**Содержание**

|  |  |
| --- | --- |
| I Целевой раздел |  |
| 1.1 Пояснительная записка | 3 |
| 1.2 Цели и задачи Программы | 6 |
| 1.3 Принципы и подходы к реализации Программы | 7 |
| 1.4 Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей | 14 |
| II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ |  |
| 2.1 Описание образовательной деятельности по физическому развитию детей | 41 |
| 2.2 Особенности организации образовательной деятельности по физическому развитию детей, описание ежедневной организации жизнедеятельности в МДОУ «Детский сад №70» | 42 |
| 2.3 Описание вариативных форм, способов, методов, средств реализации программы | 45 |
| 2.4 Региональный компонент | 69 |
| 2.5 Способы поддержки детской инициативы | 71 |
| 2.6 Взаимодействие педагогического коллектива | 72 |
| 2.7 Взаимодействие с семьями обучающихся | 76 |
| 2.8 Взаимодействие с социумом | 77 |
| III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ |  |
| 3.1 Психолого – педагогические условия, обеспечивающие развитие обучающихся | 78 |
| 3.2 Построение образовательного процесса | 79 |
| 3.3 Учебный план реализации Программы по ОО «Физическое развитие» | 81 |
| 3.4 Организация режима пребывания детей. Расписание НОД ОО «Физическое развитие | 81 |
| 3.5 Материально-техническое обеспечение программы. Организация развивающей предметно-пространственной среды. | 86 |
| 3.6 Программно-методическое обеспечение реализации программы. | 89 |
| 3.7 Традиции программы в образовательном пространстве МДОУ №70 «Калинка» | 90 |
| Список литературы | 93 |
| Приложения  1. Результаты мониторинга физического развития и физической подготовленности.  2. Перспективно планирование ООД  3. План взаимодействия с педагогами, детьми и родителями.  4. График работы воспитателя по физической культуре Соколовой Е.С.  5. Циклограмма рабочего времени воспитателя по физической культуре |  |

**I. Целевой раздел**

* 1. **Пояснительная записка.**

Согласно Федеральному закону «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ дошкольное образование является уровнем общего образования наряду с начальным общим, основным общим и средним общим образованием.

Основная образовательная программа дошкольного образования Муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад общеразвивающего вида № 70 «Калинка» города Вологды (далее Программа, МДОУ № 70 «Калинка») была переработана и составлена в связи с введением в действие Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, утвержденного приказом Минобрнауки России 17.11.2013 г. № 1155 (далее – ФГОС ДО), Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012, решением Федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20 мая 2015 г. № 2/15) одобрена Примерная образовательная программа  дошкольного образования.

Программа МДОУ №70«Калинка» спроектирована с учетом особенностей образовательного учреждения, региона, образовательных потребностей и запросов обучающихся. Программа определяет цель, задачи, планируемые результаты и организацию образовательного процесса на ступени дошкольного образования.

При разработке программы мы руководствовались положениями, сформулированными академиком РАО А.Г.Асмоловым: «Первое – стандарт дошкольного образования проектируется нами как социокультурная норма поддержки разнообразия в мире дошкольного детства, а не унификация, обезличивание, выстраивание в шеренгу дошкольников. Второе – упомянутый стандарт – это стандарт развития, социализации и приобщения к ценностям и традициям разных культур, а не стандарт дрессуры, натаскивания дошкольников письму, чтению и счёту. Третье: ключевой принцип стандарта – принцип приобщения к познанию через различные виды деятельности, сообразные психолого-возрастным особенностям развития ребёнка». Программа носит комплексный характер и обеспечивает развитие детей дошкольного возраста в соответствии с их индивидуальными и возрастными особенностями в пяти образовательных областях: социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

Программа разработана, утверждена и реализуется в МДОУ № 70 «Калинка» в соответствии с:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
3. Комментарии Минобрнауки России к ФГОС дошкольного образования от 28.02.2014 г. № 08-249;
4. Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
5. [Приказ Минобрнауки России от 28.12.2010 г. № 2106](http://www.edu.ru/db-mon/mo/Data/d_10/m2106.html) «Об утверждении и введении в действие федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»;
6. Письмо Минобрнауки России от 07.06.2013 г. № ИР-535/07 «О коррекционном и инклюзивном образовании детей»;
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 г. № 26 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (СанПиН 2.4.1.3049-13);
8. [Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2013-2020 годы](http://viro.edu.ru/attachments/article/4107/Postanovlenije_295_ot_%2015.04.2014_O_razvitii_obrazovanija.pdf), утвержденная Постановлением Правительства Российской Федерации от 15.04.2014 № 295;
9. «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам образовательным программам дошкольного образования» Приказ Минобрнауки РФ от 30.08.2013 года №1014;
10. [Государственная программа «Развитие образования Вологодской области на 2013 – 2017 годы»](http://viro.edu.ru/attachments/article/4107/1234_22.10.2012_Gosprogramma_razvitije_obrazovanija_VO_na%202013-2018.doc), утвержденная постановлением Правительства Вологодской области от 22.10.2012 г. №1243;
11. [План мероприятий («дорожная карта») «Изменения, направленные на повышение эффективности образования» на 2013 – 2018 годы](http://viro.edu.ru/attachments/article/4107/Post_Prav_VO_419_19_05_2014_Dorozhnaja_karta.PDF), утвержденный постановлением Правительства области от 19.04.2014 № 419 "О внесении изменений в постановление Правительства области от 25.02.2013 № 201 ([предыдущая редакция "дорожной карты"](http://viro.edu.ru/attachments/article/4107/201_ot_25.02.2013_Dorognaja_karta.doc));
12. Устав МДОУ №70 «Калинка»;
13. Основные локальные акты МДОУ №70 «Калинка».

Программа реализуется на государственном языке Российской Федерации.

Содержание Программы составлено с учетом Примерной основной образовательной программы дошкольного образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20 мая 2015 года №2/15), Основной образовательной программы дошкольного образования «Мир открытий» под редакцией Л.Г. Петерсон (далее ОО ДО «Мир открытий»),а также региональных особенностей Вологодской области, специфики и общеразвивающего вида дошкольного образовательного учреждения с приоритетным осуществлением физического развития ребенка дошкольного возраста, образовательных потребностей и запросов воспитанников, а также их родителей (законных представителей), опирается на теоретические основы возрастной психологии.

**Программа определяет** содержание и организацию образовательной деятельности в МДОУ № 70 «Калинка»и обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

**Программа направлена на:**

- создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества с взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности;

- на создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей.

**Программа предусмотрена** для освоения детьми в возрасте от 2 до 8 лет, в группах общеразвивающей направленности. При необходимости Программа может быть адаптирована для освоения детьми с ограниченными возможностями здоровья.

**Программа разработана** для психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста.

**1.2 Цель и задачи программы**

**Цель Программы**: накопление ребенком культурного опыта деятельности и общения в процессе активного взаимодействия с окружающим миром, другими детьми и взрослыми, решения задач и проблем (в соответствии с возрастом) как основы для формирования в его сознании целостной картины мира, готовности к непрерывному образованию, саморазвитию и успешной самореализации на всех этапах жизни.

**Приоритетные задачи реализации Программы:**

- охрана и укрепление здоровья детей, обеспечение их физической и психологической безопасности, эмоционального благополучия; создание комфортных условий жизнедеятельности, в которых каждый ребенок чувствует себя защищенным и уверенным в том, что его любят и принимают таким, какой он есть;

- развитие социальных, нравственных, физических, интеллектуальных, эстетических качеств детей; создание благоприятных условий для гармоничного развития детей в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями каждого ребенка;

- формирование у ребенка способностей и потребностей открывать и творить самого себя в основных формах человеческой деятельности, готовности познавать себя в единстве с миром, в диалоге с ним;

- формирование общей культуры личности ребенка, в том числе ценностей здорового образа жизни, предпосылок учебной деятельности, инициативности, самостоятельности и ответственности, активной жизненной позиции;

- развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка; организация содержательного взаимодействия ребенка с другими детьми, взрослыми и окружающим миром на основе гуманистических ценностей и идеалов, прав свободного человека;

- воспитание в детях патриотических чувств, любви к Родине, гордости за ее достижения на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил, и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;

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

- объединение воспитательно-оздоровительных ресурсов семьи и дошкольной организации на основе традиционных духовно-нравственных ценностей семьи и общества; установление партнерских взаимоотношений с семьей, оказание ей психолого-педагогической поддержки, повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;

- обеспечение преемственности целей, задач, методов и содержания образования с позиций самоценности каждого возраста и непрерывности образования на всех этапах жизни человека.

**1.3 Принципы и подходы к реализации Программы**

Принципы к формированию Программы

В соответствии со Стандартом Программа построена на следующих принципах:

1. *Поддержка разнообразия детства*. Современный мир характеризуется возрастающим многообразием и неопределенностью, отражающимися в самых разных аспектах жизни человека и общества. Многообразие социальных, личностных, культурных, языковых, этнических особенностей, религиозных и других общностей, ценностей и убеждений, мнений и способов их выражения, жизненных укладов особенно ярко проявляется в условиях Российской Федерации – государства с огромной территорией, разнообразными природными условиями, объединяющего многочисленные культуры, народы, этносы. Возрастающая мобильность в обществе, экономике, образовании, культуре требует от людей умения ориентироваться в этом мире разнообразия, способности сохранять свою идентичность и в то же время гибко, позитивно и конструктивно взаимодействовать с другими людьми, способности выбирать и уважать право выбора других ценностей и убеждений, мнений и способов их выражения.

Принимая вызовы современного мира, Программа рассматривает разнообразие как ценность, образовательный ресурс и предполагает использование разнообразия для обогащения образовательного процесса. Организация выстраивает образовательную деятельность с учетом региональной специфики, социокультурной ситуации развития каждого ребенка, его возрастных и индивидуальных особенностей, ценностей, мнений и способов их выражения.

2. *Сохранение уникальности и самоценности детства* как важного этапа в общем развитии человека. Самоценность детства – понимание детства как периода жизни значимого самого по себе, значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот этап является подготовкой к последующей жизни. Этот принцип подразумевает полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного детства), обогащение (амплификацию) детского развития.

3. *Позитивная социализация* ребенка предполагает, что освоение ребенком культурных норм, средств и способов деятельности, культурных образцов поведения и общения с другими людьми, приобщение к традициям семьи, общества, государства происходят в процессе сотрудничества со взрослыми и другими детьми, направленного на создание предпосылок к полноценной деятельности ребенка в изменяющемся мире.

4. *Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия* взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников Организации) и детей. Такой тип взаимодействия предполагает базовую ценностную ориентацию на достоинство каждого участника взаимодействия, уважение и безусловное принятие личности ребенка, доброжелательность, внимание к ребенку, его состоянию, настроению, потребностям, интересам. Личностно-развивающее взаимодействие является неотъемлемой составной частью социальной ситуации развития ребенка в организации, условием его эмоционального благополучия и полноценного развития.

5. *Содействие и сотрудничество детей и взрослых*, *признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений*. Этот принцип предполагает активное участие всех субъектов образовательных отношений – как детей, так и взрослых – в реализации программы. Каждый участник имеет возможность внести свой индивидуальный вклад в ход игры, занятия, проекта, обсуждения, в планирование образовательного процесса, может проявить инициативу. Принцип содействия предполагает диалогический характер коммуникации между всеми участниками образовательных отношений. Детям предоставляется возможность высказывать свои взгляды, свое мнение, занимать позицию и отстаивать ее, принимать решения и брать на себя ответственность в соответствии со своими возможностями.

6. *Сотрудничество Организации с семьей*. Сотрудничество, кооперация с семьей, открытость в отношении семьи, уважение семейных ценностей и традиций, их учет в образовательной работе являются важнейшим принципом образовательной программы. Сотрудники Организации должны знать об условиях жизни ребенка в семье, понимать проблемы, уважать ценности и традиции семей воспитанников. Программа предполагает разнообразные формы сотрудничества с семьей как в содержательном, так и в организационном планах.

7. *Сетевое взаимодействие с организациями* социализации, образования, охраны здоровья и другими партнерами, которые могут внести вклад в развитие и образование детей, а также использование ресурсов местного сообщества и вариативных программ дополнительного образования детей для обогащения детского развития. Программа предполагает, что Организация устанавливает партнерские отношения не только с семьями детей, но и с другими организациями и лицами, которые могут способствовать обогащению социального и/или культурного опыта детей, приобщению детей к национальным традициям (посещение театров, музеев, освоение программ дополнительного образования), к природе и истории родного края; содействовать проведению совместных проектов, экскурсий, праздников, посещению концертов, а также удовлетворению особых потребностей детей, оказанию психолого-педагогической и/или медицинской поддержки в случае необходимости (центры семейного консультирования и др.).

8. *Индивидуализация дошкольного образования* предполагает такое построение образовательной деятельности, которое открывает возможности для индивидуализации образовательного процесса, появления индивидуальной траектории развития каждого ребенка с характерными для данного ребенка спецификой и скоростью, учитывающей его интересы, мотивы, способности и возрастно-психологические особенности. При этом сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, разных форм активности. Для реализации этого принципа необходимы регулярное наблюдение за развитием ребенка, сбор данных о нем, анализ его действий и поступков; помощь ребенку в сложной ситуации; предоставление ребенку возможности выбора в разных видах деятельности, акцентирование внимания на инициативности, самостоятельности и активности ребенка.

9. *Возрастная адекватность образования.* Этот принцип предполагает подбор педагогом содержания и методов дошкольного образования в соответствии с возрастными особенностями детей. Важно использовать все специфические виды детской деятельности (игру, коммуникативную и познавательно-исследовательскую деятельность, творческую активность, обеспечивающую художественно-эстетическое развитие ребенка), опираясь на особенности возраста и задачи развития, которые должны быть решены в дошкольном возрасте. Деятельность педагога должна быть мотивирующей и соответствовать психологическим законам развития ребенка, учитывать его индивидуальные интересы, особенности и склонности.

10. *Развивающее вариативное образование.* Этот принцип предполагает, что образовательное содержание предлагается ребенку через разные виды деятельности с учетом его актуальных и потенциальных возможностей усвоения этого содержания и совершения им тех или иных действий, с учетом его интересов, мотивов и способностей. Данный принцип предполагает работу педагога с ориентацией на зону ближайшего развития ребенка (Л.С. Выготский), что способствует развитию, расширению как явных, так и скрытых возможностей ребенка.

11. *Полнота содержания и интеграция отдельных образовательных областей*. В соответствии со Стандартом Программа предполагает всестороннее социально-коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое и физическое развитие детей посредством различных видов детской активности. Деление Программы на образовательные области не означает, что каждая образовательная область осваивается ребенком по отдельности, в форме изолированных занятий по модели школьных предметов. Между отдельными разделами Программы существуют многообразные взаимосвязи: познавательное развитие тесно связано с речевым и социально-коммуникативным, художественно-эстетическое – с познавательным и речевым и т.п. Содержание образовательной деятельности в одной конкретной области тесно связано с другими областями. Такая организация образовательного процесса соответствует особенностям развития детей раннего и дошкольного возраста.

13. *Учёт Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования* (2010 г.), в котором указывается, что «в младшем школьном возрасте продолжается социально-личностное развитие ребёнка»: «Особенностью содержания современного начального образования является не только ответ на вопрос, что ученик должен знать (запомнить, воспроизвести), но и формирование универсальных учебных действий в личностных, коммуникативных, познавательных, регулятивных сферах… Наряду со знаниевым компонентом (функциональной грамотностью) в программном содержании представлен деятельностный компонент – надпредметные способы деятельности, которые формируются средствами каждого учебного предмета».

Данный подход не только позволяет на практике обеспечить решение проблемы преемственности и непрерывности разных уровней образования, но и позволит предупредить узкопредметность в отборе содержания дошкольного образования, обеспечить системность в постижении детьми разных сторон окружающего мира.

Также программа ориентированна на *развитие современных детей*.

Учёные считают, что современные дети обладают новым типом сознания: системно-смысловым (Н.А.Горлова), а не системно-структурным, характерным для детей прошлого века. В их сознании доминирует смысловая сфера, которая определяет смысловую ориентацию на деятельность. Иными словами, если ребёнок не понимает смысла деятельности, которую ему предлагают, то он отказывается её выполнять.

**Основные подходы к формированию Программы:**

*Культурно-исторический подход* определяет развитие ребенка как процесс формирования человека или личности, совершающийся путем возникновения на каждой ступени новых качеств, специфических для человека, подготовленных всем предшествующим ходом развития, но не содержащихся в готовом виде на более ранних ступенях.

*Личностный подход* исходит из положения, что в основе развития лежит, прежде всего, эволюция поведения и интересов ребенка, изменение структуры направленности поведения. Поступательное развитие ребенка главным образом происходит за счет его личностного развития. В дошкольном возрасте социальные мотивы поведения развиты еще слабо, а потому в этот возрастной период деятельность мотивируется в основном непосредственными мотивами. Исходя из этого, предлагаемая ребенку деятельность должна быть для него осмысленной, только в этом случае она будет оказывать на него развивающее воздействие.

*Деятельностный подход* рассматривает деятельность наравне с обучением как движущую силу психического развития ребенка. В каждом возрасте существует своя ведущая деятельность, внутри которой возникают новые виды деятельности, развиваются (перестраиваются) психические процессы и возникают личностные новообразования.

Образовательная среда в соответствии с Программой строится на основе **системы принципов деятельностного обучения**:

- принцип психологической комфортности: взаимоотношения между детьми и взрослыми строятся на основе доброжелательности, поддержки и взаимопомощи;

- принцип деятельности: основной акцент делается на организации самостоятельных детских «открытий» в процессе разнообразных видов деятельности детей (игре, общении, исследовании и пр.); педагог выступает, прежде всего, как организатор образовательного процесса;

- принцип целостности: стратегия и тактика образовательной работы с детьми опирается на представление о целостной жизнедеятельности ребенка (у ребенка формируется целостное представление о мире, себе самом, социокультурных отношениях);

- принцип минимакса: создаются условия для продвижения каждого ребенка по индивидуальной траектории развития и саморазвития - в своем темпе, на уровне своего возможного максимума;

- принцип творчества: образовательный процесс ориентирован на развитие творческих способностей каждого ребенка, приобретение им собственного опыта творческой деятельности;

- принцип вариативности: детям предоставляются возможности выбора материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения, информации, способа действия и др.;

- принцип непрерывности: обеспечивается преемственность в содержании, технологиях, методах между дошкольным и начальным общим образованием, определяется вектор на дальнюю перспективу развития.

**Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений.**

Решая задачи нравственно-патриотического воспитания в целом и приобщения к социокультурным нормам и ценностям Вологодского края и города Вологды, каждый педагог должен строить свою работу в соответствии с местными условиями и особенностями детей, учитывая следующие принципы и опираясь на следующие подходы:

* Принцип постепенного перехода от более близкого ребенку материала, личностно значимого (дом, семья) к менее близкому – культурно-историческим фактам;
* «Позитивный центризм» (отбор знаний, наиболее актуальных для ребенка данного возраста);
* Непрерывность и преемственность педагогического процесса;
* Дифференцированный подход к каждому ребенку, максимальный учет его психологических особенностей, возможностей и интересов;
* Рациональное сочетание разных видов деятельности;
* Деятельностный подход в приобщении детей к истории, культуре, природе родного края;
* Развивающий характер обучения;
* Комплексно-тематический принцип обучения.

