (высота бруска 10 см). 3.Прыжки на правой и левой ноге попеременно (дистанция 5 м), повторить 2 раза. **Занятие № 108 стр. 150** Цель: упражнять детей в ходьбе и беге с изменением темпа движения; игровых упражнениях с мячом.	**Занятие № 106 стр. 139** Цель: упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить упражнения в лазаньи на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках. **Занятие № 107 стр. 140** *Основные виды движений* 1.Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках — «по- медвежьи» (2 раза). 2.Прыжки между предметами на правой и левой ноге (2-3 раза). Выполняется двумя колоннами. 3.Равновесие — ходьба с перешагиванием через предметы, боком приставным шагом, с мешочком на голове (предметы расставлены на расстоянии двух шагов ребенка). **Занятие № 108 стр. 141** Цель: повторить игровые упражнения с ходьбой и бегом; упражнять в заданиях с мячом.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, условия организации образовательного процесса соответствуют требованиям, предусмотренным СанПиН 1.2.3685-21 и СП 2.4.3648-20.

Суммарный объем двигательной активности в режиме дня составляет не менее 1 часа в день.

Согласно пункту 2.10 СП 2.4.3648-20 в ДОО соблюдаются следующие требования к организации образовательного процесса и режима дня:

- режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учётом возрастных особенностей и состояния здоровья;
- при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в т.ч., во время письма, рисования и использования электронных средств обучения;
- физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристские походы, спортивные соревнования организуются с учётом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. ДОО обеспечивает присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях и на занятиях в плавательных бассейнах;

возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в зале.

Режим двигательной активности

№ п/п	Формы работы	Виды занятий	Кол-во и длительность занятий
1	Физкультурные занятия	В помещении	2 раза в неделю
		На улице	1 раз в неделю
2	Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика	Не менее 10 мин.
		Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза по 15 мин. (утром и вечером)
		Физкультминутки (в середине статического занятия)	Ежедневно в зависимости от вида и содержания занятия

2.7. ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С СЕМЬЯМИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Цели и задачи взаимодействия с семьями обучающихся

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 дошкольного возраста;
- обеспечение единства подходов к воспитанию и обучению детей в условиях ДОО и семьи; повышение воспитательного потенциала семьи.

Эта деятельность *дополняет, поддерживает и тактично направлять воспитательные действия родителей* (законных представителей) детей дошкольного возраста.

Достижение этих целей осуществляется через решение основных задач:

- информирование родителей (законных представителей) о программе;
- просвещение родителей (законных представителей), повышение их компетентности в вопросах физического развития, охраны и укрепления здоровья детей;
- способствование развитию ответственного и осознанного родительства как базовой основы благополучия семьи;
- построение взаимодействия в форме сотрудничества и установления партнёрских отношений с родителями (законными представителями) детей дошкольного возраста для решения задач физического развития детей;
- вовлечение родителей (законных представителей) в образовательный процесс.

Принципы взаимодействия с родителями

Построение взаимодействия с родителями (законными представителями) придерживается следующих принципов:

- приоритет семьи в воспитании, обучении и развитии ребёнка;
- открытость;
- взаимное доверие, уважение и доброжелательность во взаимоотношениях педагогов и родителей (законных представителей0;
- индивидуально-дифференцированный подход к каждой семье;
- возрастосообразность.
- проблем и трудностей ребёнка в освоении образовательной программы.

Примерные мероприятия для наполнения плана работы с родителями.

- Создание условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости детей в Учреждении и семье (зоны физической активности; закаливающие процедуры; оздоровительные мероприятия и т.п.
- Организация целенаправленной работы по пропаганде здорового образа жизни среди родителей.
- Ознакомление родителей с содержанием и формами физкультурно-оздоровительной работы в Учреждении.
- Согласование с родителями индивидуальных программ оздоровления, профилактических мероприятий, организованных в ДОО.
- Ознакомление родителей с нетрадиционными методами оздоровления детского организма.
- Использование интерактивных методов для привлечения внимания родителей к физкультурно-оздоровительной сфере: организация конкурсов, викторин, проектов, развлечений и т.п.
- Пропаганда и освещение опыта семейного воспитания по физическому развитию детей и расширения представлений родителей о формах семейного досуга.
- Проведение дней открытых дверей, вечеров вопросов и ответов, совместных развлечений с целью знакомства родителей с формами физкультурно-оздоровительной работы в Учреждении.
- Определение и использование здоровьесберегающих технологий.
- Правовое просвещение родителей на основе изучения социокультурного состояния родителей с целью повышения эффективности взаимодействия семьи и ДОО, способствующего укреплению семьи, становлению гражданственности воспитанников, повышению имиджа Учреждения и уважению педагогов.

Календарный план работы с родителями

Мероприятие	**Сроки**	**Ответственный**
Физкультурное развлечение для средней группы «Мы здоровьем дорожим»	Сентябрь	Инструктор по физкультуре, воспитатели
Спортивный праздник «День отца»	Октябрь	Инструктор по физкультуре, воспитатели
Спортивный досуг «День рождения Снеговика»	Январь	Инструктор по физкультуре, воспитатели
Всероссийская массовая лыжная гонка «Лыжня России 2024»	Февраль	Инструктор по физкультуре, воспитатели
Музыкально-спортивное развлечение «Масленица»	Март	Инструктор ФК, воспитатели, музыкальный руководитель
Всемирный день здоровья	Апрель	Инструктор по физкультуре, воспитатели
Спортивный досуг «Весёлые старты»	Май	Инструктор по физкультуре
Спортивный праздник "Мы - спортивная семья»	Июль	Инструктор ФК, воспитатели

Физкультурное развлечение «День физкультурника»	Август	Инструктор ФК, воспитатели

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Успешная реализация рабочей программы обеспечивается следующими психолого-педагогическими условиями:

- 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;
- решение образовательных задач с использованием как новых форм организации процесса образования (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;
- обеспечение преемственности содержания и форм организации ательного образов процесса (опора на опыт детей, накопленный на предыдущих этапах развития, изменение форм и методов образовательной работы, ориентация на стратегический приоритет непрерывного образования);
- 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);
- создание развивающей и эмоционально комфортной для ребёнка образовательной среды, способствующей развитию ребёнка и сохранению его индивидуальности, в которой ребёнок реализует право на свободу выбора деятельности, партнера, средств и прочее;
- построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
- индивидуализация образования (в т.ч. поддержка ребёнка, построение его образовательной траектории) и оптимизация работы с группой детей, основанные на результатах педагогической диагностики (мониторинга);
- оказание ранней коррекционной помощи детям с особыми образовательными потребностями на основе специальных психолого-педагогических

подходов, методов, способов общения и условий, способствующих получению ДО, социальному развитию этих детей, в т.ч. посредством организации инклюзивного образования;

- совершенствование работы по физическому развитию на основе результатов выявления запросов родительского и профессионального сообщества;
- педагогическая и методическая помощь и поддержка, консультирование родителей (законных представителей) в вопросах физического развития детей, охраны и укрепления их здоровья;
- вовлечение родителей (законных представителей) в процесс реализации программы и построение отношений сотрудничества в соответствии с образовательными потребностями и возможностями семьи обучающихся по вопросам физического развития детей, охраны их здоровья;
- непрерывное психолого-педагогическое сопровождение участников образовательных отношений в процессе реализации рабочей программы, обеспечение вариативности содержания, направлений и форм согласно запросам родительского и профессионального сообществ;
- взаимодействие с различными социальными институтами (сферы образования, 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 деятельности по вопросам физического развития детей;
- использование широких возможностей социальной среды, социума как дополнительного средства физического развития ребенка, совершенствования процесса его социализации;
- предоставление информации об особенностях организации физического развития детей семье, заинтересованным лицам, вовлеченным в образовательную деятельность, а также широкой общественности;
- обеспечение возможностей для обсуждения рабочей программы, поиска, использования материалов, обеспечивающих её реализацию, в т.ч. в информационной среде.