**1.4 Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей**

**Младшая группа (3 – 4 года)**

В возрасте 3-4 лет ребенок постепенно выходит за пределы семейного круга. Его общение становится внеситуативным. Взрослый становится для ребенка не только членом семьи, но и носителем определенной обще­ственной функции. Желание ребенка выполнять такую же функцию при­водит к противоречию с его реальными возможностями. Это противоречие разрешается через развитие игры, которая становится ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте.

Главной особенностью игры является ее условность: выполнение одних действий с одними предметами предполагает их отнесенность к другим действиям с другими предметами. Основным содержанием игры младших дошкольников являются действия с игрушками и предметами-заместителя­ми. Продолжительность игры небольшая. Младшие дошкольники ограничи­ваются игрой с одной-двумя ролями и простыми, неразвернутыми сюжета­ми. Игры с правилами в этом возрасте только начинают формироваться.

Изобразительная деятельность ребенка зависит от его представлений о предмете. В этом возрасте они только начинают формироваться. Графические образы бедны. У одних детей в изображениях отсутствуют детали, у других рисунки могут быть более детализированы. Дети уже могут использовать цвет.

Большое значение для развития мелкой моторики имеет лепка.

Младшие дошкольники способны под руководством взрослого вылепить простые предметы.

Известно, что аппликация оказывает положительное влияние на разви­тие восприятия. В этом возрасте детям доступны простейшие виды аппли­кации.

Конструктивная деятельность в младшем дошкольном возрасте ограни­чена возведением несложных построек по образцу и по замыслу.

В младшем дошкольном возрасте развивается перцептивная деятель­ность. Дети от использования предэталонов - индивидуальных единиц вос­приятия, переходят к сенсорным эталонам - культурно-выработанным средствам восприятия. К концу младшего дошкольного возраста дети могут. воспринимать до 5 и более форм предметов и до 7 и более цветов, способны дифференцировать предметы по величине, ориентироваться в пространстве группы детского сада, а при определенной организации образовательного процесса - и в помещении всего дошкольного учреждения.

Развиваются память и внимание. По просьбе взрослого дети могут за­помнить 3-4 слова и 5-6 названий предметов. К концу младшего дошколь­ного возраста они способны запомнить значительные отрывки из любимых произведений.

Продолжает развиваться наглядно-действенное мышление. При этом преобразования ситуаций в ряде случаев осуществляются на основе целенаправленных проб с учетом желаемого результата. Дошкольники способны установить некоторые скрытые связи и отношения между предметами.

В младшем дошкольном возрасте начинает развиваться воображение, которое особенно наглядно проявляется в игре, когда одни объекты высту­пают в качестве заместителей других.

Взаимоотношения детей обусловлены нормами и правилами. В резуль­тате целенаправленного воздействия они могут усвоить относительно большое количество норм, которые выступают основанием для оценки собственных действий и действий других детей.

**Списочный состав группы №2:**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия, имя ребенка | Дата рождения | Группа по ф/к | Группа здоровья | Диагноз | Ограничения |
| 1 | Авлюхова Алина | 1.02.14 | Основная | II | Пупочная гр. | Общеукрепляющая гимнастика. Ограничений нет. |
| 2 | Аксенова Настя | 1.06.14 | Основная | II | ЗРР |  |
| 3 | Ананьев Валерий | 29.06.14 | Основная | II | Дх лок. Гиперметропия слабой степени |  |
| 4 | Баданин Дмитрий | 12.07.14 | Основная | II | ТЗРР |  |
| 5 | Буйлова Вероника | 2.07.14 | Основная | II |  |  |
| 6 | Борисова Ксения | 18.01.14 | Основная | II | ЗРР, околоп.грыжа |  |
| 7 | Вирин Егор | 31.08.14 | Основная | II | ФСШ | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 8 | Виноградова | 1.09.14 | Основная | III | Аллергич.дерматит |  |
| 9 | Воробьева Алина | 13.06.14 | Основная | II | Укороч.левой конечности | Прыжки, быстрый бег |
| 10 | Гориков Никита | 19.09.14 | Основная | II | ФСШ | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 11 | Жданов Даниил | 4.07.14 | Основная | II | Здоров |  |
| 12 | Золивохин Николай | 15.04.14 | Специальная | V | Врожденный порок сердца, хрон. гепатит С | Бег и прыжки в быстром темпе, эстафеты, занятия на выносливость и скорость, на тренажёрах. |
| 13 | Коненкова Алеся | 26.05.14 | Основная | III |  |  |
| 14 | Корочева Ксения | 24.05.14 | Основная | II | Уплощение свода стоп |  |
| 15 | Копылов Артем | 14.06.14 | Основная | II | ЖДА лик.ст |  |
| 16 | Куликова Злата | 5.06.14 | Основная | II | Здоров |  |
| 17 | Лазарев Владимир | 29.04.14 | Основная | II | Пупочная гр. | Общеукрепляющая гимнастика. Ограничений нет. |
| 18 | Лелихов Федор | 2.08.14 | Основная | II |  |  |
| 19 | Мыльникова Юлия | 28.09.14 | Основная | II | СШ (ООО, ДХЛЖ) | Ограниченные нагрузки |
| 20 | Нефедочкина Анастасия | 26.05.14 | Основная | II | Здоров |  |
| 21 | Олейник Роман | 25.09.14 | Основная | II |  |  |
| 22 | Смирнов Максим | 14.07.14 | Основная | I | Здоров |  |
| 23 | Токанов Илья | 12.08.14 | Основная | II | Гипертрофия небных миндалин |  |
| 24 | Угланова Софья | 11.04.14 | Основная | II | ЗРР. Неврол.растр. |  |
| 25 | Фомина Варвара | 5.07.14 | Основная | II | ЗРР.ЗФР |  |
| 26 | Шилова Полина | 17.06.14 | Основная | II | ФСШ, ЖДА | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 27 | Шитова Анна | 23.05.14 | Основная | II | Непостоянное сходящее косоглазие |  |
| 28 | Щукин Илья | 17.12.14 | Основная | I | Здоров |  |
| 29 | Туманова Ксения | 2.10.14 | Основная | II | ФСШ | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |

Относительно здоровых детей: 28, 1 ребенок с патологией, врожденный порок сердца.

I группа здоровья 2 человек

II группа 24 человек

III группа 2 человек

Vгруппа 1 человек

Наиболее распространенными группами заболеваний являются: ОРВИ.

На " Д" учёте:

Заболевание глаз.

1.Шитова Анна

ФСШ (функциональный систалический шум)

1.Вирин Егор

2.Гориков Никита

3.Шилова Полина

4.Туманова Ксения

5.Мыльникова Юлия (ДХЛЖ)

Золивохин Николай (врожденный порок сердца)

" Д" чет у невролога

1. Баданин Дмитрий ТЗРР

2. Аксенова Настя ЗРР

3. Борисова Ксения ЗРР

4. Угланова Софья ЗРР

5. Фомина Варвара ЗРР

У детей второй младшей группы нервно-психическое развитие соответствует возрастным показателям.

**Списочный состав группы №3:**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия, имя ребенка | Дата рождения | Группа по ф/к | Группа здоровья | Диагноз | Ограничения |
| 1 | Базюк Диана | 16.12.13 | Основная | I | Здоров |  |
| 2 | Беляева Юлия | 23.12.13 | Основная | II | Здоров |  |
| 3 | Боревич Виктория | 30.01.14 | Основная | II | ФСШ (ООО, ДХЛЖ) | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 4 | Гаврилюк Елизавета | 8.02.13 | Основная | II | Волог. ст. |  |
| 5 | Михайлова Алиса | 4.02.14 | Основная | II | Здоров |  |
| 6 | Ерков Егор | 10.01.14 | Основная | I | Гиперметропия слабой степени |  |
| 7 | Зажигина Агния | 20.01.14 | Подготовительная | III | О.пиелонефрит |  |
| 8 | Зинин Тимур | 28.04.14 | Основная | II | Пуп.гр., цереброаст.с/д | Общеукрепляющая гимнастика. Ограничений нет. |
| 9 | Карнаков  Василий | 21.12.13 | Основная | II | Реконвалецент пневмонии |  |
| 10 | Працюк Егор | 17.11.13 | Основная | II | ФСШ | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 11 | Малков Евсей | 8.12.13 | Основная | II | Здоров |  |
| 12 | Маслухин Вадим | 22.12.13 | Основная | II | Плоско-вальгусные стопы | прыжки |
| 13 | Мартьянова Марьяна | 25.12.13 | Основная | II | Угр. по миопии |  |
| 14 | Михайлин Тимофей | 25.05.14 | Основная | II | Аллергич. ренит, обструктивный синдром |  |
| 15 | Данилова Карина | 17.03.14 | Основная | II | ЗРР |  |
| 16 | Потехин Даниил | 22.01.14 | Основная | II | Здоров |  |
| 17 | Паксин Тимур | 20.12.13 | Основная | II | G 71.0. пупоч.гр. ЖДН | Общеукрепляющая гимнастика. Ограничений нет. |
| 18 | Савинов Иван | 31.12.13 | Основная | II | Пупоч.грыжа | Общеукрепляющая гимнастика. Ограничений нет. |
| 19 | Силина Аделина | 07.01.14 | Основная | II | Миотонический синдром |  |
| 20 | Соколов Александр | 27.01.14 | Основная | I | Здоров |  |
| 21 | Серков Матвей | 14.12.13 | Основная | II | ФСШ, грыжа белой линии живота | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 22 | Седова Анастасия | 16.12.13 | Основная | II | ФСШ | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 23 | Христина Дарья | 20.01.14 | Основная | II | Практич. зд. |  |
| 24 | Чегодаев Иван | 10.12.13 | Основная | I | Рек-т ЗЧМТ |  |
| 25 | Ширяевская Ева | 3.01.13 | Основная | I | Здоров |  |
| 26 | Евенко Евгений | 3.02.14 | Основная | II | Вялая осанка, ФСШ | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 27 | Тумакова Мария | 10.02.14 | Основная | II | Пупоч.гр, ФСШ, гиперметропия слабой степени | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 28 | Самойлов Тимофей | 6.08.14 | Основная | II | Пупоч.гр.темповая ЗРР | Общеукрепляющая гимнастика. Ограничений нет. |
| 29 | Зимин Иван | 30.01.14 | Основная | I | Здоров |  |

Относительно здоровых детей: 29, детей с патологиями нет.

I группа здоровья 6 человек

II группа 22 человек

III группа 1 человек

Наиболее распространенными группами заболеваний являются: ОРВИ.

На " Д" учёте:

Заболевание глаз.

1. Мартьянова Марьяна

ФСШ (функциональный систалический шум)

1. Боревич Виктория
2. Працюк Егор
3. Серков Матвей
4. Седова Анастасия
5. Евенко Евгений

" Д" чет у невролога

1. Данилова Карина

У детей второй младшей группы нервно-психическое развитие соответствует возрастным показателям.

**Средняя группа (4-5 лет).**

В игровой деятельности детей появляются ролевые взаимодействия. Они указывают на то, что дошкольники начинают отделять себя от роли. В процессе игры роли могут меняться. Игровые действия начинают выполняться не ради них самих, а ради смысла игры. Происходит разделение игровых и реальных взаимодействий детей.

Значительное развитие получает изобразительная деятельность. Рисунок становится предметным и детализированным. Графическое изображение человека характеризуется наличием туловища, глаз, рта, носа, волос, иногда одежды и её деталей. Совершенствуется техническая сторона изобразительной деятельности. Дети могут рисовать основные геометрические фигуры, вырезать ножницами, наклеивать изображения на бумагу и т.д.

Усложняется конструирование. Постройки могут включать 5-6 деталей. Формируются навыки конструирования по собственному замыслу, а также планирование последовательности действий.

Двигательная сфера ребёнка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений. Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники, удерживают равновесие, перешагивают через небольшие предметы. Усложняются игры с мячом.

К концу среднего дошкольного возраста восприятие детей становится более развитым. Они оказываются способными назвать форму, на которую похож тот или иной предмет. Могут вычленять в сложных объектах простые формы и из простых форм воссоздавать сложные объекты. Дети способны упорядочить группы предметов по сенсорному признаку – величине, цвету; выделить такие параметры, как высота, длина и ширина. Совершенствуется ориентация в пространстве.

Начинает развиваться образное мышление. Дети оказываются способ­ными использовать простые схематизированные изображения для реше­ния несложных задач. Дошкольники могут строить по схеме, решать лаби­ринтные задачи. Развивается предвосхищение. На основе пространственного расположения объектов дети могут сказать, что произойдет в результате их взаимодействия. Однако при этом им трудно встать на позицию другого наблюдателя и во внутреннем плане совершить мысленное преобразование образа.

Для детей этого возраста особенно характерны известные феномены Пиаже: сохранение количества, объема и величины. Например, если и, предъявить три черных кружка из бумаги и семь белых кружков из бумаги и спросить: «Каких кружков больше - черных или белых?», большинстве ответят, что белых больше. Но если спросить: «Каких больше - белых или бумажных?», ответ будет таким же - больше белых.

Продолжает развиваться воображение. Формируются такие его особен­ности, как оригинальность и произвольность. Дети могут самостоятельно придумать небольшую сказку на заданную тему.

Увеличивается устойчивость внимания. Ребенку оказывается доступной сосредоточенная деятельность в течение 15-20 минут. Он способен удержи­вать в памяти при выполнении каких-либо действий несложное условие.

В среднем дошкольном возрасте улучшается произношение звуков и дикция. Речь становится предметом активности детей. Они удачно ими­тируют голоса животных, интонационно выделяют речь тех или иных пер­сонажей. Интерес вызывают ритмическая структура речи, рифмы.

Развивается грамматическая сторона речи. Дошкольники занимаютсясловотворчеством на основе грамматических правил. Речь детей при взаи­модействии друг с другом носит ситуативный характер, а при общении со взрослым становится внеситуативной.

Изменяется содержание общения ребенка и взрослого. Оно выходит

за пределы конкретной ситуации, в которой оказывается ребенок. Ведущим становится познавательный мотив. Информация, которую ребенок полу­чает в процессе общения, может быть сложной и трудной для понимания.но она вызывает у него интерес.

У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого.

для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к их повышенной обидчивости на замечания. Повышенная обидчивость пред­ставляет собой возрастной феномен.

Взаимоотношения со сверстниками характеризуются избирательностью, которая выражается в предпочтении одних детей другим. Появляются постоянные партнеры по играм. В группах начинают выделяться лидеры. Появляются конкурентность, соревновательность. Последняя важна для сравнения себя с другим, что ведет к развитию образа Я ребенка, его детализацией.

Основные достижения возраста связаны с развитием игровой деятель­ности: появлением ролевых и реальных взаимодействий; с развитием изоб­разительной деятельности; конструированием по замыслу, планированием; совершенствованием восприятия, развитием образного мышления и вооб­ражения, эгоцентричностью познавательной позиции; развитием памяти, внимания, речи, познавательной мотивации, совершенствования воспри­ятия; формированием потребности в уважении со стороны взрослого, появ­лением обидчивости, конкурентности, соревновательности со сверстника­ми, дальнейшим развитием образа Я ребенка, его детализацией.

**Списочный состав группы №4:**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия, имя ребенка | Дата рождения | Группа по ф/к | Группа здоровья | Диагноз | Ограничения |
| 1 | Баданина Полина | 30.12.13 | Основная | II | здоров |  |
| 2 | Бахвалов Семен | 21.10.13 | Основная | II | Пл-волог.ст |  |
| 3 | Власова Варвара | 25.09.13 | Подготовительная | III | Бр.астма, аллерг.ринит. угр. по миопии |  |
| 4 | Гармашев Михаил | 22.01.13 | Основная | II | Задержка физич.разв. |  |
| 5 | Гориславский Андрей | 9.09.13 | Основная | II | Рек-т пнев. от III17 |  |
| 6 | Горбачев Мирослав | 18.09.13 | Основная | II | Угр. по миопии |  |
| 7 | Дресвянкин Роман | 19.09.13 | Основная | III | Атопический дерматит |  |
| 8 | Желтова Ксения | 26.11.13 | Основная | II | Здоров |  |
| 9 | Жилкина Полина | 11.09.13 | Основная | III | МАС (малая аномалия сердца) | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 10 | Жтлкина Дарина | 11.09.13 | Основная | II | МАС | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 11 | Кисиев Николай | 8.12.13 | Основная | II | ЖДА |  |
| 12 | Киселева Екатерина | 27.03.13 | Основная | II | ФСШ | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 13 | Кучин Денис | 3.09.13 | Основная | II | Здоров |  |
| 14 | Воробьева Дарья | 17.11.13 | Основная | II | Здоров |  |
| 15 | Лебедев Михаил | 4.09.13 | Основная | I | Здоров |  |
| 16 | Милков Арсений | 8.09.13 | Основная | II | Р-во экспресс. речи |  |
| 17 | Медведчикова Кира | 16.07.13 | Основная | I | Здоров |  |
| 18 | Окулов Глеб | 24.09.13 | Основная | II | ЧБД |  |
| 19 | Полхлеб Артемий | 20.11.13 | Основная | II | ФСШ | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 20 | Сысоев Станислав | 25.09.13 | Основная | II | ЗРР, ОНР I, |  |
| 21 | Токанов Дмитрий | 13.10.13 | Основная | II | ОНР. Грыжа белой линии живота | Общеукрепляющая гимнастика. Ограничений нет. |
| 22 | Утесова Алина | 7.10.13 | Основная | I | Здоров |  |
| 23 | Удальцова Злата | 16.11.13 | Основная | II | ППЦНС, моторно-сенс.алалия |  |
| 24 | Храпова Виктория | 28.07.13 | Основная | II | Пупоч.грыжа | Общеукрепляющая гимнастика. Ограничений нет. |
| 25 | Шехирев Ян | 10.09.13 | Основная | II | Расширенное пупочное кольцо |  |
| 26 | Шульгина Виктория | 5.12.13 | Основная | I | Здоров |  |
| 27 | Шульгина Светлана | 5.12.13 | Основная | I | Здоров |  |
| 28 | Плюснин Михаил | 22.05.13 | Основная | I | Здоров |  |

Относительно здоровых детей: 28, детей с патологиями нет.

I группа здоровья 6 человек

II группа 19 человек

III группа 3 человека

Наиболее распространенными группами заболеваний являются: ОРВИ.

На " Д" учёте:

Заболевание глаз.

1. Горбачов Мирослав

ФСШ (функциональный систалический шум)

1. Жилкина Полина малая аномалия сердца
2. Жилкина Дарина МАС
3. Киселева Екатерина ФСШ
4. Полхлеб Артемий ФСШ

" Д" чет у невролога

1. Сысоев Станислав ЗРР, ОНР 1
2. Удальцова Злата ППЦНС

У детей средней группы нервно-психическое развитие соответствует возрастным показателям.