1.2. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРЕДМЕТНО-ПРОСТРАНСТВЕННОЙ среды

Развивающая предметно-пространственная среда МБДОУ детский сад «Звёздочка» (далее – РППС) рассматривается как часть образовательной среды и фактор, обогащающий развитие детей. РППС МБДОУ детский сад «Звёздочка» выступает основой для разнообразной, разносторонне развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребёнка деятельности. РППС создана как единое пространство, все компоненты которого, как в помещении, так и вне его, согласуются между собой по содержанию, масштабу, художественному решению.

РППС включает организованное пространство (территория МБДОУ детский сад «Звёздочка», групповые комнаты, специализированные, технологические, административные и иные помещения), материалы, оборудование, электронные образовательные ресурсы и средства обучения и воспитания, охраны и укрепления здоровья детей дошкольного возраста, материалы для организации самостоятельной творческой деятельности детей. РППС создает возможности для учёта особенностей, возможностей и интересов детей, коррекции недостатков их развития.

При проектировании РППС МБДОУ детский сад «Звёздочка» учтены:

-местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические, природно-климатические условия, в которых находится МБДОУ детский сад «Звёздочка»;

-возраст, уровень развития детей и особенности их деятельности, содержания образования;

-задачи образовательной программы для разных возрастных групп;

-возможности и потребности участников образовательной деятельности (детей и их семей, педагогов и других сотрудников МБДОУ детский сад «Звёздочка», участников сетевого взаимодействия и других участников образовательной деятельности).

РППС МБДОУ детский сад «Звёздочка» соответствует:

- требованиям ФГОС ДО;
- данной Программе;
- материально-техническим и медико-социальным условиям пребывания детей в МБДОУ детский сад «Звёздочка»;
- возрастным особенностям детей;
- воспитывающему характеру обучения детей в МБДОУ детский сад «Звёздочка»;
- требованиям безопасности и надежности.

РППС обеспечивает возможность реализации разных видов индивидуальной и коллективной деятельности: игровой, коммуникативной, познавательно-исследовательской, двигательной, продуктивной и в соответствии с потребностями каждого возрастного этапа детей, охраны и укрепления их здоровья, возможностями учёта особенностей и коррекции недостатков их развития.

РППС является содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, доступной, содержательной, безопасной, обеспечивает условия для эмоционального благополучия детей и комфортной работы педагогических и учебно-вспомогательных сотрудников.

3.3. Материально-техническое обеспечение Программы

В МБДОУ детский сад «Звёздочка» созданы материально-технические условия, соответствующие п. 32.1 ФОП ДО, обеспечивающие

1)возможность достижения обучающимися планируемых результатов освоения Программы;

2)выполнение МБДОУ детский сад «Звёздочка» требований санитарно-эпидемиологических правил и гигиенических нормативов, содержащихся в СП 2.4.3648-20, СанПин 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утверждённых постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 г. № 32 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 11 ноября 2020 г., регистрационный № 60833), действующим до 1 января 2027 года (далее – СанПиН 2.3/2.4.3590-20), СанПиН 1.2.3685-2

Организации режима дня. Особенности организации образовательного процесса в различных возрастных группах обусловлены спецификой возраста, их развитием, климато-географическими условиями проживания, наличием приоритетных направлений, заказа родителей, требованиями СанПиН. Непременным условием здорового образа жизни и успешного развития детей является правильный режим. С общепринятых позиций правильный режим дня – это физиологическое обоснованное региональное чередование периодов бодрствования и отдыха. В МБДОУ детский сад «Звёздочка» используется гибкий режим дня, т.е. в него могут вноситься изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей, состояния здоровья. При организации режима дня для обучающихся МБДОУ детский сад «Звёздочка» учитываются физиологические потребности и физические возможности детей каждого конкретного возраста, а также рекомендации образовательной программы развития и воспитания. При организации режима дня особое внимание уделяется:

- соблюдению баланса между разными видами активности детей (умственной, физической), виды активности целесообразно чередуются;
- организации гибкого режима посещения детьми групп (с учётом потребностей родителей, для детей в адаптационном периоде);
- проведению гигиенических мероприятий по профилактике переутомления отдельных детей с учётом холодного и тёплого времени года, изменения биоритмов детей в течение недели, активности в течение суток.

Все возрастные группы работают по двум временным режимам:

- на тёплый и холодный период года;
- в период летней оздоровительной кампании действует оздоровительный режим, предполагающий сокращение времени организованной совместной образовательной деятельной деятельности взрослых и детей (вместо традиционного учебного блока) в соответствии с СанПиНом.

Режим дня в группах зависит от возраста детей.

Организации физического воспитания.

Система физического воспитания в дошкольных учреждениях является частью общегосударственной системы физического воспитания. Строится она с учетом возрастных, психологических особенностей детей при обязательном контакте с семьями. Кроме того, требования к физическому развитию детей регулируются в СанПиН. Основное содержание физического воспитания в группе составляют различные виды физических упражнений: основные, танцевальные движения, строевые и общеразвивающие упражнения, подвижные и спортивные игры, спортивные упражнения. Педагоги помогают детям не только овладеть физическими упражнениями на уровне возрастных возможностей, но и понимать элементарное понимание их пользы для здоровья.

МБДОУ детский сад «Звёздочка» оснащено полным набором оборудования для различных видов детской деятельности в помещении и на участке, игровыми и физкультурными площадками, озелененной территорией. Материально-технические условия МБДОУ детский сад «Звёздочка» учитывают особенности их физического и психического развития.

Развивающая предметно-пространственная среда МБДОУ детский сад «Звёздочка» (далее – РППС) рассматривается как часть образовательной среды и фактор, обогащающий развитие детей. РППС МБДОУ детский сад «Звёздочка» выступает основой для разнообразной, разносторонне развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребёнка деятельности. РППС создана как единое пространство, все компоненты которого, как в помещении, так и вне его, согласуются между собой по содержанию, масштабу, художественному решению.

РППС включает организованное пространство (территория МБДОУ детский сад «Звёздочка», групповые комнаты, специализированные, технологические, административные и иные помещения), материалы, оборудование, электронные образовательные ресурсы и средства обучения и воспитания, охраны и укрепления здоровья детей дошкольного возраста, материалы для организации самостоятельной творческой деятельности детей. РППС создает возможности для учёта особенностей, возможностей и интересов детей, коррекции недостатков их развития.

При проектировании РППС МБДОУ детский сад «Звёздочка» учтены:

- местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно-климатические условия, в которых находится МБДОУ детский сад «Звёздочка»; возраст, уровень развития детей и особенности их деятельности, содержание образования;
- задачи образовательной программы для разных возрастных групп;
- возможности и потребности участников образовательной деятельности (детей и их семей, педагогов и других сотрудников МБДОУ детский сад «Звёздочка», участников сетевого взаимодействия и других участников образовательной деятельности).

РППС МБДОУ детский сад «Звёздочка» соответствует:

- требованиям ФГОС ДО;
- данной Программе;

- материально-техническим и медико-социальным условиям пребывания детей в МБДОУ детский сад «Звёздочка»;
- возрастным особенностям детей;
- воспитывающему характеру обучения детей в МБДОУ детский сад «Звёздочка»; - требованиям безопасности и надежности.

РППС обеспечивает возможность реализации разных видов индивидуальной и коллективной деятельности: игровой, коммуникативной, познавательно-исследовательской, двигательной, продуктивной и пр., в соответствии с потребностями каждого возрастного этапа детей, охраны и укрепления их здоровья, возможностями учёта особенностей и коррекции недостатков их развития. РППС является содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, доступной, содержательной, безопасной, обеспечивает условия для эмоционального благополучия детей и комфортной работы педагогических и учебно-вспомогательных сотрудников.

МБДОУ детский сад «Звёздочка» созданы условия для информатизации образовательного процесса.

К сети Интернет подключены все помещения МБДОУ детский сад «Звёздочка», с учётом регламентов безопасного пользования сетью Интернет. В оснащении РППС также использованы элементы цифровой образовательной среды.