**Списочный состав группы №5:**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия, имя ребенка | Дата рождения | Группа по ф/к | Группа здоровья | Диагноз | Ограничения |
| 1 | Баданин Андрей | 4.12.12 | Основная | II |  |  |
| 2 | Дорогина Анфиса | 22.07.13 | Основная | I | Здоров |  |
| 3 | Ежова Полина | 7.03.13 | Основная | II | ГHMIIаденоиды I ст. |  |
| 4 | Колина Елизавета | 8.12.13 | Основная | II | Расширенное пупочное кольцо |  |
| 5 | Корпусов Александр | 11.02.13 | Основная | I | Здоров |  |
| 6 | Колыгина София | 31.12.12 | Основная | I | Здоров |  |
| 7 | Конев Максим | 14.03.13 | Основная | II | Пупоч.грыжа | Общеукрепляющая гимнастика. Ограничений нет. |
| 8 | Лисин Михаил | 9.10.12 | Основная | II | Аллергич.дерматит |  |
| 9 | Метелкина Анастасия | 5.12.12 | Основная | II | ФСШ | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 10 | Малышева Ярослава | 28.01.13 | Основная | II | Здоров |  |
| 11 | Мельников Демид | 4.01.13 | Основная | II | Расш.пупоч.кольцо |  |
| 12 | Макарова Анна | 17.01.13 | Основная | II | ЧБД |  |
| 13 | Михайлов Артем | 28.04.13 | Подготовительная | III |  |  |
| 14 | Мусоев Дамир | 31.12.12 | Основная | II | Пр.зд. |  |
| 15 | Меньщиков Эрик | 14.01.13 | Основная | III |  |  |
| 16 | Новикова Вероника | 12.12.12 | Основная | II | ФСШ, очки | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 17 | Никитин Михаил | 25.04.13 | Основная | III | Уплощение стоп, гипоплазия правой почки |  |
| 18 | Садокова Ксения | 6.12.12 | Основная | I | Пр.зд. |  |
| 19 | Смирнов Кирилл | 24.05.13 | Основная | I | Пр.зд. |  |
| 20 | Сидорова Виктория | 2.11.12 | Основная | II | Гр. б.л.жив. | Общеукрепляющая гимнастика. Ограничений нет. |
| 21 | Смекалова Маргарита | 14.02.13 | Основная | II | ФСШ, угр. по миопии | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 22 | Столяров Вячеслав | 24.02.13 | Основная | II | ЗРР |  |
| 23 | Самойлов Даниил | 5.01.13 | Основная | I | Здоров |  |
| 24 | Сайкин Тимофей | 19.04.13 | Основная | I | Здоров |  |
| 25 | Смирнов Богдан | 13.10.12 | Основная | II | Пуп.гр. | Общеукрепляющая гимнастика. Ограничений нет. |
| 26 | Тугаринова Арина | 9.03.13 | Основная | I | Здоров |  |
| 27 | Тяпушкина Яна | 30.01.13 | Основная | I | Здоров |  |
| 28 | Черепанов Иван | 22.04.13 | Основная | I | Здоров |  |
| 29 | Шахов Артем | 11.09.12 | Основная | II | Пуп.гр. | Общеукрепляющая гимнастика. Ограничений нет. |
| 30 | Косова Серафима | 21.05.13 | Основная | I | Здоров |  |

Относительно здоровых детей: 30, детей с патологиями нет.

I группа здоровья 11 человек

II группа 16 человек

III группа 3 человека

Наиболее распространенными группами заболеваний являются: ОРВИ.

На " Д" учёте:

Заболевание глаз.

1. Новикова Вероника

ФСШ (функциональный систалический шум)

1. Метелкина Анастасия
2. Новикова Вероника
3. Смекалова Маргарита

" Д" чет у невролога

1. Столяров Вячеслав ЗРР

У детей средней группы нервно-психическое развитие соответствует возрастным показателям.

**Старшая группа (5-6 лет).**

Дети шестого года жизни уже могут распределять роли до начала игры и строить свое поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей и по содержанию, и интонацион­но взятой роли. Речь, сопровождающая реальные отношения детей, отлича­ется от ролевой речи. Дети начинают осваивать социальные отношения и понимать подчиненность позиций в различных видах деятельности взрослых, одни роли становятся для них более привлекательными, чем дру­гие. При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные с субординацией ролевого поведения. Наблюдается организация игрового пространства, в котором выделяются смысловой «центр» и «периферия». (В игре «Больница» таким центром оказывается кабинет врача, в игре «Парикмахерская» - зал стрижки, а зал ожидания выступает в качестве периферии игрового пространства.) Действия детей в играх становятся разнообразными.

Развивается изобразительная деятельность детей. Это возраст наибо­лее активного рисования. В течение года дети способны создать до двух тысяч рисунков. Рисунки могут быть самыми разными по содержанию: это и жизненные впечатления детей, и воображаемые ситуации, и иллюстра­ции к фильмам и книгам. Обычно рисунки представляют собой схематич­ные изображения различных объектов, но могут отличаться оригинальнос­тью композиционного решения, передавать статичные и динамичные отношения. Рисунки приобретают сюжетный характер; достаточно часто встречаются многократно повторяющиеся сюжеты с небольшими или, на­против, существенными изменениями. Изображение человека становится более детализированным и пропорциональным. По рисунку можно судить о половой принадлежности и эмоциональном состоянии изображенного человека.

Конструирование характеризуется умением анализировать условия, в которых протекает эта деятельность. Дети используют и называют раз­личные детали деревянного конструктора. Могут заменить детали построй­ки в зависимости от имеющегося материала. Овладевают обобщенным способом обследования образца. Дети способны выделять основные части предполагаемой постройки. Конструктивная деятельность может осу­*ществляться на основе схемы,* по *замыслу* и по *условиям.* Появляется конструирование в *ходе* совместной деятельности.

Дети могут конструировать из бумаги, складывая ее в несколько раз (два, четыре, шесть сгибаний); из природного материала. Они осваивают два способа конструирования: 1) от природного материала к художествен­ному образу (в этом случае ребенок «достраиваете природный материал до целостного образа, дополняя его различными деталями); 2) от художест­венного образа к природному материалу (в этом случае ребенок подбирает необходимый материал, для того чтобы воплотить образ).

Продолжает совершенствоваться восприятие цвета, формы и величины, строения предметов; систематизируются представления детей. Они назы­вают не только основные цвета и их оттенки, но и промежуточные цветовые оттенки; форму прямоугольников, овалов, треугольников. Воспринимают величину объектов, легко выстраивают в ряд - по возрастанию или убыва­нию - до 10 различных предметов.

Однако дети могут испытывать трудности при анализе пространст­венного положения объектов, если сталкиваются с несоответствием формы и их пространственного расположения. Это свидетельствует о том, что в различных ситуациях восприятие представляет для до­школьников известные сложности, особенно если они должны одновре­менно учитывать несколько различных и при этом противоположных признаков.

В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Дети способны не только решить задачу в наглядном плане, но и совершить преобразования объекта, указать, в какой последовательности объекты вступят во взаимодействие и т.д. Однако подобные решения ока­жутся правильными только в том случае, если дети будут применять адек­ватные мыслительные средства. Среди них можно выделить схематизиро­ванные представления, которые возникают в процессе наглядного моделирования; комплексные представления, отражающие представления детей о системе признаков, которыми могут обладать объекты, а также представления, отражающие стадии преобразования различных объекта и явлений (представления о цикличности изменений): представления о смене времен года, дня и ночи, об увеличении и уменьшении объектов в результате различных воздействий, представления о развитии и Т.Д. Кроме того, продолжают совершенствоваться обобщения, что является основой словесно-логического мышления. В дошкольном возрасте у детей еще отсутствуют представления о классах объектов. Дети группируют объ­екты по признакам, которые могут изменяться, однако начинают формиро­ваться операции логического сложения и умножения классов. Так, напри­мер, старшие дошкольники при группировке объектов могут учитывать два признака: цвет и форму (материал) и т.д.

Как показали исследования отечественных психологов, дети старшего дошкольного возраста способны рассуждать и давать адекватные причин­ные объяснения, если анализируемые отношения не выходят за пределы их наглядного опыта.

Развитие воображения в этом возрасте позволяет детям сочинять доста­точно оригинальные и последовательно разворачивающиеся истории. Воображение будет активно развиваться лишь при условии проведения специальной работы по его активизации.

Продолжают развиваться устойчивость, распределение, переключае­мость внимания. Наблюдается переход от непроизвольного к произвольно­мy вниманию.

Продолжает совершенствоваться речь, в том числе ее звуковая сторона.

Дети могут правильно воспроизводить шипящие, свистящие и сонорные звуки. Развиваются фонематический слух, интонационная выразитель­ность речи при чтении стихов в сюжетно-ролевой игре и в повседневной жизни.

Совершенствуется грамматический строй речи. Дети используют прак­тически все части речи, активно занимаются словотворчеством. Богаче становится лексика: активно используются синонимы и антонимы.

Развивается связная речь. Дети могут пересказывать, рассказывать по картинке, передавая не только главное, но и детали.

Достижения этого возраста характеризуются распределением ролей в игровой деятельности; структурированием игрового пространства; даль­нейшим развитием изобразительной деятельности, отличающейся высокой продуктивностью; применением в конструировании обобщенного способа обследования образца; усвоением обобщенных способов изображения предметов одинаковой формы.

Восприятие в этом возрасте характеризуется анализом сложных форм объектов; развитие мышления сопровождается освоением мыслительных средств (схематизированные представления, комплексные представле­ния, представления о цикличности изменений); развиваются умение обобщать, причинное мышление, воображение, произвольное внимание, речь, образ Я.

**Списочный состав группы №:6:**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия, имя ребенка | Дата рождения | Группа по ф/к | Группа здоровья | Диагноз | Ограничения |
| 1 | Арсеньева Саша | 4.07.12 | Основная | II | ФСШ | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 2 | Баракова Саша | 23.02.12 | Основная | II | пупоч.грыжа | Общеукрепляющая гимнастика. Ограничений нет. |
| 3 | Беляков Савелий | 13.12.11 | Основная | II | Здоров |  |
| 4 | Бодунов Макар | 23.06.12 | Основная | II | ФСШ. Аденоиды I-IIст. | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 5 | Голягин Артем | 29.04.12 | Основная | II | МАС. Пупоч.грыжа | Общеукрепляющая гимнастика. Ограничений нет. |
| 6 | Голубев Артем | 15.05.12 | Основная | II | ФСШ |  |
| 7 | Завацкий Иван | 27.01.12 | Основная | II | Пупоч.грыжа | Общеукрепляющая гимнастика. Ограничений нет. |
| 8 | Зверева Софья | 12.01.12 | Подготовительная | III | ФСШ | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 9 | Калябина Милана | 27.02.12 | Подготовительная | III | ФСШ. амблиопия | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 10 | Калябина Дарина | 27.02.12 | Основная | II | ФСШ. Околопуп.грыжа | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 11 | Корюкин Всеволод | 24.02.12 | Основная | II | ФСШ. Пупоч.грыжа | Общеукрепляющая гимнастика. Ограничений нет. |
| 12 | Бабин Константин | 24.12.12 | Основная | III | Атоп.дерматит |  |
| 13 | Копылов Саша | 10.03.12 | Основная | II | Здоров |  |
| 14 | Кочнева Яна | 20.12.11 | Основная | III | Аллергич.дерматит. ФСШ | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 15 | Колесников Илья | 25.07.12 | Основная | II | ФСШ | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 16 | Левкина Виктория | 1.04.12 | Основная | I | Здоров |  |
| 17 | Лоцманова София | 13.06.12 | Основная | II | Плоско-вальгусные стопы |  |
| 18 | Леонтьев Андрей | 20.08.12 | Основная | II | Расшир.пупоч.кольцо |  |
| 19 | Лебедев Сергей | 12.08.12 | Основная | II | Уплощ.стоп |  |
| 20 | Мелехин Матвей | 18.02.12 | Основная | II | ФСШ. ОНР III | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 21 | Непомилуев Михаил | 29.10.12 | Основная | II | Пупоч.грыжа | Общеукрепляющая гимнастика. Ограничений нет. |
| 22 | Огурцов Леонид | 7.03.12 | Основная | II | Здоров |  |
| 23 | Пагнуева Алина | 15.03.12 | Основная | II | ФСШ. Долихосигма | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 24 | Смирнов Саша | 9.07.12 | Основная | II | ФСШ | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 25 | Смекалова Таисия | 15.04.12 | Основная | II | ФСШ. Угр. по миопии | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 26 | Шипичева Таисия | 23.03.12 | Основная | II | ФСШ | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 27 | Шорохова Елизавета | 14.02.12 | Основная | II | Пупоч.грыжа | Общеукрепляющая гимнастика. Ограничений нет. |
| 28 | Щукин Дмитрий | 6.08.12 | Основная | II | ФСШ | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 29 | Фирулев Федор | 30.04.12 | Основная | II | Здоров |  |
| 30 | Ярковой Елисей | 2.06.12 | Основная | II | ФСШ | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |

Относительно здоровых детей: 30, детей с патологиями нет.

I группа здоровья 1 человек

II группа 25 человек

III группа 4 человека

Наиболее распространенными группами заболеваний являются: ОРВИ.

На " Д" учёте:

Заболевание глаз.

1. Калябина Милана

ФСШ (функциональный систалический шум)

1. Арсеньева Саша
2. Бодунов Макар
3. Голубев Артем
4. Зверева Софья
5. Калябина Милана
6. Калябина Дарина
7. Корюкин Всеволод
8. Кочнева Яна
9. Колесников Илья
10. Мелехин Матвей
11. Пагнуева Алина
12. Смирнов Саша
13. Смекалова Таисия
14. Шипичева Таисия
15. Щукин Дмитрий
16. Ярковой Елисей
17. Голягин Артем

" Д" чет у невролога

1. Мелехин Матвей ОНР 3

У детей старшей группы нервно-психическое развитие соответствует возрастным показателям.

**Подготовительная группа 6-7 лет**

В сюжетно-ролевых играх дети подготовительной к школе группы на­чинают осваивать сложные взаимодействия людей, отражающие харак­терные значимые жизненные ситуации, например, свадьбу, рождение ре­бенка, болезнь, трудоустройство и т.д.

Игровые действия детей становятся более сложными, обретают осо­бый смысл, который не всегда открывается взрослому. Игровое пространст­во усложняется. В нем может быть несколько центров, каждый из которых поддерживает свою сюжетную линию. При этом дети способны отслежи­вать поведение партнеров по всему игровому пространству и менять свое поведение в зависимости от места в нем. Так, ребенок уже обращается к продавцу не просто как покупатель, а как покупатель-мама или покупа­тель-шофер и т. п. Исполнение роли акцентируется не только самой ролью, но и тем, в какой части игрового пространства эта роль воспроизводится. Например, исполняя роль водителя автобуса, ребенок командует пассажи­рами и подчиняется инспектору ГИБДД. Если логика игры требует появ­ления новой роли, то ребенок может по ходу игры взять на себя новую роль. сохранив при этом роль, взятую ранее. Дети могут комментировать испол­нение роли тем или иным участником игры.

Образы из окружающей жизни и литературных произведений. переда­ваемые детьми в изобразительной деятельности, становятся сложнее. Рисунки приобретают более детализированный характер, обогащается их цветовая гамма. Более явными становятся различия между рисунками мальчиков и девочек. Мальчики охотно изображают технику, космос, воен­ные действия и т. п. Девочки обычно рисуют женские образы: принцесс, балерин, моделей и Т.д. Часто встречаются и бытовые сюжеты: мама и доч­ка, комната и т. д.

Изображение человека становится еще более детализированным и про­порциональным. Появляются пальцы на руках, глаза, рот, нос, брови, подбородок. Одежда может быть украшена различными деталями.

При правильном педагогическом подходе у детей формируются худо­жественно-творческие способности в изобразительной деятельности.

Дети подготовительной к школе группы в значительной степени освоили конструирование из строительного материала. Они свободно владеют обоб­щенными способами анализа как изображений, так и построек; не только анализируют основные конструктивные особенности различных деталей, но и определяют их форму на основе сходства со знакомыми им объемными предметами. Свободные постройки становятся симметричными и пропорци­ональными, их строительство осуществляется на основе зрительной ориен­тировки.

Дети быстро и правильно подбирают необходимый материал. Они доста­точно точно представляют себе последовательность, в которой будет осу­ществляться постройка, и материал, который понадобится для ее выполне­ния; способны выполнять различные по степени сложности постройки, как по собственному замыслу, так и по условиям.

В этом возрасте дети уже могут освоить сложные формы сложения из листа бумаги и придумывать собственные, но этому их нужно специально обучать. Данный вид деятельности не просто доступен детям - он важен для углубления их пространственных представлений.

Усложняется конструирование из природного материала. Дошкольникам уже доступны целостные композиции по предварительному замыслу, которые могут передавать сложные отношения, включать фигуры людей и животных.

У детей продолжает развиваться восприятие, однако они не всегда мо­гут одновременно учитывать несколько различных признаков.

Развивается образное мышление, однако воспроизведение метрических отношений затруднено. Это легко проверить, предложив детям воспроиз­вести на листе бумаги образец, на котором нарисованы девять точек, распо­ложенных не на одной прямой. Как правило, дети не воспроизводят метри­ческие отношения между точками: при наложении рисунков друг на друга точки детского рисунка не совпадают с точками образца.

Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они в значительной степени еще ограничиваются наглядными признаками си­туации.

Продолжает развиваться воображение, однако часто приходится конс­татировать снижение развития воображения в этом возрасте в сравнении со старшей группой. Это можно объяснить различными влияниями, в том числе и средств массовой информации, приводящими к стереотипности детских образов.

Продолжает развиваться внимание дошкольников, оно становится произвольным. В некоторых видах деятельности время произвольного со­средоточения достигает 30 минут.

У дошкольников продолжает развиваться речь: ее звуковая сторона, грамматический строй, лексика. Развивается связная речь. В высказыва­ниях детей отражаются как расширяющийся словарь, так и характер обобщений, формирующихся в этом возрасте. Дети начинают активно употреблять обобщающие существительные, синонимы, антонимы, при­лагательные и т. д.

В результате правильно организованной образовательной работы у дошкольников развиваются диалогическая и некоторые виды моноло­гической речи.

В подготовительной к школе группе завершается дошкольный воз­раст. Его основные достижения связаны с освоением мира вещей как предметов человеческой культуры; освоением форм позитивного обще­ния с людьми; развитием половой идентификации, формированием по­зиции школьника.

К концу дошкольного возраста ребенок обладает высоким уровнем поз­навательного и личностного развития, что позволяет ему в дальнейшем успешно учиться в школе.