Материально-техническое обеспечение Программы

В МБДОУ детский сад «Звёздочка» созданы материально-технические условия, соответствующие п. 32.1 ФОП ДО, обеспечивающие

1) возможность достижения обучающимися планируемых результатов освоения Программы;

2)выполнение МБДОУ детский сад «Звёздочка» требований санитарно-эпидемиологических правил и гигиенических нормативов, содержащихся в СП 2.4.3648-20, СанПин 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утверждённых постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 г. № 32 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 11 ноября 2020 г., регистрационный № 60833), действующим до 1 января 2027 года (далее – СанПиН 2.3/2.4.3590-20), СанПиН 1.2.3685-2

Организации режима дня. Особенности организации образовательного процесса в различных возрастных группах обусловлены спецификой возраста, их развитием, климато-географическими условиями проживания, наличием приоритетных направлений, заказа родителей, требованиями СанПиН. Непременным условием здорового образа жизни и успешного развития детей является правильный режим. С общепринятых позиций правильный режим дня – это физиологическое обоснованное региональное чередование периодов бодрствования и отдыха. В МБДОУ детский сад «Звёздочка» используется гибкий режим дня, т.е. в него могут вноситься изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей, состояния здоровья. При организации режима дня для обучающихся МБДОУ детский сад «Звёздочка» учитываются физиологические потребности и физические возможности детей каждого конкретного возраста, а также рекомендации образовательной программы развития и воспитания. При организации режима дня особое внимание уделяется:

- соблюдению баланса между разными видами активности детей (умственной, физической), виды активности целесообразно чередуются;
- организации гибкого режима посещения детьми групп (с учётом потребностей родителей, для детей в адаптационном периоде);
- проведению гигиенических мероприятий по профилактике переутомления отдельных детей с учётом холодного и тёплого времени года, изменения биоритмов детей в течение недели, активности в течение суток.

Все возрастные группы работают по двум временным режимам: на тёплый и холодный период года. В период летней оздоровительной кампании действует оздоровительный режим, предполагающий сокращение времени организованной совместной образовательной деятельной деятельности взрослых и детей (вместо традиционного учебного блока) в соответствии с СанПиНом. Режим дня в группах зависит от возраста детей.

Организации физического воспитания. Система физического воспитания в дошкольных учреждениях является частью общегосударственной системы физического воспитания. Строится она с учетом возрастных, психологических особенностей детей при обязательном контакте с семьями. Кроме того, требования к физическому развитию детей регулируются в СанПиН. Основное содержание физического воспитания в группе составляют различные виды физических упражнений: основные, танцевальные движения, строевые и общеразвивающие упражнения, подвижные и спортивные игры, спортивные упражнения. Педагоги помогают детям не только овладеть физическими упражнениями на уровне возрастных возможностей, но и понимать элементарное понимание их пользы для здоровья.

МБДОУ детский сад «Звёздочка» оснащено полным набором оборудования для различных видов детской деятельности в помещении и на участке, игровыми и физкультурными площадками, озелененной территорией. Материально-технические условия МБДОУ детский сад «Звёздочка» учитывают особенности их физического и психического развития.

Оснащение развивающей предметно-пространственной среды

Содержание развивающей предметной среды удовлетворяет потребности актуального, ближайшего и перспективного развития детей, становление их индивидуальных способностей. В групповых комнатах и на прогулочных площадках организованы центры активности

РППС рассматривается как часть образовательной среды и фактор, обогащающий развитие детей. РППС выступает основой для разнообразной, разносторонне развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребёнка деятельности.

Для реализации рабочей программы используются следующие возможности РППС:

Оборудование в группе размещено и по центрам детской активности. Для решения задач физического развития в каждой группе имеются:

- *Центр двигательной активности* (ориентирован на организацию игр средней и малой подвижности в групповых помещениях, средней и интенсивной подвижности в физкультурном и музыкальном залах, интенсивной подвижности на групповых участках, спортивной площадке, всей территории детского сада) в интеграции с содержанием образовательных областей «Физическое развитие».
- *Центр безопасности*, позволяющий организовать образовательный процесс для развития у детей навыков безопасности жизнедеятельности в интеграции содержания образовательных областей «Физическое развитие».
- *Центр игры*, содержащий оборудование для организации образовательных областей «Физическое развитие».

- *Центр театрализации и музицирования*, оборудование которого позволяет организовать «Физическое развитие».