**Списочный состав группы №7:**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия, имя ребенка | Дата рождения | Группа по ф/к | Группа здоровья | Диагноз | Ограничения |
| 1 | Баданин Демид | 10.02.11 | Основная | I | Дислалия |  |
| 2 | Грошева Анна | 3.07.11 | Основная | II | Плоско-вальгусные стопы. Угр. по миопии |  |
| 3 | Гусак София | 31.12.11 | Основная | II | ОНР III |  |
| 4 | Галкина Катя | 8.02.11 | Основная | II | МАС | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 5 | Дмитриева Катя | 7.02.11 | Основная | I | Здоров |  |
| 6 | Егорова Дарина | 5.10.11 | Основная | II | Стертая дизартрия |  |
| 7 | Киселев Макар | 13.07.11 | Основная | II | ФСШ. Ст.дизартрия | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 8 | Кушкина Кира | 16.03.11 | Основная | II | Здоров |  |
| 9 | Кузнецов Давид | 16.08.11 | Основная | I | Дислалия |  |
| 10 | Кукса Макар | 29.06.11 | Основная | II | ФСШ. дислалия | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 11 | Коновалов Степан | 7.10.11 | Основная | II |  |  |
| 12 | Конев Максим | 10.08.11 | Основная | II | ФСШ. дислалия | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 13 | Кузнецова Саша | 9.08.12 | Основная | I | Здоров |  |
| 14 | Лыскова Валерия | 22.11.11 | Основная | I | Здоров |  |
| 15 | Мамедов Харун | 10.08.11 | Основная | II | Дислалия |  |
| 16 | Николаенко Анастасия | 8.07.11 | Основная | II | ФСШ уплощение стоп | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 17 | Никитинская Татьяна | 25.01.11 | Основная | II | ФСШ уплощение стоп | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 18 | Палтусов Лев | 21.06.11 | Основная | II | Дизартрия |  |
| 19 | Сивов Артемий | 29.04.11 | Основная | II | Грыжа белой линии живота | Общеукрепляющая гимнастика. Ограничений нет. |
| 20 | Соболев Дмитрий | 20.09.11 | Основная | II | Пупоч.грыжа. дислалия | Общеукрепляющая гимнастика. Ограничений нет. |
| 21 | Сучков Костя | 28.10.11 | Основная | II | Дислалия |  |
| 22 | Соколова Виктория | 16.08.11 | Основная | I | Здоров |  |
| 23 | Соколов Глеб | 2.11.11 | Основная | II | ФСШ. ИДС ГНМ | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 24 | Самойлов Ярослав | 23.01.11 | Подготовительная | III | Бронх.астма. ФСШ. Дислалия |  |
| 25 | Тамборская Елизавета | 15.09.11 | Основная | III | Ат.дерматит. рецедев.отек Квинке |  |
| 26 | Турыгина Алина | 9.10.11 | Основная | II | Част.птоз.дислалия |  |
| 27 | Ульянов Иван | 22.10.11 | Основная | II | Околопупочная грыжа. Дислалия |  |
| 28 | Черкашин Глеб | 28.07.11 | Основная | II | Пупоч.грыжа | Общеукрепляющая гимнастика. Ограничений нет. |
| 29 | Гуляева Мария | 4.01.11 | Основная | II | ФСШ. ДЖВП | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 30 | Селиверстова Мирослава | 4.02.11 | Основная | II | ФСШ. Дислалия | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |

Относительно здоровых детей: 30, детей с патологиями нет.

I группа здоровья 6 человек

II группа 22 человек

III группа 2 человека

Наиболее распространенными группами заболеваний являются: ОРВИ.

На " Д" учёте:

ФСШ (функциональный систалический шум)

1. Киселев Макар
2. Кукса Макар
3. Конев Максим
4. Николаенко Анастасия
5. Никитинская Татьяна
6. Соколов Глеб
7. Самойлов Глеб
8. Гуляева Мария
9. Селиверстова Мирослава
10. Галкина Екатерина

" Д" чет у невролога

1. Гусак София ОНР 3

У детей подготовительной к школе группы нервно-психическое развитие соответствует возрастным показателям.

**Списочный состав группы №8:**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия, имя ребенка | Дата рождения | Группа по ф/к | Группа здоровья | Диагноз | Ограничения |
| 1 | Авдуевская Екатерина | 18.02.11 | Основная | II | ФСШ. Дислалия | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 2 | Анкундинов Ярослав | 3.06.11 | Основная | II | ГНМ II |  |
| 3 | Баранова Ксения | 9.03.11 | Основная | II | ФСШ | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 4 | Белых Дарья | 26.05.11 | Основная | II | ФСШ. Дислалия | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 5 | Быстрова Анастасия | 16.06.11 | Основная | II | ФСШ | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 6 | Галкин Максим | 27.06.11 | Основная | III | Ат.дерматит. плоско-вальгусные стопы. Вялая осанка. ФСШ | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 7 | Глебов Максим | 28.12.10 | Основная | II | Дислалия |  |
| 8 | Гуляева Валерия | 18.08.11 | Основная | II | ФСШ. Дислалия | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 9 | Гусев Тимур | 30.01.11 | Основная | I | Дислалия |  |
| 10 | Зарницын Василий | 12.05.11 | Основная | II | ФСШ | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 11 | Ивантьев Кирилл | 24.08.11 | Основная | II | ФСШ | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 12 | Козлов Иван | 28.05.11 | Основная | III | Остигматизм. Амблиопия. Дислалия |  |
| 13 | Коньков Арсений | 9.08.11 | Основная | II | ФСШ | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 14 | Коротаев Артем | 24.10.11 | Основная | II | ФСШ. ОНР III. аллерг.дерматит | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 15 | Куликова Ксения | 8.02.11 | Основная | I | Дислалия |  |
| 16 | Лопатина Алеся | 29.03.11 | Основная | II | Здоров |  |
| 17 | Мальчикова Анастасия | 28.04.11 | Основная | II | ФСШ. Дислалия | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 18 | Матвеев Артем | 29.09.11 | Основная | II | Пупоч.грыжа |  |
| 19 | Медведев Артем | 20.06.11 | Основная | II | ФСШ Дислалия | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 20 | Нарывкина Виктория | 13.02.11 | Основная | II | ФСШ Дислалия | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |
| 21 | Ползикова Кристина | 16.04.11 | Основная | II | АденоидыII. Дислалия |  |
| 22 | Полхлеб Тимофей | 17.08.11 | Основная | II | Дислалия |  |
| 23 | Свиткова Полина | 21.04.11 | Основная | I | Дислалия |  |
| 24 | Смирнова Саша | 29.04.11 | Основная | II | Дислалия |  |
| 25 | Сумарокова Алена | 2.06.11 | Основная | I | Дислалия |  |
| 26 | Токарев Артем | 31.05.11 | Основная | II | Плоско-вальгусные стопы. Дислалия |  |
| 27 | Хамитов Тимур | 3.07.11 | Основная | II | Дислалия |  |
| 28 | Храпов Артем | 5.04.11 | Основная | I | Дислалия |  |
| 29 | Цветкова Элина | 4.03.11 | Основная | I | Дислалия |  |
| 30 | Шматова Анастасия | 8.05.11 | Основная | II | ФСШ. Дислалия | Ограниченные нагрузки: бег, быстрые игры |

Относительно здоровых детей: 30, детей с патологиями нет.

I группа здоровья 6 человек

II группа 24 человек

III группа 2 человека

Наиболее распространенными группами заболеваний являются: ОРВИ.

На " Д" учёте:

ФСШ (функциональный систалический шум)

1. Авдуевская Екатерина
2. Баранова Ксения
3. Белых Дарья
4. Быстрова Анастасия
5. Галкин Максим
6. Гуляева Валерия
7. Зарницын Василий
8. Ивантьев Кирилл
9. Коньков Арсений
10. Коротаев Артем
11. Мальчикова Анастасия
12. Медведев Артем
13. Нарывкина Виктория
14. Шматова Анастасия

" Д" чет у невролога

1. Коротаев Артем ОНР 3

У детей подготовительной к школе группы нервно-психическое развитие соответствует возрастным показателям.

Планируемые результаты освоения основной общеобразовательной Программы

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка к концу дошкольного образования.

Целевые ориентиры описаны как основные характеристики развития ребенка. Основные характеристики развития ребенка представлены в виде изложения возможных достижений воспитанников на разных возрастных этапах дошкольного детства.

Целевые ориентиры Программы выступают основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования. При соблюдении требований к условиям реализации Программы настоящие целевые ориентиры предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок к учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования.

В соответствии с периодизацией психического развития ребенка, принятой в культурно-исторической психологии, дошкольное детство подразделяется на три возраста детства: младенческий (первое и второе полугодия жизни), ранний (от 1 года до 3 лет) и дошкольный возраст (от 3 до 7 лет) **(Приложение 1).**

**Планируемые результаты по физическому развитию дошкольников для каждого возрастного периода:**

*2 – 3 года:*

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей:

- легко и быстро засыпает, спокойно спит, с аппетитом ест;

- редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (2 - 3 раза в год).

Воспитание культурно-гигиенических навыков:

- владеет навыками поведения во время еды, умывания, умеет пользоваться носовым платком, причёсываться.

- охотно включается в выполнение режимных моментов и гигиенических процедур.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- имеет простейшее представление о полезной и вредной для здоровья пище;

- владеет элементарными знаниями о правилах личной гигиены, важных для здоровья (мыть руки, чистить зубы, делать зарядку, гулять на свежем воздухе);

- умеет бережно относиться к своему здоровью, здоровью других детей;

- умеет сообщать о самочувствии взрослым;

- соблюдает навыки гигиены и опрятности в повседневной жизни.

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации):

- умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями педагога.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

- сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы;

- может ползать на четвереньках;

- умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направлении;

- может катать мяч в заданном направлении

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

- принимает участие в совместных играх и физических упражнениях;

- проявляет интерес к физическим упражнениям, умеет пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время;

- проявляет положительные эмоции, активность в самостоятельной и двигательной деятельности;

- проявляет самостоятельность в использовании спортивного оборудования (санки, лыжи, трехколесный велосипед);

*3 – 4 года:*

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей:

- легко и быстро засыпает, спокойно спит, с аппетитом ест;

- редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (2 раза в год).

Воспитание культурно-гигиенических навыков:

- приучен к опрятности (замечает непорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых);

- владеет навыками поведения во время еды, умывания, умеет пользоваться носовым платком, причёсываться, следит за своим внешним видом;

- охотно включается в выполнение режимных моментов и гигиенических процедур.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- имеет простейшее представление о полезной и вредной для здоровья пище;

- владеет элементарными знаниями о правилах личной гигиены, важных для здоровья (мыть руки, чистить зубы, делать зарядку, гулять на свежем воздухе) о значении сна;

- умеет бережно относиться к своему здоровью, здоровью других детей;

- умеет сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуации, приносящих вред здоровью; осознает необходимость лечения;

- знает физические упражнения, укрепляющие разные органы, знает о необходимости закаливания;

- соблюдает навыки гигиены и опрятности в повседневной жизни.

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации):

- энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см;

- проявляет ловкость в челночном беге;

- умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями педагога.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

- сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы;

- может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом;

- умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направлении;

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

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

- принимает участие в совместных играх и физических упражнениях;

- проявляет интерес к физическим упражнениям, умеет пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время;

- проявляет положительные эмоции, активность в самостоятельной и двигательной деятельности;

- проявляет самостоятельность в использовании спортивного оборудования (санки, лыжи, трехколесный велосипед);

- проявляет самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

*4 – 5 лет:*

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей:

- легко и быстро засыпает, с аппетитом ест;

- редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (1–2 раза в год).

Воспитание культурно-гигиенических навыков:

- проявляет привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом;

- имеет элементарные представления о том, что полезно и вредно для здоровья;

- сформированы навыки культуры еды, культуры поведения, умеет следить за своим внешним видом.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- знает, что надо одеваться по погоде, регулярно гулять, заниматься зарядкой;

- имеет представление о полезной и вредной для здоровья пище;

- знает части тела и органы чувств человека и их функциональное назначение;

- сформирована потребность в соблюдении режима питания, знает важность сна, гигиенических процедур для здоровья;

- умеет устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствия;

- имеет представление о составляющих здорового образа жизни.

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации):

- прыгает в длину с места не менее 70 см;

- может пробежать по пересеченной местности в медленном темпе 200–240 м;

- бросает набивной мяч (0,5 кг), стоя из-за головы, на 1 м.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

- ходит свободно, держась прямо, не опуская головы;

- уверенно ходит по бревну (скамейке), удерживая равновесие;

- умеет лазать по гимнастической стенке вверх и вниз пристав­ным и чередующимся шагами;

- в прыжках в длину с места отталкивается двумя ногами и мяг­ко приземляется, подпрыгивает на одной ноге;

- ловит мяч руками, многократно ударяет им об пол и ловит его;

- бросает предметы вверх, вдаль, в цель, через сетку;

- чувствует ритм, умеет ходить, бегать, подпрыгивать, изменять положение тела в такт музыке или под счет.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

- активен, с интересом участвует в подвижных играх;

- инициативен, радуется своим успехам в физических упражнениях;

- умеет самостоятельно и творчески использовать физкультурный инвентарь для подвижных игр.

*5 – 6 лет:*

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей:

- легко и быстро засыпает, с аппетитом ест;

- редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (1–2 раза в год).

Воспитание культурно-гигиенических навыков:

- умеет быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу;

- имеет навыки опрятности (замечает непорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых);

- сформированы элементарные навыки личной гигиены (самостоятельно чистит зубы, моет руки перед едой; при кашле и чихании закрывает рот и нос платком);

- владеет простейшими навыками поведения во время еды, пользуется вилкой, ножом.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

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

- знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня;

- имеет представление о роли гигиены и режима дня для здоровья человека;

- имеет представление о правилах ухода за больным.

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации)

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

- умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа;

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

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

- умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп;

- выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие;

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

- ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживает за лыжами;

- умеет кататься на самокате;

- участвует в спортивных играх и упражнениях, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

- участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей;

- проявляет самостоятельность, творчество, выразительность и грациозность движений;

- умеет самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры;

- проявляет интерес к разным видам спорта.

*6-7 лет*

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей:

* легко и быстро засыпает, с аппетитом ест;
* редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (1раз в год).

Воспитание культурно-гигиенических навыков:

* усвоил основные культурно-гигиенические навыки:
* быстро и правильно умывается, насухо вытирается, пользуясь только индивидуальным полотенцем, чистит зубы, полощет рот после еды, моет ноги перед сном;
* правильно пользуется носовым платком и расческой;
* следит за своим внешним видом;
* быстро раздевается и одевается, вешает одежду в определенном порядке, следит за чистотой одежды и обуви.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

имеет сформированные представления о здоровом образе жизни: об особенностях строения и функциями организма человека, о важности соблюдения режима дня, рациональном питании, значении двигательной активности в жизни человека, пользе и видах закаливающих процедур, роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации):

– может прыгать на мягкое покрытие (с высоты до 40см);

– мягко приземляться;

– прыгать в длину с места (на расстояние не менее 100 см);

– с разбега (180 см); – в высоту с разбега (не менее 50 см)

– прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами;

– может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг);

– бросать предметы в цель из разных исходных положений;

– попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4–5 м;

– метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–12 м;

– метать предметы в движущуюся цель;

– ходит на лыжах: переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку, спускается с горки, тормозит при спуске;

– плавает произвольно на расстояние 15 м;

– проявляет статическое и динамическое равновесие, координацию движений при выполнении сложных упражнений.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

- выполняет правильно технику всех видов основных движений: ходьбы, бега, прыжков, метания, лазанья;

- умеет перестраиваться: в 3–4 колонны, в 2–3 круга на ходу, шеренги после расчета на первый-второй;

- соблюдать интервалы во время передвижения;

- выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции;

- следит за правильной осанкой.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

- участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис):

- умеет самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры;

- проявляет интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта;

- проявляет интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, теннис, хоккей, футбол).

**II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.**

**2.1.Описание образовательной деятельности по физическому развитию детей**

Реализация ООП ДО МДОУ «Детский сад №70 «Калинка» по физическому развитию детей дошкольного возраста обеспечивается на основе вариативных форм, способов, методов и средств, представленных в образовательных программах, методических пособиях, соответствующих принципам и целям ФГОС ДО и выбираемых педагогическим коллективом с учетом многообразия конкретных социокультурных, географических, климатических условий реализации ООП ДО, возраста воспитанников, состава групп, особенностей и интересов детей, запросов родителей (законных представителей).

Примером вариативных форм, способов, методов организации образовательно деятельности по физическому развитию детей могут служить такие формы как: образовательные предложения для целой группы (занятия), различные виды игр, в том числе свободная игра, подвижные и традиционные народные игры; взаимодействие и общение детей и взрослых и/или детей между собой; праздники, социальные акции т.п., а также использование образовательного потенциала режимных моментов.

**Физическое развитие детей 3 лет**

В области физического развития основными **задачами образовательной деятельности в этом возрасте** являются создание условий для:

– укрепления здоровья детей, становления ценностей здорового образа жизни;

– развития различных видов двигательной активности;

– формирования навыков безопасного поведения.

*В сфере укрепления здоровья детей, становления ценностей здорового образа жизни*

Взрослые организуют правильный режим дня, приучают детей к соблюдению правил личной гигиены, в доступной форме объясняют, что полезно и что вредно для здоровья.

*В сфере развития различных видов двигательной активности*

Взрослые организуют пространственную среду с соответствующим оборудованием – как внутри помещений детского сада, так и на внешней ее территории (горки, качели и т. п.) для удовлетворения естественной потребности детей в движении, для развития ловкости, силы, координации и т. п. Проводят подвижные игры, способствуя получению детьми радости от двигательной активности, развитию ловкости, координации движений, правильной осанки. Вовлекают детей в игры с предметами, стимулирующие развитие мелкой моторики.

*В сфере формирования навыков безопасного поведения*

Взрослые создают в детском саду безопасную среду, а также предостерегают детей от поступков, угрожающих их жизни и здоровью. Требования безопасности не должны реализовываться за счет подавления детской активности и препятствования деятельному исследованию мира.

**Физическое развитие детей с 4 до 7 лет**

В области физического развития ребенка основными **задачами образовательной**

**деятельности в этом возрасте** являются создание условий для:

– становления у детей ценностей здорового образа жизни;

– развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;

– приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;

–формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения

подвижными играми с правилами.

*В сфере становления у детей ценностей здорового образа жизни*

Взрослые способствуют развитию у детей ответственного отношения к своему здоровью. Они рассказывают детям о том, что может быть полезно и что вредно для их организма, помогают детям осознать пользу здорового образа жизни, соблюдения его элементарных норм и правил, в том числе правил здорового питания, закаливания и пр. Взрослые способствуют формированию полезных навыков и привычек, нацеленных на поддержание собственного здоровья, в том числе формированию гигиенических навыков. Создают возможности для активного участия детей в оздоровительных мероприятиях.

*В сфере совершенствования двигательной активности детей, развития представлений о своем теле и своих физических возможностях, формировании начальных представлений о спорте*

Взрослые уделяют специальное внимание развитию у ребенка представлений о своем теле, произвольности действий и движений ребенка. Для удовлетворения естественной потребности детей в движении взрослые организуют пространственную среду с соответствующим оборудованием как внутри помещения, так и на внешней территории (горки, качели и т. п.), подвижные игры (как свободные, так и по правилам), занятия, которые способствуют получению детьми положительных эмоций от двигательной активности, развитию ловкости, координации движений, силы, гибкости,

правильного формирования опорно-двигательной системы детского организма.

Взрослые поддерживают интерес детей к подвижным играм, занятиям на спортивных снарядах, упражнениям в беге, прыжках, лазании, метании и др.; побуждают детей выполнять физические упражнения, способствующие развитию равновесия, координации движений, ловкости, гибкости, быстроты, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также правильного не наносящего ущерба организму выполнения основных движений.

Взрослые проводят физкультурные занятия, организуют спортивные игры в помещении и на воздухе, спортивные праздники; развивают у детей интерес к различным видам спорта, предоставляют детям возможность кататься на коньках, лыжах, ездить на велосипеде, плавать, заниматься другими видами двигательной активности.

**2.2. Особенности организации общеобразовательной деятельности по физическому развитию детей, описание ежедневной организации жизнедеятельности в МДОУ «Детский сад№ 70 «Калинка».**

Ежедневная организация жизни и деятельности детей осуществляется с учетом:

* 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;
* решения программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей, и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образовании;
* учета контингента детей,
* учета материально- технической базы, возможностей учреждения;
* учета климатических условий региона, местных условий.

**Совместная деятельность –** деятельность двух и более участников образовательного процесса (взрослых и воспитанников) по решению образовательных задач на одном пространстве и в одно и то же время. Отличается наличием партнерской (равноправной) позиции взрослого и партнерской формой организации (возможность свободного размещения, перемещения и общения детей в процессе образовательной деятельности). Предполагает индивидуальную, подгрупповую и групповую формы организации работы с воспитанниками.

**Организация организованных образовательных форм** - непосредственно образовательной деятельности должна быть представлена в совместной партнерской деятельности взрослого с детьми. Она связана со значительной перестройкой стиля поведения воспитателя от авторитарного к демократическому. Образовательная деятельность в партнерской форме требуют от взрослого стиля поведения, который может быть выражен девизом: «Мы все включены в деятельность, не связаны обязательными отношениями, а только желанием и обоюдным договором: мы все хотим делать это».   
 **Особенности взаимодействия взрослых с детьми**

Взаимодействие взрослых с детьми является важнейшим фактором развития ребенка и пронизывает все направления образовательной деятельности. С помощью взрослого и в самостоятельной деятельности ребенок учится познавать окружающий мир, играть, рисовать, общаться с окружающими. Процесс приобщения к культурным образцам человеческой деятельности (культуре жизни, познанию мира, речи, коммуникации, и прочим), приобретения культурных умений при взаимодействии с взрослыми и в самостоятельной деятельности в предметной среде называется процессомовладения культурными практиками.

В разные моменты образовательной деятельности **партнерская позиция воспитателя** проявляется особым образом. Для начала это приглашение к деятельности - необязательной, непринужденной, которая обеспечит привлечение детей к чему-то интересному («свободный вход в занятие»): «Давайте сегодня... Кто хочет, устраивайтесь поудобнее...» или: «Я буду... Кто хочет - присоединяйтесь...». Наметив задачу для совместного выполнения взрослый, как равноправный участник, предлагает возможные способы ее реализации. В самом процессе деятельности исподволь он «задает» развивающего содержание (новые знания, способы деятельности и пр.); предлагает свою идею или свой результат для детской критики; проявляет заинтересованность в результат других; включается во взаимную оценку и интерпретацию действий участников; усиливает интерес ребен­ка к работе сверстника, поощряет содержательное об­щение, провоцирует взаимные оценки, обсуждения возникающих проблем.  
 Особым образом строится и заключительный этап деятельности. Прежде всего, его характеризует «от­крытый конец»: каждый ребенок работает в своем темпе и решает сам, закончил он или нет исследова­ние, работу. Оценка взрослым действий детей может быть дана лишь косвенно, как сопоставление резуль­тата с целью ребенка: что хотел сделать - что полу­чилось.   
 Партнерская позиция воспитателя способствует развитию у ребенка активности, самостоятельности умения принять решение, пробовать делать что-то, не боясь, что получится неправильно, вызывает стремле­ние к достижению, благоприятствует эмоционально­му комфорту.

Образовательный процесс в ДОУ должен включать как совместную деятельность взрослого с детьми, так и **свободную самостоятельную деятельность** воспитанников. Педагог должен уметь организовывать как ту, так и другую деятельность. Самостоятельная деятельность детей должна быть эффективной, развивающей, открытой к детскому творчеству и безопасной, она занимает в режиме дняне менее 3-4 часов. Это игры, времяподготовки кзанятиям, личная гигиена и др. Она подразделяется на:

* свободную деятельность воспитанников в условиях созданной педагогами предметно-развивающей образовательной среды, обеспечивающая выбор каждым ребенком деятельности по интересам и позволяющая ему взаимодействовать со сверстниками или действовать индивидуально;
* организованную воспитателем деятельность воспитанников, направленная на решение задач, связанных с интересами других людей (эмоциональное благополучие других людей, помощь другим в быту и др.).

В качестве ведущей деятельности детей дошкольного возраста признается **игровая деятельность,** что выдвигает определенные требования к педагогам по организации сюжетно-ролевой игры воспитанников в детском саду. Авторы «Радуги» считают, что преобладание в течение дня игровой деятельности помогают создать в ДОУ атмосферу тепла защищенности, снять лишнюю заорганизованность. В работе с детьми педагоги используют разные виды игр: дидактические, подвижные, игры с правилами, игры-забавы, народные, интеллектуальные и др., включая их в занятия, трудовую и продуктивную деятельность. Создавая условия для обогащения детей впечатлениями, которые могут быть использованы в игре, знакомят детей с ближайшим социумом: школа, магазин, почта, библиотека, аптека, сбербанк. Обсуждают события из жизни детей, читают книги. В настоящий период сюжеты игр еще недостаточно разнообразны и современны, также, как и атрибуты для сюжетно-ролевой игры. Стоит задача придания игровой среде современного облика, отражения гендерного подхода.

С целью **развития музыкального слуха, певческих способностей** организована как непосредственно образовательная деятельность, так и кружковая работа. В вокальном кружке “Веселые нотки” успешно занимаются дети 5-7 лет, принимая ежегодно участие в городских и областных мероприятиях. На занятиях и в свободной деятельности дети овладевают элементарной игрой на музыкальных инструментах. Решение задач, поставленных программой осуществляется через разнообразные формы музыкальной деятельности: слушание музыки, освоение певческих навыков, развитие музыкально-ритмических движений; праздники, развлечения, спектакли, игры. Занятия проводятся как в классической форме, так и в традиционной, где ребенка ждут восхищение и особая радость. Анализ результатов образовательного процесса показывает, что дети имеют средний и высокий уровень музыкального развития. Главное – дети любят петь и слушать музыку: классическую, народную, современную, эстрадную, знакомятся с различными жанрами музыки. В музыкальном зале имеется аудиотека с записями музыкальных произведений. ДОУ активно сотрудничает с Вологодской областной филармонией имени Валерия Гаврилина.

ООП ДО МДОУ «Детский сад № 70 «Калинка» предполагает **включение регионального компонента** во все разделы. Собирая природный материал для ручного труда, для счетного материала, дети закрепляют знания о деревьях, кустарниках, которые растут на участке детского сада. Знакомство с живой и неживой природой происходит на местном материале. Организация образовательной среды, направленной на обеспечение краеведческого образования, осуществляется с учетом реализации принципа культуросообразности и регионализма, предусматривающего становление различных сфер самосознания ребенка на основе культуры своего народа, ближайшего социального окружения, на познании историко-географических, этнических особенностей социальной, правовой действительности региона, с учетом национальных ценностей и традиций в образовании.

Анализ результатов образовательного процесса показывает хороший уровень развития детей по всем направлениям, чему способствуют разнообразные формы, методы и приемы, используемые педагогами в работе с детьми. Дошкольники знакомятся с лучшими образцами художественной литературы, участвуют в играх, развивающих все стороны речи, в беседах на познавательные темы, из личного опыта, о предстоящих событиях, сочиняют сказки, придумывают загадки и небылицы и т.д. Участвуют в сенсорных и математических праздниках, работают в тетрадях с развивающим содержанием. Активно осваивают нетрадиционную технику рисования (пальцем, смятой бумагой, природным материалом и т.д.), декоративную роспись, различную художественную технику (оригами, папье-маше, разрывная аппликация, тестопластика и т.д.), участвуют в коллективных формах работы, используя разнообразный материал. Дети с удовольствием создают конструкции из крупного и мелкого строительного материала; изготавливают эпизодические игрушки и игрушки длительного пользования по образцу, работают с плоскостными мозаиками и конструкторами.

**2.3. Описание вариативных форм, способов, методов и средствреализации Программы**

Программа реализует модель образовательного процесса (таблица №7), в которой представлены современные подходы к организации всех видов детской деятельности в соответствии с принятыми методами воспитания, обучения и развития дошкольников, средствами образования, адекватными возрасту детей формами организации образовательной деятельности.

**Модель образовательного процесса**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Уровни проектирования** | | | | |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** |
| Физическое развитие | ***Физическое воспитание:***  - охрана и укрепление здоровья, закаливание, развитие движений;  - формирование нравственно-физических навыков, потребности в физическом совершенстве;  - воспитание культурно-гигиенических качеств;  -формирование представлений о своем организме, здоровье, режиме, об активности и отдыхе  - формирование навыков выполнения основных движений | Игра, общение, познавательно-исследовательская деятельность | Двигательная | ***Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию***; утренняя гимнастика, подвижные игры с правилами (в т.ч. народные), игровые упражнения, двигательные паузы, спортивные пробежки, соревнования и праздники, эстафеты, физкультурные минутки и др.  Наблюдение за способами движения разных объектов живой природы; гимнастики (дыхательная, артикуляционная, ритмическая, бодрящая); пешеходная прогулка, оформление и презентация тематической странички портфолио «Я расту», «Мои спортивные достижения» и т.д. |

**Содержание образовательной деятельности в**

**ОО «Физическое развитие»**

**Структура организации образовательного процесса**

Занятия по физическому развитию (НОД) для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:

- в младшей группе-15 мин.;   
- в средней группе-20 мин.;   
- в старшей группе-25 мин;

- в подготовительной группе – 30мин.  
 Один раз в неделю для детей 3 – 7лет следует круглогодично организовываются занятия по физическому развитию на открытом воздухе.

Их проводят согласно температурному режиму, при отсутствии у детей медицинских противопоказаний.   
 В структуре непосредственно организованной образовательной деятельности (НОД) выделяются:   
**Вводная часть**, которая направлена на улучшение эмоционального состояния, активацию внимания и подготовку детского организма к физическим нагрузкам основной части.   
**Основная часть** (самая большая по объему и значимости), включающая в себя тренировку разных групп мышц,   
совершенствование всех физиологических функций организма детей и состоит из общеразвивающих упражнений и   
основных видов движений по теме. Итогом основной части занятия является – тематическая подвижная игра высокой активности.   
**Заключительная часть**, в ходе которой выравнивается функциональное состояние организма детей. В ней дети выполняют коррекционные и дыхательные упражнения, направленные на снижение двигательной активности,   
восстановление дыхания.

**Виды и типы физкультурных занятий.**

В зависимости от образовательных задач и содержания занятия могут быть разного типа:

* Занятия, в которых основное внимание обращается на освоение нового материала.
* Занятия, направленные на совершенствование освоенных ранее навыков и умений, они строятся на повторении пройденного материала.
* Занятия смешанного характера, на которых овладение новым сочетается с повторением, закреплением старого.
* Занятия, на которых проверяются знания и умения ребят в выполнении тех или иных упражнений, качество движений и их количественный результат, умение играть в подвижные игры.

**Способы организации детей на занятии.**

* Фронтальный.
* Групповой.
* Индивидуальный (поточный).

При фронтальном способе организации все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение или делают одновременно разные движения. Фронтальный способ организации обеспечивает постоянное взаимодействие инструктора, воспитателя и детей.

При групповом способе группу делят на (2-4) и каждая получает отдельное задание. После того как дети выполнят задание несколько раз, подгруппы меняются местами.

При индивидуальном способе каждый ребенок делает упражнение по очереди, а инструктор проверяет качество выполнения и дает соответствующие указания.

По мере освоения техники - ОВД выполняютя **потоком**. Особую разновидность поточного способа представляет **круговое («станционное»)** выполнение упражнений.

На одном занятии можно чередовать способы организации детей.

**Дозировки на НОД по физической культуре в дошкольных группах**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Младший  возраст | Средний возраст | Старший  возраст | Подготовительный к школе возраст |
| Ходьба с заданиями | 10сек | 10-15сек | 15-20сек | 20-25 сек |
| Бег | Медленный темп:  1полугодие30 - 40  сек  2 полугодие50-60 сек  Средний темп:  По 20сек 2-3 раза | Медленный темп:  1полугодие – 1мин.  2 полугодие – 1,5мин  Средний темп:  По 25сек 2-3 раза | Медленный темп:  1,5-2,0мин  Средний темп:  30- 40 сек 2-4раза | Медленный темп:  2,0-3,0мин  Средний темп:  35 - 40сек 2-4раза |
| Бег с заданиями | 5-10сек | 5-10сек | 10-20сек | 10-20сек |
| ОРУ  (количество повторов) | 5-6 упражнений по  4-6 раз | 6-7 упражнений по  5-7 раз | 7-8 упражнений по  6-8 раз | 8 - 10 упражнений по  6-10 раз |
| Прыжки | 10-15 прыжков по  2-3 раза | 20 прыжков по  2-3 раза | 1 полугодие:  20-30 прыжков 2-3 раза  2 полугодие:  30 -40 прыжков 2-3раза | 30- 40 прыжков  2-4 раза |

**Планирование работы над основными видами движений (ОВД)**

**в дошкольных группах**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Младшие и средние группы | | | |
| 1неделя | 2неделя | 3неделя | 4неделя |
| Равновесие **Ф** | Прыжки **Ф** | Метание **Ф** | Лазание **Ф** |
| Прыжки **З** | Метание **З** | Лазание З | Равновесие **З** |
| П/и с лазанием**С** | П/и с бегом**С** | П/и с прыжками**С** | П/и с бегом**С** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Старшие и подготовительные группы | | | |
| 1неделя | 2неделя | 3неделя | 4неделя |
| Равновесие **Ф** | Прыжки **Ф** | Метание **Ф** | Лазание **Ф** |
| Прыжки **З** | Метание **З** | Лазание **З** | Равновесие **З** |
| Метание**С** | Лазание**С** | Равновесие**С** | Прыжки**С** |
| П/и с лазанием | П/и с бегом | П/и с прыжками | П/и с бегом |
|  |  |  |  |

**Ф** — формирование, **З** — закрепление, **С** — совершенствование.

**Учебный план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Непосредственная образовательная деятельность (НОД) | | Физкультурные развлечения (досуги) | |
| продолжительность | количество | продолжительность | количество |
| в неделю | в месяц |
| Младшая группа | 15 мин | 3 | 15-20 | 1 |
| Средняя группа | 20 мин | 3 | 20-25 | 1 |
| Старшая группа | 25мин | 3 | 25-30 | 1 |
| Подготовительная группа | 30 мин | 3 | 30-40 | 1 |

**Модель двигательного режима по всем возрастным группам**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Формы**  **работы** | **Периодичность и время выполнения** | | | |
| **II младшая группа** | **Средняя группа** | **Старшая группа** | **Подготовительная группа** |
| 1 | Организованная образовательная деятельность по физическому развитию в зале | 2 раза в неделю по15 минут (30 минут) | 2 раза в неделю по 20 минут (40 минут) | 2 раза в неделю по 25 минут (50 минут) | 2 раза в неделю по 30 минут (60 минут) |
| 2 | Организованная образовательная деятельность по физическому развитию на улице | 1 раз в неделю 15 минут | 1 раз в неделю 20 минут | 1 раз в неделю 25 минут | 1 раз в неделю 30 минут |
| 3 | Утренняя гимнастика | Ежедневно 6 минут | Ежедневно 8 минут | Ежедневно 10 минут | Ежедневно 12 минут |
| 4 | Гимнастика после дневного сна | Ежедневно 3 минуты (15 минут) | Ежедневно 5 минут | Ежедневно 5 минут | Ежедневно 5 минут |
| 5 | Ходьба по массажным дорожкам после дневного сна | Ежедневно 3 минуты (15 минут) | Ежедневно 3 минуты | Ежедневно 5 минут | Ежедневно 5 минут |
| 6 | Физкультурные минутки на занятиях и в свободной деятельности | Ежедневно 3 минуты на каждом занятии  (33 минут) | Ежедневно 3 минуты на каждом занятии (33 минуты) | Ежедневно 4 минуты на каждом занятии (60 минут) | Ежедневно 4 минуты на каждом занятии  (60 минут) |
| 7 | Подвижные игры на прогулке | Ежедневно 5 минут (25 минут) | Ежедневно 8 минут | Ежедневно 8 минут | Ежедневно 10 минут |
| 8 | Игры малой подвижности в группе | Ежедневно 7 минут (35 минут) | Ежедневно 7 минут | Ежедневно 7 минут | Ежедневно 8 минут |
| 9 | Физические упражнения и игровые задания | Ежедневно 7 минут (35 минут) | Ежедневно 7 минут | Ежедневно 7 минут | Ежедневно 8 минут |
| 10 | Музыкально-ритмические движения | На музыкальных занятиях 2 раза в неделю по 7 минут (14 минут) | На музыкальных занятиях 2 раза в неделю по 8 минут | На музыкальных занятиях 2 раза в неделю по 10 минут | На музыкальных занятиях 2 раза в неделю по 12 минут |
| 11 | Спортивный досуг | 1 раз в месяц -20 минут | 1 раз в месяц 20 минут | 1 раз в месяц 25 минут | 1 раз в месяц 30 минут |
| 12 | Пальчиковая гимнастика / артикуляционная гимнастика/ гимнастика для глаз | Ежедневно по выбору 6 минут | Ежедневно по выбору 7 минут | Ежедневно по выбору 8 минут | Ежедневно по выбору 8 минут |
| 13 | Индивидуальная работа по развитию движений | Ежедневно 8 минут | Ежедневно 8 минут | Ежедневно 10 минут | Ежедневно 10 минут |
| **Итого в неделю** | | **5ч.15мин.** | **6ч.15мин** | **7ч.35мин** | **8ч.25мин.** |