Оснащение помещений для реализации целей и задач образовательной области «Физическое развитие» (3-7лет)

№ п/п	Вид помещения	Оснащение
1	Групповые помещения	Координационная лесенка Спортивное оборудование для прыжков, лазания, равновесия. Полифункциональные модули. Нетрадиционное физкультурное оборудование (мешочки для равновесия, ленты, султанчики, кольцебросы, флажки, канат, обручи, мячи, конусы, кегли, скакалки, массажные мячи, массажные коврики, ребристые дорожки, флажки разных цветов, модульные конструкции для ползания, перелезания, пролезания, подлезания, гимнастические скамейки, дуги, маты, палки гимнастические, ленты, мешочки с грузом и др.
2	Участки, площадки ДОО (на улице)	На территории детского сада имеется физкультурная зона для проведения утренней зарядки, спортивных мероприятий и общих игр.

3.3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

3.3.1. Перечень учебно-методических пособий
Список литературы

1. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Младшая группа (3-4 лет)». МОЗАИКА-СИНТЕЗ.,Москва 2021 г.

2. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4-5 лет)». МОЗАИКА-СИНТЕЗ.,Москва 2021 г.

3. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5-6 лет).» МОЗАИКА-СИНТЕЗ.,Москва 2021 г.

4. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовиельная к школе группа (6-7 лет).» МОЗАИКА-СИНТЕЗ.,Москва 2021 г.

5. Сборник подвижных игр для детей 2-7 лет /Автор сост. Э.Я. Степаненкова. – М.:

МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2021.

Основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы». Инновационная программа дошкольного образования. /Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, Э. М. Дорофеевой. — Издание шестое доп. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2021. — с. 368.

3.3.2. Средства реализации программы

Перечень оборудования для реализации целей и задач образовательной области «Физическое развитие» (3-4 года)

№ п/п	Наименование	Количество (в шт.)
1	Координационная лесенка	3
2	Мешочки для равновесия	25
3	Ленты	50
4	Султанчики	30
5	Кольцебросы	2
6	Флажки разных цветов	25
7	Канат	2
8	Обручи	25
9	Мячи (маленькие, средние, большие)	50
10	Массажные коврики	2
11	Ребристые дорожки	4

12	Гимнастические скамейки	4
13	Дуги (разных размеров)	6
14	Маты	6
15	Мешочки с грузом	25
16	Балансир	1
17	Тоннель	2
18	Конусы	10
19	Шнуры	30
20	Пластмассовые шарики	100
21	Клюшки	10
22	Шайбы	4
23	Гантели	20
25	Ракетки для бадминтона	6
26	Ракетки для тенниса	4

3.4. КАДРОВЫЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Образовательную деятельность осуществляют:

Реализация Программы обеспечивается руководящими, педагогическими, учебно-вспомогательными, административно-хозяйственными работниками МБДОУ детский сад «Звёздочка».

Административный состав	**Педагогический состав**	**Учебно-вспомогательный персонал**	**Младший обслуживающий персонал**
Заведующий - 1	Воспитатели – 4 Инструктор по физическому воспитанию - 1 Учитель-логопед – 1 Музыкальный руководитель – 1 Педагог-психолог – 1 Педагог дополнительного образования – 1 Тьютор - 1	Младший воспитатель – 3 Медицинская сестра – 1 Заведующий хозяйством – 1 Делопроизводитель - 1	Кладовщик – 1 Повар – 1 Кухонный рабочий – 1 Машинист по стирке и ремонту белья и спецодежды -1 Рабочий по комплексному обслуживанию и ремонту зданий -1 Кастелянша – 1 Уборщик служебных помещений – 1 Водитель – 1 Дворник - 1

3.5. РЕЖИМ И РАСПОРЯДОК ДНЯ В ГРУППЕ

Режим пребывания детей в муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении детский сад «Звёздочка» - 10,5 часов (с 7.30 до 18.00).

Организация режима дня предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими обоснованиями, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребёнка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. При построении режима дня руководствуемся основным принципом - принципом соответствия возрастным психофизическим особенностям детей.