**Оздоровительные мероприятия**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятия** | **Срок** | **Ответственные** |
| 1 | Утренний прием детей на свежем воздухе, подвижные игры | Ежедневно  (в теплый период) | воспитатели |
| 2 | Утренняя гимнастика в облегченной одежде | ежедневно | Воспитатель ф/к, воспитатели |
| 3 | Оздоровительный бег | ежедневно | Воспитатель ф/к, воспитатель |
| 4 | Рациональный гигиенический режим, четкий распорядок дня, игры на свежем воздухе, закаливание | ежедневно | Старший воспитатель  воспитатели |
| 5 | Физминутки вовремя НОД (упражнения на дыхание, пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз) | ежедневно | воспитатели |
| 6 | Самостоятельная двигательная активность на свежем воздухе, под руководством воспитателей, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей | ежедневно | воспитатели |
| **7** | Прогулка 2 раза в день: одежда по сезону и температуре воздуха | ежедневно | воспитатели |
| 8 | Игры большой и малой подвижности, спортивные игры и упражнения на прогулке | ежедневно | Воспитатель ф/к, воспитатели |
| 9 | Игры с водой, песком и снегом | ежедневно | воспитатели |
| 10 | Воздушные ванны перед сном | ежедневно | воспитатели |
| 11 | Местные водные процедуры | ежедневно | воспитатели |
| 12 | Рациональное питание, витаминизация свежими фруктами и овощами | ежедневно | заведующий |
| 13 | Бодрящая гимнастика после дневного сна, воздушные ванны | ежедневно | воспитатели |
| 14 | Босохождение по массажным дорожкам | ежедневно | воспитатели |
| 15 | Пешеходные прогулки | по плану | воспитатели |
| 16 | Проветривание помещений групп и музыкально-физкультурного зала по графику | ежедневно | Воспитатель ф/к, воспитатели |

**Содержание образовательной деятельности по физическому развитию в младшей группе.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Интеграция области «Физическое развитие»** | |
| **Образовательная область** | **Задачи, содержание и средства организации образовательного процесса** |
| **«Познавательное развитие»** | Активизация мышления детей (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчет мячей и прочее), специальные упражнения на ориентировку в пространстве, подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем (имитация движений животных, труда взрослых), построение конструкций для подвижных игр и упражнений (из мягких блоков, спортивного оборудования), просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, здоровом образе жизни. Проведение специальных упражнений на ориентировку в пространстве; подвижных игр и упражнений, закрепляющих знания об окружающем мире. |
| **«Речевое развитие»** | Игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок.  Сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок, потешек. Чтение художественной литературы по теме «Здоровье» и все что с ней взаимосвязано. Использование потешек, песенок, сказок для формирования необходимых умений и навыков по самообслуживанию. |
| **«Художественно-эстетическое развитие»** | Привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и воспитателя, оформление.  Использование на занятиях физкультурой изготовленных детьми элементарных физкультурных пособий (флажки, картинки, мишени для метания и пр.).  Рисование мелом разметки для подвижных игр. Ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, пение. Проведение спортивных игр и соревнований под музыкальное сопровождение.  Развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера. |
| **«Социально-комуникативное развитие»** | Проговаривание действий и называние упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливаний и занятий физической культурой.  Формирование навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании спортивным инвентарём. Создание на физкультурных занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора. Развивать активность детей в двигательной деятельности. Развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки.  Побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников. Знакомство детей с элементарными правилами поведения в детском саду. Формировать представления о том, как следует одеваться по погоде. Знакомство с правилами поведения в природе (ядовитые растения, опасные животные и др.). |

Продолжать работу по укреплению и охране здоровья детей, создавать условия для формирования правильной осанки, систематического закаливания организма, формирования и совершенствования умений и навыков в основных видах движений на занятиях и вне их. Совершенствовать пространственную ориентировку. Поощрять участие детей в совметсных играх и физических упражнениях.

Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.

Физкультурно-оздоровительная работа

Приучать детей находиться в помещении в облегчённой одежде. Обеспечивать их пребывание на воздухе в соотвествии с режимом дня. Ежедневно проводиться утренняя гимнастика продолжительностью 5-6 минут. Продолжать приучать детей участвовать в совместных подвижных играх и физических упражнениях на прогулке. Воспитывать интерес к физическим упражнениям, учить пользоваться физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).

Физическая культура

Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно.

Учить энергично, отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании предметов. Закреплять умение энергично отталкивать предметы при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.

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

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

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

Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и сходить с него.

Обучать детей надевать и снимать лыжи, ставить их на место, ходить на лыжах.

Учить выполнять правила в подвижных играх.

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

Основные движения

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

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

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

**Катание, бросание, ловля, метание.** Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5-5 м), в горизонталь­ную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5 2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и ле­вой рукой (расстояние 1-1,5 м). *Ловля* мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см). Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2-3 раза подряд).

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

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

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

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

Общеразвивающие упражнения

Комплексы общеразвивающих упражнений подбираются по анатоми­ческому признаку, но возможно изменение их последовательности в за­висимости от сложности упражнений и планируемой дальнейшей на­грузки на занятии.

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

**Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.** Передавать мяч друг другу над головой вперед — на­зад, с поворотом в стороны (вправо — влево). Из исходного положе­ния сидя: поворачиваться (положить предмет позади себя, повернуть­ся и взять его), наклониться, подтянуть ноги к себе, обхватив колени руками.

Из исходного положения лежа на спине: одновременно поднимать и опускать ноги, двигать ногами, как при езде на велосипеде.

Из исходного положения лежа на животе: сгибать и разгибать но­ги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и об­ратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны.

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

Подвижные игры.

Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной дея­тельности. Организовывать игры с правилами. Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шара­ми. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, творчество и выразитель­ность движений. Вводить различные игры с более сложными правилами и сменой видов движений. Воспитывать у детей умение соблюдать элементар­ные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

**Содержание образовательной деятельности**

**по физическому развитиюв средней группе**

|  |  |
| --- | --- |
| **Интеграция области «Физическая культура»** | |
| **Образовательная область** | **Задачи, содержание и средства организации образовательного процесса** |
| **«Познавательное развитие»** | Формирование здорового образа жизни, укрепление всех функциональных систем организма.  Расширять представления о важности для здоровья движений.  Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление всех органов и систем организма. Активизация мышления детей (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчет мячей и прочее), специальные упражнения на ориентировку в пространстве, подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем (имитация движений животных, труда взрослых), построение конструкций для подвижных игр и упражнений (из мягких блоков, спортивного оборудования), просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, здоровом образе жизни. Проведение специальных упражнений на ориентировку в пространстве; подвижных игр и упражнений, закрепляющих знания об окружающем мире. |
| **«Речевое развитие»** | Игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок.  Сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок, потешек. Проговаривание действий и называние упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливаний и занятий физической культурой. |
| **«Художественно – эстетическое развитие»** | Ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, пение. Проведение спортивных игр и соревнований под музыкальное сопровождение. Развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера. Совершенствовать навыки основных движений и выполнение простейших перестроений. Привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и воспитателя, оформление. Использование на занятиях физкультурой изготовленных детьми элементарных физкультурных пособий (флажки, картинки, мишени для метания и пр.).  Рисование мелом разметки для подвижных игр. |
| **«Социально – коммуникативное развитие»** | Участие детей в расстановке и уборке физкультурного инвентаря и оборудования.  Развивать умение выполнять индивидуальные поручения. Проговаривание действий и называние упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливаний и занятий физической культурой. Развивать активность детей в двигательной деятельности. Развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки. Продолжать работу по формированию доброжелательных взаимоотношений между детьми.  Побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников. Формирование навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании спортивным инвентарем. |

Продолжать работу по укреплению здоровья детей, закаливанию орга­низма и совершенствованию его функций. Формировать умения и навыки правильного выполнения движений в различных формах организации дви­гательной деятельности детей. Воспитывать красоту, грациозность, вырази­тельность движений. Развивать самостоятельность и творчество в двига­тельной деятельности.

Физкультурно-оздоровительная работа

Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 6-8 минут.

Организовывать и проводить различные подвижные игры.

Один раз в месяц проводить физкультурные досуги длительностью 20 минут; два раза в год — физкультурные праздники (зимний и летний) длительностью 45 минут.

Приучать детей к самостоятельному и творческому использованию физ­культурного инвентаря и атрибутов для подвижных игр на прогулках.

Физическая культураФормировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной дея­тельности.

Закреплять умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

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

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

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

Учить ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, под­ниматься на гору.

Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.

Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гиб­кость, ловкость и др.

Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относи' ся к выполнению правил игры

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

Основные движения.

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

**Упражнения в равновесии.** Ходьба между линиями (расстояние 15-10 см), по линии, по веревке (диаметр 1,5-3 см), по доске, гимнастиче­ской скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны). Ходьба по ребри­стой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15-20 см, высота 30-35 см).

Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20-25 см от по­ла, через набивной мяч (поочередно через 5-6 мячей, положенных на рас­стоянии друг от друга), с разными положениями рук.

Кружение в обе стороны (руки на поясе).

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

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

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

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

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

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

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

Общеразвивающие упражнения.

**Упражнения для кистей рук, развития** и **укрепления мышц плечевого пояса.** Поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочеред­но), отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на поясе, руки перед грудью; размахивать руками вперед — назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях. Закладывать руки за голову, разво­дить их в стороны и опускать.

Поднимать руки через стороны вверх, плотно прижимаясь спиной к спинке стула (к стенке); поднимать палку (обруч) вверх, опускать за пле­чи; сжимать, разжимать кисти рук; вращать кисти рук из исходного поло­жения руки вперед, в стороны.

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

**Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.** Подниматься на носки; поочередно выставлять ногу вперед на пятку, на, но- ' сок; выполнять притопы; полуприседания (4-5 раз подряд); приседания, дер­жа руки на поясе, вытянув руки вперед, в стороны.

Поочередно поднимать ноги, согнутые в колене. Ходить по палке (по ка­нату), опираясь носками о пол, пятками о палку (канат). Захватывать и пе­рекладывать предметы с места на место стопами ног.

**Статические упражнения.** Сохранение равновесия в разных позах: стоя на носках, руки вверх; стоя на одной ноге, руки на поясе.

Подвижные игры

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

Развивать психофизические качества, пространственную ориентировку.

Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации зна­комых игр с небольшой группой сверстников.

Приучать к выполнению правил без напоминания воспитателя.

Развивать творческие способности детей в играх (придумывание вари­антов игр, комбинирование движений).

**Содержание образовательной деятельности**

**по физическому развитиюв старшейгруппе**

|  |  |
| --- | --- |
| **Интеграция области «Физическая культура»** | |
| **Образовательная область** | **Задачи, содержание и средства организации образовательного процесса** |
| **«Социально – коммуникативное развитие»** | Формирование навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании спортивным инвентарем. Развивать активность детей в двигательной деятельности.  Развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки. Продолжать работу по формированию доброжелательных взаимоотношений между детьми.  Побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников. Участие детей в расстановке и уборке физкультурного инвентаря и оборудования.  Развивать умение выполнять индивидуальные поручения. Воспитывать самостоятельность.  Формировать ответственность за выполнение трудовых поручений.  Привлекать детей к изготовлению пособий для занятий и самостоятельной деятельности. Проговаривание действий и называние упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливаний и занятий физической культурой. |
| **«Познавательное развитие»** | Активизация мышления детей (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчет мячей и прочее), специальные упражнения на ориентировку в пространстве, подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем (имитация движений животных, труда взрослых), построение конструкций для подвижных игр и упражнений (из мягких блоков, спортивного оборудования), просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, здоровом образе жизни. Проведение специальных упражнений на ориентировку в пространстве; подвижных игр и упражнений, закрепляющих знания об окружающем мире. |
| **«Речевое развитие»** | Игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок. Сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок. Использование считалок, скороговорок и загадок вовремя ООД. Проговаривание действий и называние упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливаний и занятий физической культурой. |
| **«Художественно- эстетическое развитие»** | Привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и воспитателя, оформление. Использование на ООД изготовленных детьми элементарных физкультурных пособий (флажки, картинки, мишени для метания и пр.). Рисование мелом разметки для подвижных игр. Ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, пение. Проведение спортивных игр и соревнований под музыкальное сопровождение. Развитие умения свободно ориентироваться в пространстве, выполнять простейшие перестроения, самостоятельно переходить от темпа к темпу. Совершенствовать умение самостоятельно придумывать движения под музыку. |

Продолжать работу по укреплению здоровья: закаливать организм, со­вершенствовать основные движения, формировать правильную осанку во всех видах деятельности, воспитывать гигиенические привычки и телесную рефлексию (знание своего тела, названий его отдельных частей). Развивать самостоятельность, творчество, воспитывать красоту, выразительность и грациозность движений, осознанное отношение к ним.

Физкультурно-оздоровительная работа

Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 8-10 минут.

Во время занятий, требующих высокой умственной нагрузки, и в промежутках между занятиями проводить физкультминутки длитель­ностью 1-3 минуты.

Приучать детей самостоятельно организовывать подвижные спортив­ные игры, выполнять спортивные упражнения на прогулке, используя име­ющееся физкультурное оборудование.

Совершенствовать психофизические качества в разнообразных формах двигательной деятельности.

Проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью 25-30 минут; два раза в год физкультурные праздники длительностью до 1 часа.

Во время физкультурных досугов и праздников приучать детей активно участвовать в коллективных играх, развлечениях, соревнованиях.

В процессе физкультурно-оздоровительной работы развивать физичес­кие, психические, нравственные качества, воспитывать самостоятельность и творчество.

Физическая культура

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно итворчески выполнять движения.

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Развивать культуру движений и телесную рефлексию.

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

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

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

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

Учить ориентироваться в про­странстве.

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

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

Всесторонне развивать личность ребенка, формировать физические, умственные, нравственные, эстетические, духовные качества.

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

Основные движения

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

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

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

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

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

**Бросание, ловля, метание.** Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд); одной рукой (правой, левой не ме­нее 4—6 раз); бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отско­ком от земли). Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед (на расстояние 5-6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание предметов на дальность (не менее 5 9 м), в горизонтальную и вер­тикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3-4 м.

**Строевые упражнения.** Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, по трое; равнение в затылок, в колон­не, в шеренге. Размыкание в колонне — на вытянутые руки вперед, в шерен­ге на вытянутые руки в стороны. Повороты направо, налево, кругом пере-ступанием, прыжком.

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

Общеразвивающие упражнения

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

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

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

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

Подвижные игры

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые по­движные игры, доводить их до конца, проявляя инициативу и творчество.

Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами со­ревнования, играх-эстафетах. Учить спортивным играм и упражнениям.

**Содержание образовательной деятельности**

**по физическому развитию в подготовительной группе**

|  |  |
| --- | --- |
| **Интеграция области «Физическая культура»** | |
| **Образовательная область** | **Задачи, содержание и средства организации образовательного процесса** |
| **«Социально – коммуникативное развитие»** | Формирование навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании спортивным инвентарем. Развивать активность детей в двигательной деятельности.  Развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки. Продолжать работу по формированию доброжелательных взаимоотношений между детьми.  Побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников. Участие детей в расстановке и уборке физкультурного инвентаря и оборудования.  Развивать умение выполнять индивидуальные поручения. Воспитывать самостоятельность.  Формировать ответственность за выполнение трудовых поручений.  Привлекать детей к изготовлению пособий для занятий и самостоятельной деятельности. Проговаривание действий и называние упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливаний и занятий физической культурой. |
| **«Познавательное развитие»** | Активизация мышления детей (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчет мячей и прочее), специальные упражнения на ориентировку в пространстве, подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем (имитация движений животных, труда взрослых), построение конструкций для подвижных игр и упражнений (из мягких блоков, спортивного оборудования), просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, здоровом образе жизни. Проведение специальных упражнений на ориентировку в пространстве; подвижных игр и упражнений, закрепляющих знания об окружающем мире. |
| **«Речевое развитие»** | Игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок. Сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок. Использование считалок, скороговорок и загадок вовремя ООД. Проговаривание действий и называние упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливаний и занятий физической культурой. |
| **«Художественно- эстетическое развитие»** | Привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и воспитателя, оформление. Использование на ООД изготовленных детьми элементарных физкультурных пособий (флажки, картинки, мишени для метания и пр.). Рисование мелом разметки для подвижных игр. Ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, пение. Проведение спортивных игр и соревнований под музыкальное сопровождение. Развитие умения свободно ориентироваться в пространстве, выполнять простейшие перестроения, самостоятельно переходить от темпа к темпу. Совершенствовать умение самостоятельно придумывать движения под музыку. |

Продолжать работу по укреплению здоровья: закаливать организм, со­вершенствовать основные движения, формировать правильную осанку во всех видах деятельности, воспитывать гигиенические привычки и телесную рефлексию (знание своего тела, названий его отдельных частей). Развивать самостоятельность, творчество, воспитывать красоту, выразительность и грациозность движений, осознанное отношение к ним.

Физкультурно-оздоровительная работа

*Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей*

Развивать творчество, самостоятельность, инициативу в двигательных действиях, осознанное отношение к ним, способность к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. Формировать интерес и любовь к спорту.

Систематически проводить под руководством медицинских работников различные виды закаливающих процедур с учетом индивидуальных особенностей детей.

Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 10-12 минут. 4. Во время занятий, требующих большой умственной нагрузки, и в промежутках между ними проводить физкультминутки продолжительностью 1-3 минуты.

При наличии соответствующих условий проводить обучение плаванию и гидроаэробике.

Обеспечивать оптимальную двигательную активность детей в течение всего дня, используя подвижные, спортивные, народные игры и физические упражнения. *Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни*

Продолжать знакомить детей с особенностями строения и функциями организма человека.

Расширять представления о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).

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

Учить активному отдыху.

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

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

Физическая культура

Достижение целей, формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

*Развитие физических качеств:*

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

Формировать сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

Добиваться активного движения кисти руки при броске.

Закреплять умение быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, круге; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

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

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

Закреплять умение участвовать в разнообразных подвижных играх (в том числе играх с элементами соревнования), способствующих развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве.

Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

Закреплять умение сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

Упражнять в перелезании с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

*Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.*

Закреплять умение придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры.

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

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

Проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью до 40 минут, два раза в год - физкультурные праздники (зимний и летний) длительностью до 1 часа.

Основные движения, спортивные игры и упражнения

**Ходьба.** Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; в полуприседе, в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, врассыпную. Ходьба в сочетании с другими видами движений. **Упражнения в равновесии.** Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; по гимнастической скамейке с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку, по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке (диаметр 1,5–3 см) прямо и боком. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).

**Бег.** Бег обычный, на носках, высоко поднимая колено, с захлёстом голени назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с различными заданиями, с преодолением препятствий. Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2–3 минут. Бег со средней скоростью на 80–120 м (2—4 раза) в чередовании с ходьбой; Челночный бег 3—5 раз по 10 м. Бег на скорость: 30 м примерно за 6,5–7,5 секунды к концу года.

**Ползание, лазанье.**

Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Пролезание в обруч разными способами. Подлезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими способами подряд (высота 35–50 см). Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног. Перелезанием с пролета на пролет по диагонали.

**Прыжки.**

Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3—4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5–6 м, с зажатым между ног мешочком с песком, через 6—8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением, вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см), с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега (180–190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25–30 см выше поднятой руки ребенка, с раз-бега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), через длинную скакалку по одному, парами, через большой обруч (как через скакалку). Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности.

**Бросание, ловля, метание.**

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

**Групповые упражнения с переходами.**

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

**Ритмическая гимнастика.**

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

**Спортивные упражнения**

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

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

**Ходьба на лыжах**. Идти скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину. Ходить попеременным двухшажным ходом (с палками). Проходить на лыжах 600 м в среднем темпе, 2–3 км в медленном темпе. Выполнять повороты переступанием в движении. Подниматься на горку лесенкой, елочкой. Спускаться с горки в низкой и высокой стойке, тормозить. Игры на лыжах: «Шире шаг», «Кто самый быстрый?», «Встречная эстафета», «Не задень» и др.