Режим и распорядок дня установлены

- с учётом требований СанПиН 1.2.3685-21;
- условий реализации Программы;
- потребностей участников образовательных отношений;
- построения образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми:

- основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра;
- решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей, и самостоятельной деятельности детей не только в рамках организованной образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

Основными **компонентами** режима в МБДОУ детский сад «Звёздочка» являются: сон, пребывание на открытом воздухе (прогулка), образовательная деятельность, игровая деятельность и отдых по собственному выбору (самостоятельная деятельность), прием пищи, личная гигиена. Содержание и длительность каждого компонента, а также их роль закономерно изменяются в зависимости от возрастных периодов воспитанников.

При проведении режимных процессов МБДОУ детский сад «Звёздочка» придерживается следующих **правил**:

- полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (во сне, питании);
- тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели;
- привлечение детей к посильному участию в режимных процессах;
- поощрение самостоятельности и активности;
- формирование культурно-гигиенических навыков;
- эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов;
- учет потребности детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка;
- спокойный и доброжелательный тон общения, бережное отношение к ребенку, устранение долгих ожиданий, так как аппетит и сон малышей прямо зависят от состояния их нервной системы;

Основные **принципы** построения режима дня:

- режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность;
- соответствие правильности построения режима дня возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника (для каждой возрастной группы определен свой режим дня);
- организация режима дня с учетом теплого и холодного периода года.

Для воспитанников, впервые поступивших в МБДОУ детский сад «Звёздочка», предполагается адаптационный режим с учетом индивидуальных особенностей ребенка.

Все возрастные группы работают по двум временным (сезонным) режимам: теплому и холодному периодам года и режиму в каникулярный период. В период летней оздоровительной компании в МБДОУ детский сад «Звёздочка» действует оздоровительный режим, предполагающий увеличение дневного сна и длительности пребывания детей на свежем воздухе.

При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки, организованной в детском саду, сокращается.

При температуре плюс 10 °С и скорости ветра менее 4 м/с прием детей осуществляется на прогулочном участке.

Прогулки организуем 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня – перед уходом детей домой, в теплый период прием детей осуществляется на прогулке.

Прием пищи организуем с интервалом 3-4 часа.

Общая продолжительность дневного сна.

Для детей от 1.5 до 3 лет не менее 3 часов;

Для детей от 4 до 7 лет не менее 2,5 часов;

Во время сна детей воспитатель (или младший воспитатель) обязательно присутствует рядом с детьми.

Образовательная деятельность в МБДОУ детский сад «Звёздочка» осуществляется непрерывно и круглогодично. В зависимости от специфики организации детской деятельности выделяется два периода:

1 период (1 сентября-1 июня);

2 период (1 июня-31 августа).

При организации режима предусматривается оптимальное чередование самостоятельной детской деятельности и организованных форм работы с детьми, коллективных и индивидуальных игр, достаточная двигательная активность ребёнка в течение дня, обеспечивается сочетание умственной и физической нагрузки. Время образовательной деятельности организовано таким образом, чтобы вначале проводились наиболее насыщенные по содержанию виды деятельности, связанные с умственной активностью детей, максимальной их произвольностью, а затем творческие виды деятельности в чередовании с музыкальной и физической активностью.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, условия организации образовательного процесса соответствуют требованиям, предусмотренным СанПиН 1.2.3685-21 и СП 2.4.3648-20.

Начало образовательной деятельности не ранее 8:00, окончание образовательной деятельности не позднее 17:00. Если образовательная деятельность происходит в группе и без привлечения специалиста, то «жесткого» регламента начала и окончания совместной деятельности педагога с детьми нет. При проведении совместной деятельности взрослого с детьми (узких специалистов, музыкального руководителя).

Продолжительность непрерывной образовательной деятельности:

- для детей от 2 до 3 лет – не более 10 мин.,
- для детей от 3 до 4 лет – не более 15 мин.,
- для детей от 4 до 5 лет – не более 20 мин.,
- для детей от 5 до 6 лет – не более 25 мин.,
- для детей от 6 до 7 лет – не более 30 мин.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки, не более:

- для детей от 2 до 3 лет – не более 20 мин.,
- для детей от 3 до 4 лет – не более 30 мин.,
- для детей от 4 до 5 лет – не более 40 мин.,
- для детей от 5 до 6 лет – не более 50 мин или 75 мин при организации 1 занятия после дневного сна.
- для детей от 6 до 7 лет – не более 90 мин.