**Катание на коньках**. Самостоятельно надевать ботинки с коньками. Сохранять равновесие на коньках (на снегу, на льду). Принимать правильное исходное положение (ноги слегка согнуты, туловище наклонить вперед, голову держать прямо, смотреть перед собой). Выполнять пружинистые приседания из исходного положения. Скользить на двух ногах с разбега. Поворачиваться направо и налево во время скольжения, торможения. Скользить на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь. Кататься на коньках по прямой, по кpyгy, сохраняя при этом правильную позу. Игры на коньках: «Пружинки», «Фонарики», «Кто дальше?», «Наперегонки», «Пистолетик», «Бег по кругу вдвоем» и др.

**Катание на велосипеде и самокате.**

Кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу, змейкой; тормозить. Свободно кататься на самокате. Игры на велосипеде: «Достань предмет», «Правила дорожного движения» и др.

**Спортивные игры**

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

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

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

**Элементы хоккея** (без коньков — на снегу, на траве).

Вести шайбу клюшкой, не отрывая ее от шайбы. Прокатывать шайбу клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой. Вести шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивать шайбу в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева). Попадать шайбой в ворота, ударять по шайбе с места и после ведения.

**Бадминтон**.

Перебрасывать волан на сторону партнера без сетки, через сетку (правильно держа ракетку). Свободно передвигаться по площадке во время игры. Элементы настольного тенниса. Выполнять подготовительные упражнения с ракеткой и мячом: подбрасывать и ловить мяч одной рукой, Ракеткой с ударом о пол, о стену (правильно держа ракетку). Подавать мяч через сетку после его отскока от стола.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.

Поднимать рук вверх, вперед, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; Поднимать руки вверх из положения руки к плечам. Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки), вперед и в стороны; отводить локти назад (рывки 2—3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч). Вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку; вращать кистями рук. Разводить и сводить пальцы; поочередно соединять все пальцы с большим.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.

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

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.

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

Статические упражнения.

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

Подвижные игры

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

*С прыжками.* «Лягушки и цапля», «Не попадись», «Волк во рву». С метанием и ловлей. «Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий?», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом».

*С ползанием и лазаньем.* «Перелет птиц», «Ловля обезьян». Эстафеты.«Веселые соревнования», «Дорожка препятствий».

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

*Народные игры.* «Гори, гори ясно!», «Лапта».

Планирование работы с детьми отражается в перспективном планировании образовательного процесса по возрастным параллелям освоения образовательной программы. **(Приложение 2)**

Отличительной чертой образовательного процесса в нашем ДОУ является его развивающая направленность, которая проявляется в создании условий для того, чтобы каждый ребенок мог полностью реализовать себя, свои индивидуальные особенности, интересы и желания. В каждой возрастной группе созданы условия для самостоятельного активного и целенаправленного действия детей во всех видах деятельности. Кроме того, важным признано привлечение семьи к образовательному процессу ДОУ.

**2.4. Региональный компонент**

***Региональный компонент «Родные просторы»***

При построении образовательного процесса в МДОУ № 70 «Калинка» учитываются региональные особенности. Процесс формирования личности человека идёт постепенно, он требует долгих лет целенаправленного педагогического воздействия, и его истоки – в открытии красоты родного края, в осознанном отношении к окружающей действительности.

Исходя из того, что базой формирования чувств гражданственности и патриотизма у дошкольников являются чувства привязанности к близким людям, естественное привыкание к окружающей среде, природе, культурным традициям, именно краеведческий принцип лёг в основу отбора содержания патриотического воспитания.

Основным средством в реализации поставленных целей и задач является педагогическое партнёрство. Участниками совместной деятельности являются воспитатели, родители воспитанников, специалисты ДОУ.

Принципы отбора содержания:

* краеведческий, т.е. непосредственное освоение окружающей природной и социальной среды своей улицы, микрорайона, как части родного города, затем и города как части большой страны, формирование интереса, любви и привязанности к городу, в котором живёт ребёнок.
* принцип гражданственности, т.е. дети получают сведения о родине, которые формируют важнейшие понятия «отечество», «гражданин», приобщают к нравственным традициям своих соотечественников.
* историко-культурологический принцип, т.е. у детей формируются представления об истории возникновения города, о главных исторических достопримечательностях, которые отличают данный город от других городов страны.
* принцип информативности, т.е. предполагает достоверность сообщаемых знаний в пределах доступности возрасту дошкольников.
* принцип интеграции, материал органично входит (интегрируется) в содержание программы, а также интегрируются все образовательные области.

***Цель***: формирование у детей духовно-нравственных ценностей, гражданской позиции, патриотических чувств любви к прошлому, настоящему, будущему своей семьи, детского сада, города на основе изучения традиций, литературы, культурного наследия.

Для достижения цели созданы соответствующие условия:

1. *Развивающая среда ДОУ*

* Центры краеведения на группах. В них собраны материалы о промышленных предприятиях города, полезных ископаемых кроая, реках и озёрах, промыслах, культурной жизни города. По мере необходимости воспитатели обмениваются материалами.
* Информационное наполнение. Стенды по истории города, России, фольклору, театральной жизни города, о вологодских поэтах и т.д.
* Библиотека. Произведения вологодских авторов для детей, портреты, биографии авторов – вологжан, книжки – самоделки по произведениям вологодских писателей.
* Изостудия. Репродукции картин вологодских художников, рассказы о вологодских художниках, альбомы, открытки, рассказывающие о промыслах края, материалы, знакомящие детей с архитектурой города, образцы росписей, альбомы для раскрашивания.

1. *Взаимодействие с социумом.*

* Детская областная библиотека.
* Музей
* Картинная галерея
* Городские праздники, конкурсы
* Экскурсии

***Образовательная деятельность с детьми***

***Задачи:***

1. Формировать у дошкольников представления о родном крае.
2. Формировать бережное отношение к природе родного края, памятникам архитектуры, искусства.
3. Формировать активную позицию, ответственность за результаты своей деятельности.
4. Способствовать приобретению умений и навыков: находить, оценивать, отбирать, беречь в истории семьи, детского сада, города наиболее ценные материалы.
5. Воспитывать любовь к родному городу.

***Формы работы с детьми***

* Интегрированная непосредственно образовательная деятельность
* Проектная деятельность: создание, презентация, защита проектов.
* Работа в мини-музеях
* Самостоятельная деятельность детей в краеведческом центре, познавательно-речевом.
* Игровая деятельность

*Дидактические, развивающие игры* планируются как дополнительная работа по освоению изучаемой темы, и подбор зависит именно от темы.

*Сюжетно-ролевые и режиссёрские игры:* в основе впечатления детей, полученные при знакомстве с бытом семьи крестьянской, дворянской, с профессией экскурсовода и т.д.

*Народные подвижные игры.*

*Игры-драматизации,* т.е. обыгрывание сказок, потешек, небылиц.

***Методы и приёмы***

*Наглядный метод.*

Целевые прогулки, экскурсии, рассматривание иллюстративного материала, использование карт, схем, макетов.

*Словесный метод.*

Создание проблемных ситуаций, проблемные вопросы, ситуации общения.

*Практический метод.*

Все виды изобразительной деятельности, оформление выставок, проекты и их защита.

***Тематическое планирование*** (приложение №2)

***Работа с педагогами***

Работа с педагогами ДОУ проходит в нескольких направлениях:

1. Расширение и пополнение информационной базы ДОУ.
2. Расширение методологической и правовой базы ДОУ.
3. Посещение выставок в музее и картинной галерее, посещение театров.
4. Клуб интересных встреч.
5. Проведение открытых занятий для педагогов ДОУ, города, области.
6. Проведение семинаров, консультаций.

**2.5. Способы поддержки детской инициативы**

В образовательном процессе ребёнок и взрослые (педагоги, родители) выступают как субъекты педагогической деятельности, в которой взрослые определяют содержание, задачи, способы их реализации, а ребёнок творит себя и свою природу, свой мир. Детям предоставляется широкий спектр специфических для дошкольников видов деятельности, выбор которых осуществляется при участии взрослых с ориентацией на интересы, способности ребёнка.

Ситуация выбора важна для дальнейшей социализации ребёнка, которому предстоит во взрослой жизни часто сталкиваться с необходимостью выбора. Задача педагога в этом случае — помочь ребёнку определиться с выбором, направить и увлечь его той деятельностью, в которой, с одной стороны, ребёнок в большей степени может удовлетворить свои образовательные интересы и овладеть определёнными способами деятельности, с другой — педагог может решить собственно педагогические задачи.

Уникальная природа ребёнка дошкольного возраста может быть охарактеризована как деятельностная. Включаясь в разные виды деятельности, ребёнок стремится познать, преобразовать мир самостоятельно за счёт возникающих инициатив. Все виды деятельности, предусмотренные образовательной программой, используются в равной степени и моделируются в соответствии с теми задачами, которые реализует педагог в совместной деятельности, в режимных моментах и др. педагогам важно владеть *способами поддержки детской инициативы.* Взрослым необходимо научиться тактично сотрудничать с детьми: не стараться всё сразу показывать и объяснять, не преподносить сразу какие-либо неожиданные сюрпризные, шумовые эффекты и т.п. Необходимо создавать условия, чтобы дети о многом догадывались самостоятельно, получали от этого удовольствие.

Обязательным условием взаимодействия педагога с ребёнком является создание развивающей среды, насыщенной социально значимыми образцами деятельности и общения, способствующей формированию таких качеств личности, как: активность, инициативность, доброжелательность и др. Важную роль здесь играет сезонность и событийность образования дошкольников. Чем ярче будут события, происходящие в детской жизни, тем больше вероятность того, что они найдут отражение в деятельности ребёнка, в его эмоциональном развитии.

**2.6. Взаимодействие педагогического коллектива**

Обеспечить воспитание физически здорового и развитого ребенка можно только при условии тесного взаимодействия всего педагогического коллектива ДОУ. Создание образовательного пространства в ДОУ во многом определяется целесообразной организацией образовательного процесса. Немаловажным при этом является соблюдение нормативно – правовых актов, регламентирующих деятельность педагога и всего педагогического коллектива при организации воспитания и обучения детей. Один из таких нормативно – правовых документов является Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации" № 273-ФЗ от 29.12.12 г. В ст. 64 п.1 говорится, дошкольное образование направленно на формирование общей культуры, развития физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста.

Еще один нормативно – правовой документ это Федеральные Государственные Образовательные Стандарты ДОУ. Одна из задач стандарта: охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. Поэтому очень важен процесс образовательного взаимодействия.

Слаженность в работе - залог хорошего результата. Данное правило действует в любом коллективе, в т. ч. пе­дагогическом, тем более что деятельность всех педагогов и специалистов ДОУ направлена на достижение единых целей развития, воспитания и обучения де­тей.

Так, эффективность физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении обеспечивается в результате сотрудничества педагогов.

**формы взаимодействия:**

* НОД
* Консультации
* Педсоветы
* Семинары-практикумы
* Праздничные мероприятия
* Индивидуальные беседы
* Совместные проекты
* Медико-педагогический контроль

Обеспечить воспитание физически здорового и развитого ребенка можно только при условии тесного взаимодействия всего коллектива ДОУ.

Современные требования предусматривают интеграцию и «проживание» ребенком содержания дошкольного образования во всех видах детской деятельности.

Мы проанализировали об­разовательные области, с которыми интегрируется область «Физическое развитие» ***по со­держанию и средствам.***

***по содержанию***:

«Здоровье» — использование здоровьесберегающих техноло­гий и специальных физических упражнений для укрепления органов и систем (дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз), воздушное закаливание.

«Социализация» — взаимо­действие и помощь друг другу во время эстафет и спортивных мероприятий, справедливая оценка результатов игр или со­ревнований.

«Безопасность» — формирова­ние навыков безопасного пове­дения во время подвижных игр, при пользовании спортивного инвентаря.

«Труд» — помощь в раздаче и уборке пособий и спортивного инвентаря.

«Познание» — активизация мышления детей, подвижные игры и упражнения, закрепляющие полученные знания.

***по средствам:***

«Коммуникация» — беседы инструктора с детьми и детей друг с другом, с целью учить высказывать предполож**е**ния и делать простейшие выводы, излагать свои мысли понятно для окружающих и т.д.

«Чтение художественной ли­тературы» — чтение стихотворе­ний инструктором и детьми.

«Художественное творчество» — подготовка различных материалов для оформления помеще­ния, для использования в различных мероприятиях.

«Музыка» — проведение игр, эстафет, закрепление навыков основных видов движений, дыхатель­ной гимнастики - под музыку.

Для совершенствования двигательных навыков воспитатель в тесном контакте с воспитателем по физической культуре организует в группах и на территории ДОУ развивающую двигательную среду, при этом учитываются возрастные особенности детей и их интересы.   
 В свою очередь, воспитатель по физической культуре должен оказывать помощь воспитателям по различным вопросам физического развития дошкольников: подбирать упражнения для утренней гимнастики, физкультминуток, бодрящей гимнастики, организовывать игры на прогулке, а также самостоятельную двигательную деятельность воспитанников.

**Модель взаимодействия воспитателя по физической культуре:**

С заведующим, со старшим воспитателем – создают условия для физкультурно-оздоровительной работы, координируют работу педагогов.

С медицинской сестрой – участвует в проведении лечебно-профилактических и оздоровительных мероприятий, проводит санитарно-просветительскую работу среди педагогов и родителей.

С воспитателем – способствует обеспечению гибкого оздоровительного режима, формированию привычки здорового образа жизни, развитию двигательной культуры, профилактики заболеваний.

С музыкальным руководителем– участвует в двигательном развитии детей, способствует развитию чувства ритма, темпа, речевого дыхания, координации движений.

С младшим воспитателем – способствует соблюдению санитарно – гигиенических требований.

**Взаимодействие с воспитателями**

Конечно, за успешное выполнение всех задач образовательной программы отвечает воспитатель, а воспитатель по физической культуре должен оказывать помощь воспитателю по различным вопросам физического развития детей. Руководящую роль на занятии занимает воспитатель по физкультуре. Но воспитатель, зная методику проведения физкультурных занятий, следит за качеством выполнения общеразвивающих упражнений и основных видов движений, помогает в регулировании физической нагрузки на каждого ребенка. Воспитатель на занятии не только помогает воспитателю по физической культуре, но и фиксирует то, что необходимо закрепить с некоторыми детьми в индивидуальной работе. Воспитатель является связующим звеном между воспитателем по физкультуре и родителями (проводит с ними беседы по рекомендациям воспитателя по физкультуре , дает консультации, предлагает разнообразные домашние задания, индивидуально для каждого ребенка). Вместе с воспитателями воспитатель по физкультуре привлекает родителей к совместным мероприятиям – праздникам и развлечениям. Потому что успехов в укреплении здоровья детей, их полноценном развитии, повышении двигательной активности можно добиться только при единстве системы физического воспитания в детском саду и семьи, что требует тесного взаимодействия педагогов и родителей. **(Приложение 3)**

**Взаимодействие с музыкальным руководителем.**

Музыка является одним из средств физического воспитания. Кроме того, что она положительно воздействует на эмоции детей, создает у них хорошее настроение, помогает активировать умственную деятельность, музыкальное сопровождение способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, освобождает воспитателя по физкультуре или воспитателя от подсчета, привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике. Вот здесь и необходима помощь музыкального руководителя. Очень важно, чтобы музыка на занятии не звучала только ради того, чтобы прозвучать, она должна естественно вплетаться в занятие, в каждое движение. На утренней гимнастике, занятии или развлечении необходимо музыкальное сопровождение, которое инструктор вместе с музыкальным руководителем подбирает музыкальные произведения к различным упражнениям и играм. Энергичный бодрый марш для ходьбы, легкая танцевальная музыка для прыжков – полька, галоп. Общеразвивающие упражнения имеют свою структуру, поэтому для них нужно подбирать произведения определенного строения. И самое главное сначала попробовать самому воспитателю по физкультуре выполнить эти упражнения под музыку. При необходимости можно подбирать музыку и к ОВД, но следует помнить, что выполнение трудных движений (лазание, равновесие) требует от ребенка больших усилий, внимания, координации. Музыка в данном случае не желательна и является отвлекающим фактором. Чаще всего используем музыку, в том числе и звукозаписи, в подвижных и хороводных играх, во время проведения эстафет и соревнований, а так же взаключительной части занятия**,** когда музыка выступает как успокаивающее, обеспечивающее постепенное снижение физической нагрузки средство. В этой части использую звуки природы и звучание лирических произведений. Совместно с музыкальным руководителем можно проводить музыкально-спортивные праздники и развлечения. Такие мероприятия планируются согласно годовому календарно-тематическому плану. **(Приложение 3)**

Различные физкультурные мероприятия способствуют формированию у детей выносливости, смекалки, ловкости, умения жить в коллективе, усиливают интерес к физическим упражнениям, двигательной активности, приобщают к спорту и здоровому образу жизни. На досугах, праздниках дети, с одной стороны, закрепляют, совершенствуют умения и навыки, полученные на занятиях, а с другой – в интересной, увлекательной форме знакомятся с праздниками и связанными с ними традициями, расширяют кругозор в области спорта.

**Главная цель** спортивных праздников и досугов – удовлетворить природную потребность детей в движении, воспитывать потребность в систематических занятиях физкультурой и спортом. Достижение этой цели включает решение оздоровительных, образовательных и воспитательных задач.

К **оздоровительным задачам** относятся охрана жизни и укрепление здоровья детей, их всестороннее физическое развитие, закаливание, совершенствование функций организма, повышение активности и работоспособности, создание бодрого и жизнерадостного настроения.

**Образовательные задачи** включают закрепление, совершенствование двигательных умений, навыков, развитие физических качеств и выразительности двигательных действий, формирование основ праздничной культуры.

**Решение воспитательных задач** направлено на формирование у детей стремления к систематическим занятиям физкультурой, потребности в здоровом образе жизни.

Спортивные праздники, развлечения, досуги – основные формы активного отдыха в нашем саду. При их планировании подбираются упражнения, подвижные игры, конкурсы, эстафеты, строго дозируя нагрузку.

В схематическом плане спортивного развлекательного мероприятия можно условно выделить три части: подготовительную, основную и заключительную.

*Задачи подготовительной части:* организовать детей и психологически настроить их на предстоящую деятельность – пробудить интерес, создать праздничную атмосферу; разогреть мышцы, сделать подвижными суставы.

В ходе *основной части* закрепляют и совершенствуют двигательные умения и навыки детей, развивают их физические качества, тренируют различные мышечные группы, продолжают учить согласовывать свои движения с движениями других детей.

*Заключительная часть* строится так, чтобы дети постепенно вернулись в спокойное состояние (нормализация пульса, поддержание положительных эмоций, бодрого, жизнерадостного настроения).

**2.7. Взаимодействие с семьями обучающихся**

Семья является институтом первичной социализации и образования, который оказывает большое влияние на развитие ребенка в младенческом, раннем и дошкольном возрасте. Поэтому педагогам необходимо учитывать в своей работе такие факторы, как условия жизни в семье, состав семьи, ее ценности и традиции, а также уважать и признавать способности и достижения родителей (законных представителей) в деле воспитания и развития их детей.