Продолжительность перерывов между занятиями для детей всех возрастов – не менее 10 минут, перерывов во время занятий для гимнастики – не менее 2 минут.

Электронные средства обучения:

Интерактивная доска, интерактивная панель в старшей разновозрастной группе (5 - 7 лет) не более 7 мин. за образовательную деятельность, суммарно в день, не более 20 мин.

В середине образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки или иная двигательная активность.

Суммарный объем двигательной активности, не менее 1 часа/день.

Физическое воспитание детей в МБДОУ детский сад «Звёздочка» направлено на улучшение здоровья и физического развития, расширение функциональных возможностей детского организма, формирование двигательных навыков и двигательных качеств.

Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия осуществляются с учетом здоровья, возраста детей и времени года.

Для достижения достаточного объема двигательной активности детей используем все организационные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений.

Режим дня строится с учётом сезонных изменений. Согласно СанПиН 1.2.3685-21, при температуре воздуха ниже минус 15°С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают. При осуществлении режимных моментов учитываются также индивидуальные особенности ребёнка. В теплый период года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе, образовательная деятельность переносится на прогулку (при наличии условий).

В летний оздоровительный период образовательная деятельность организуется на воздухе. В данный период года воспитателями осуществляется воспитательная, физкультурно-оздоровительная работа, деятельность художественно-эстетической направленности. Организуются продуктивные виды деятельности, игровая, двигательная, трудовая деятельность на свежем воздухе; закаливающие процедуры, праздники и развлечения.

Примерный Режим дня МБДОУ детский сад «Звёздочка» составлен на два периода с учетом сезона, температуры воздуха и скорости ветра.

Примерный режим дня в группе детей от 2-х до 4-х лет

Содержание	Время
Холодный период	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность	7.30-8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10
Утренний круг	8.10-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50-9.00
Занятия в игровой форме по подгруппам	9.00-9.10 (интервал 15 минут) 9.25-9.35
Игры, самостоятельная деятельность	9.35- 9.50
Подготовка к второму завтраку, второй завтрак	9.50 – 10.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность	10.00 - 11-20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.20-11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00

Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40
Игры, самостоятельная деятельность, совместная деятельность взрослого и детей	15.40-16.10
Вечерний круг	16.10-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка, в игровой форме по подгруппам, уход детей домой	16.20-18.00
Теплый период	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность	7.30-8.00
Утренняя гимнастика (на воздухе)	8.00-8.10
Утренний круг (на воздухе)	8.10-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Самостоятельные игры, совместная деятельность взрослого и детей	9.00-
Второй завтрак	9.50-10.00
Прогулка, совместная деятельность взрослого и детей, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам на прогулке	10.00-11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, воздушные и водные процедуры. Самостоятельная деятельность	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40
Игры, досуги, общение по интересам, театрализация, самостоятельная деятельность и совместная деятельность взрослого и детей	15.45-16.00
Вечерний круг	16.00-16.10
Подготовка к прогулке, выход на прогулку, уход детей домой	16.10-18.00

Согласно пункту 2.10 СП 2.4.3648-20 к организации образовательного процесса и режима дня соблюдаются следующие требования:

- режим двигательной активности детей в течение дня организован с учётом возрастных особенностей и состояния здоровья;
- при организации образовательной деятельности введены в режим дня физкультминутки во время занятий, гимнастика для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования электронных средств обучения;
- физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристские походы, спортивные соревнования организуются с учётом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. МБДОУ детский сад «Звёздочка» обеспечивает присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях;

- проведение занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам.

Распорядок дня воспитанников размещен на сайте МБДОУ детский сад «Звёздочка»

За счет гибкой структуры описанный распорядок и режим дня позволяет обеспечить «поточность» и плавный переход от одних режимных моментов к другим. Контроль за выполнением режимов дня в МБДОУ детский сад «Звёздочка» осуществляют: заведующий, медицинская сестра, педагоги, родители (законные представители).

Часть, формируемая участниками образовательных отношений

Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении в части, формируемой участниками образовательных отношений, полностью совпадают с организацией режима пребывания детей в образовательном учреждении обязательной части Программы