Тесное сотрудничество с семьей делает успешной работу детского сада по реализации ООП ДО. Только в диалоге обе стороны могут узнать, как ребенок ведет себя в другой жизненной среде. Обмен информацией о ребенке является основой для воспитательного партнерства между родителями (законными представителями) и воспитателями, то есть для открытого, доверительного и интенсивного сотрудничества обеих сторон в общем деле образования и воспитания детей.

Взаимодействие с семьей в духе партнерства в деле образования и воспитания детей является предпосылкой для обеспечения их полноценного развития. Партнерство означает, что отношения обеих сторон строятся на основе совместной ответственности за воспитание детей. Кроме того, понятие «партнерство» подразумевает, что семья и Организация равноправны, преследуют одни и те же цели и сотрудничают для их достижения. Согласие партнеров с общими целями и методами воспитания и сотрудничество в их достижении позволяют объединить усилия и обеспечить преемственность и взаимодополняемость в семейном и внесемейном образовании.

Особенно важен диалог между педагогом и семьей в случае наличия у ребенка

отклонений в поведении или каких-либо проблем в развитии. Диалог позволяет совместно анализировать поведение или проблемы ребенка, выяснять причины проблем и искать подходящие возможности их решения. В диалоге проходит консультирование

родителей (законных представителей) по поводу лучшей стратегии в образовании и воспитании, согласование мер, которые могут быть предприняты со стороны учреждения и семьи.

Педагоги поддерживают семью в деле развития ребенка и при необходимости привлекают других специалистов и службы (консультации психолога, логопеда, дефектолога и др.). Таким образом, детский сад занимается профилактикой и борется с возникновением отклонений в развитии детей на ранних стадиях развития. Уважение, сопереживание и искренность являются важными позициями, способствующими позитивному проведению диалога.

Диалог с родителями (законными представителями) необходим также для планирования педагогической работы. Знание педагогами семейного уклада доверенных им детей позволяет эффективнее решать образовательные задачи, передавая детям дополнительный опыт. Педагоги, в свою очередь, также должны делиться информацией с родителями (законными представителями) о своей работе и о поведении детей во время пребывания в детском саду. Родители (законные представители), как правило, хотят знать о возможностях сотрудничества, способствующего адаптации ребенка к детскому саду, его развитию, эффективному использованию предлагаемых форм образовательной работы. В этом случае ситуативное взаимодействие способно стать настоящим образовательным партнерством.

Детский сад предлагает родителям (законным представителям) активно участвовать в образовательной работе и в отдельных занятиях. Родители (законные

представители) могут привнести в жизнь учреждения свои особые умения, пригласить детей к себе на работу, поставить для них спектакль, организовать совместное посещение музея, театра, помочь с уборкой территории и вывозом мусора, сопровождать группу детей во время экскурсий и т. п.

Разнообразные возможности для привлечения родителей (законных представителей) предоставляет проектная работа. Родители (законные представители) могут приниматьучастие в планировании и подготовке проектов, праздников, экскурсий и т. д., могут также самостоятельно планировать родительские мероприятия и проводить их своими силами.

Детским садом поощряется обмен мнениями между родителями (законными представителями), возникновение социальных сетей и семейная самопомощь.

Вырастить ребенка сильным, крепким, здоровым – желание родителей и одна из ведущих задач, стоящих перед педагогами образовательного учреждения. Семья и детский сад – социальные структуры, определяющие уровень здоровья ребенка.В нашем дошкольном учреждении разработаны формы тесного взаимодействия детей и взрослых. В детском саду проводятся: физкультурные занятия, развлечения и праздники, приобщение к здоровому образу жизни.   
 В работе с семьей приобщить родителей проводить с детьми в домашних условиях: утреннюю гимнастику, подвижные игры, игровые упражнения, комплексы по профилактике нарушений осанки и развития плоскостопия, профилактику простудных заболеваний.   
 В работе с родителями используются традиционные формы (родительские собрания, консультации, беседы, открытые занятия).   
 Только опираясь на семью, только совместными усилиями мы можем решить главную нашу задачу — воспитание здорового человека, как физически, так и духовно.**(Приложение 3)**

**2.9. Взаимодействие с социумом**

Наше дошкольное учреждение тесно взаимодействует с социальными учреждениями города. В ближайшем окружении с нами находится городская детская библиотека, три общеобразовательные школы, 5 детских садов, клуб ветеранов «Берегиня», что позволяет тесно сотрудничать с ними. Создание системы взаимодействия ДОУ с данными учреждениями строятся на основе договоров и совместных планов.

Сотрудничество со школами направлено на формирование у старших дошкольников положительной мотивации к школьному обучению и создание преемственности в воспитательно-образовательной работе школы и дошкольного учреждения. Оно реализуется через взаимопосещение занятий и уроков, родительских собраний и педагогических совещаний в детском саду, совместные акций и развлечений.

Сотрудничество с детскими садами микрорайона позволяет проводить совместные образовательные мероприятия, организовывать конкурсы, занятия спортом как для детей, так и для взрослых (родителей, педагогов).Взаимодействие с социумом не ограничено возможностями микрорайона.

**III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

**3.1. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие**

**развитие обучающихся**

Условия - это окружающая среда, которая обеспечивает ребенку физическое, умственное, эстетическое, нравственное развитие и воспитание, способствует реализации образова­тельной программы. Образовательное пространство состоит из следующих компонентов:

* образовательный процесс;
* реализации традиций программы «От рождения до школы»;
* создания - развивающей предметно-пространственной среды;
* взаимодействия участников образовательного процесса (сотрудничество педагогов-детей-родителей);
* взаимодействия ДОУ с другими учреждениями;
* управления реализацией программы.

Программа предполагает создание следующих психолого-педагогических условий, обеспечивающих развитие ребенка в соответствии с его возрастными и индивидуальными возможностями и интересами.

**1. Личностно-порождающее взаимодействие взрослых с детьми,** предполагающее создание таких ситуаций, в которых каждому ребенку предоставляется возможность выбора деятельности, партнера, средств и пр.; обеспечивается опора на его личный опыт при освоении новых знаний и жизненных навыков.

**2. Ориентированность педагогической оценки на относительные показатели детской успешности,** то есть сравнение нынешних и предыдущих достижений ребенка, стимулирование самооценки.

**3. Формирование игры** как важнейшего фактора развития ребенка.

**4. Создание развивающей образовательной среды,** способствующей физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому, художественно-эстетическому развитию ребенка и сохранению его индивидуальности.

**5. Сбалансированность** репродуктивной (воспроизводящей готовый образец) и

продуктивной (производящей субъективно новый продукт) деятельности, то есть

деятельности по освоению культурных форм и образцов и детской исследовательской, творческой деятельности; совместных и самостоятельных, подвижных и статичных форм активности.

**6. Участие семьи** как необходимое условие для полноценного развития ребенка

дошкольного возраста.

Главным условием развития ребенка в образовательном процессе ДОУ является включение каждого воспитанника в деятельность с учетом его возможностей, интересов, способностей, «зоны ближайшего развития» и уровнем потенциального развития, которого ребенок способен достигнуть под руководством взрослых и в сотрудничестве со сверстниками в созданном образовательном пространстве.

**3.2. Построение образовательного процесса.**

Общий объем обязательной части Программы, рассчитывается в соответствии с возрастом воспитанников, основными направлениями их развития, спецификой дошкольного образования и включает время, отведенное на:

* образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения);
* образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных моментов;
* самостоятельную деятельность детей;
* взаимодействие с семьями детей по реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования.

Непосредственно-образовательная деятельность (НОД) реализуется через организациюразличных видовдетской деятельности и их интеграцию с использованием разнообразных форм иметодов работы, выбор которых осуществляется педагогами самостоятельнов зависимости от контингента детей, уровня освоения Программы и решения конкретных образовательных задач.

При реализации образовательной программы для детей допускается организовывать образовательную деятельность в первую и во вторую половину дня. В теплое время года возможно осуществление образовательной деятельности на прогулке.

**Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Образовательные области | Группы | | | | |
|  | **Инвариантная часть** | В неделю | | | | |
| 1. | Познавательное развитие | 1 младшая | 2 младшая | Средняя | Старшая | Подготовительная |
| ФЦКМ, ФЭМП | 1/ 10 мин. | 2/30 мин. | 2/ 40 мин. | 3/75 мин. | 4/ 120 мин. |
| 2. | Речевое развитие | 1/ 10 мин. | 1/15 мин. | 1/ 20 мин. | 2/50 мин. | 2/ 60 мин. |
| 3. | Художественно-эстетическое развитие |  |  |  |  |  |
| Музыкальная деятельность | 2 / 20 мин. | 2/ 30 мин. | 2/ 40 мин. | 2/ 50 мин. | 2/ 60 мин. |
| Изобразительная деятельность | 2/ 20 мин. | 2/30 мин. | 2/ 40 мин. | 3/75 мин. | 3/90 мин. |
| 4. | Физическое развитие |  |  |  |  |  |
| Физическая культура | 3/ 30 мин. | 3/45 мин. | 3/ 60 мин. | 3/ 75 мин. | 3/ 90 мин. |
| 5. | Социально-коммуникативное развитие | Осуществляется во всех видах и формах занятий с детьми, пронизывает образовательный процесс, режимные моменты, игровую и свободную самостоятельную деятельность детей. | | | | |
|  | Всего | 10 занятий /96 мин. | 10 занятий /157,5 мин | 10 занятий / 210 мин. | 13 занятий / 350 мин. | 14 занятий / 450 мин. |
|  |  |  | | | | |
|  | **Вариативная часть** |  |  |  |  |  |
|  | Кружковая работа | - | Акварельки, Весёлая аэробика | Театральная студия «Сказка»  Познавай- ка  Весёлая аэробика | Театральная студия «Сказка»  Познавай- ка  Акварелька | Познавай- ка  Акварелька  Обучение грамоте |
|  | Совместная деятельность педагога с детьми | - реализация регионального компонента  - реализация приоритетного направления  -построение образовательного процесса в сотрудничестве с семьей  - взаимодействие с социумом | | | | |
|  | Самостоятельная деятельность детей | Общение, совместная деятельность и двигательная активность детей в созданной развивающей предметно-пространственной среде | | | | |

В середине занятия педагоги проводят физкультурную минутку. Перерывы между занятиями не менее 10 минут.

Планирование деятельности педагогического коллектива направлено на совершенствование его деятельности и учитывает результаты как внутренней, так и внешней оценки качества реализации программы.

При планировании образовательной деятельности Программа не предусматривает жесткого регламентирования образовательного процесса и календарного планирования образовательной деятельности, оставляя педагогам детского сада пространство для гибкого планирования их деятельности, исходя из особенностей реализуемой основной образовательной программы, условий образовательной деятельности, потребностей, возможностей и готовностей, интересов и инициатив воспитанников и их семей, педагогов и других сотрудников учреждения.

Недопустимо требовать от работников, реализующих Программу, календарных учебных графиков (жестко привязанных к годовому и другому типу планирования) и привязанных к календарю рабочих программ по реализации содержательных компонентов Программы. Планирование деятельности педагогов опирается на результаты педагогической оценки индивидуального развития детей и должно быть направлено в первую очередь на создание психолого-педагогических условий для развития каждого ребенка, в том числе, на формирование развивающей предметно-пространственной среды.

При составлении учебного плана учитывалось соблюдение минимального количества непосредственно образовательной деятельности на изучение каждой образовательной области согласно Программе. В структуре учебного плана выделена инвариантная (базовая) часть, реализуемая через непосредственно образовательную деятельность, и вариативная (модульная) часть, формируемая участниками образовательных отношений.

**Инвариантная часть** занимает не менее 60% от общего нормативного времени, требующегося на освоения Программы. Обязательная часть Программы предполагает комплексность подхода, обеспечивая развитие детей во всех пяти образовательных областях.

**Вариативная часть** учебного плана занимает не более 40% от общего нормативного времени Программы. Часы дополнительных образовательных услуг входят в объем максимально допустимой нагрузки в вариативной части Программы.

День в детском саду делится на три блока:

*- утренний развивающий блок*— продолжительность с 7.00 до 9.00 часов — включает в себя самостоятельную деятельность ребенка и его совместную де­ятельность с воспитателем.

*- образовательный блок*— продолжительность с 9.00 до 10.50 ча­сов - представляет собой непосредственно образовательную деятельность;

*- вечерний развивающий блок* — продолжительность с 15.20 до 19.00 часов - включает в себя совместную деятельность воспитателя с ребенком; свободную самостоятельную деятельность детей; занятия художественно-эстетического и физкультурно-оздоровительного направления.

**3.3. Учебный план реализации Программы поОО «Физическое развитие»**

Учебный план составлен в соответствии с основной общеобразовательной программой дошкольного образования.

Содержание образовательной программы обеспечивает всестороннее физическое развитие личности, в образовательной области «Физическое развитие» и интегрирует со всеми образовательными областями: социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Непосредственная образовательная деятельность (НОД) | | Физкультурные развлечения (досуги) | |
| продолжительность | количество | продолжительность | количество |
| в неделю | в месяц |
| Младшая группа | 15мин | 3 | 15-20 | 1 |
| Средняя группа | 20мин | 3 | 20-25 | 1 |
| Старшая группа | 25мин | 3 | 25-30 | 1 |
| Подготовительная группа | 30 мин | 3 | 30-40 | 1 |

**3.4 Организация режима пребывания детей. Расписание НОД ОО «Физическое развитие»**

Режим работы МДОУ№70 «Калинка» – пятидневная рабочая неделя; общая продолжительность рабочего дня групп 12 часов (с 7.00 до 19.00 часов); выходные дни: суббота, воскресенье и нерабочие праздничные дни, установленные действующим законодательством Российской Федерации. Режим работы учреждения устанавливается Учредителем.

Одно изведущих мест в МДОУ№70 «Калинка» принадлежит режиму **дня.** Под режимом принято понимать научно обоснованный распорядок жизни, предусматривающий рациональное распределение времени и последовательность различных видов деятельности и отдыха. МДОУ оставляет за собой право на самостоятельное определение режима и распорядка дня, устанавливаемых с учетом условий реализации образовательной программы, потребностей участников образовательных отношений, особенностей реализуемых авторских вариативных образовательных программ, в т. ч. программ дополнительного образования дошкольников и других особенностей образовательной деятельности, а также санитарно - эпидемиологических требований.

Основные компоненты режима: дневной сон, бодрствование (игры, трудовая деятельность, непосредственно образовательная и свободная самостоятельная, совместная со взрослым деятельность), прием пищи, время прогулок.

**Режим двигательной активности**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Формы работы** | **Периодичность и время выполнения** | | | | |
| **1 младшая группа** | **2 младшая группа** | **Средняя группа** | **Старшая группа** | **Подготовительная группа** |
| 1 | Утренняя гимнастика | Ежедневно 3 минуты | Ежедневно 5 минут | Ежедневно 7 минут | Ежедневно 10 минут | Ежедневно  10 минут |
| 2 | Физкультурные занятия | 3 раза в неделю  10 минут | 3 раза в неделю  15 минут | 3 раза в неделю  20 минут | 3 раза в неделю  25 минут | 3 раза в неделю  30 минут |
| 3 | Гимнастика после дневного сна | Ежедневно  3 минуты | Ежедневно  3 минуты | Ежедневно  4 минуты | Ежедневно  5 минут | Ежедневно  5 минут |
| 4 | Ходьба по массажным дорожкам после дневного сна | Ежедневно  3 минуты | Ежедневно  3 минуты | Ежедневно  4 минуты | Ежедневно  5 минут | Ежедневно  5 минут |
| 5 | Физкультурные минутки на НОД и в свободной деятельности | Ежедневно  2 минуты на каждом занятии  Итого: 4 мин | Ежедневно  3 минутки на каждом занятии  Итого: 6 мин. | Ежедневно  3 минутки на каждом занятии  Итого: 6 мин. | Ежедневно  3 минутки на каждом занятии  Итого: 6 мин | Ежедневно  3 минутки на каждом занятии  Итого: 6 мин |
| 6 | Подвижные игры и упражнения на прогулке | Ежедневно  5 минут | Ежедневно  7 минут | Ежедневно  8 минут | Ежедневно  10 минут | Ежедневно  12 минут |
| 7 | Индивидуальная работа по развитию движений | Ежедневно во время вечерней прогулки  4 минуты | Ежедневно во время вечерней прогулки  7 минут | Ежедневно во время вечерней прогулки  8 минут | Ежедневно во время вечерней прогулки  10 минут | Ежедневно во время вечерней прогулки  12 минут |
| 8 | Игры малой подвижности в группе | Ежедневно  5 минут | Ежедневно  7 минут | Ежедневно  8 минут | Ежедневно  8 минут | Ежедневно  9 минут |
| 9 | Музыкально-ритмические движения | На музыкальных занятиях  2 раза в неделю 5 минут | На музыкальных занятиях  2 раза в неделю 8 минут | На музыкальных занятиях  2 раза в неделю 10 минут | На музыкальных занятиях  2 раза в неделю 12 минут | На музыкальных занятиях  2 раза в неделю 12 минут |
| 10 | Спортивный досуг | 1 раз в месяц  5-10 минут | 1 раз в месяц  15 минут | 1 раз в месяц  20 минут | 1 раз в месяц  25 минут | 1 раз в месяц  30 минут |
| 11 | День здоровья | 2 раза в год  по 10 минут | 2 раза в год  по 15 минут | 2 раза в год  по 20 минут | 2 раза в год  по 25 минут | 2 раза в год  по 30 минут |
| 12 | Пальчиковая гимнастика/ артикуляционная гимнастика | Ежедневно по выбору 3 минуты | Ежедневно по выбору 5 минут | Ежедневно по выбору 7 минут | Ежедневно по выбору 10 минут | Ежедневно по выбору 12 минут |
| 13 | Самостоятельная двигательная деятельность | Ежедневно  8 мин | Ежедневно  8 мин | Ежедневно  8 мин | Ежедневно  10 мин | Ежедневно  12 мин |
| Итого в неделю: | | 250 мин/ 4 ч. 10 мин | 316 мин/5 ч.16 мин | 380 мин/6 ч 15 мин | 469 мин/7 ч 49 мин | 529 мин/8 ч/49 мин |

При проведении режимных процессов педагоги придерживаются следующих правил:

* полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (в сне, питании, движении, отдыхе);
* тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели, среды;
* привлечение детей к посильному участию в режимных процессах с целью решения задач социализации; поощрение самостоятельности и активности;
* формирование культурно-гигиенических навыков воспитанников, осознанного стремления к культуре поведения, гигиены;
* эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов;
* спокойный и доброжелательный тон обращения, бережное отношение к ребенку, продумывание образовательных ситуаций в игровых формах;
* обеспечение гибкости режима в зависимости от состояния здоровья, поведения ребенка, времени нахождения его в ДОУ и других объективных обстоятельств, реализация индивидуального подхода.

Режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность. Построение режима дня должно соответствовать возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника, поэтому в ДОУ для каждой возрастной группы определен свой режим дня.

**Учет климатических условий.**

При организации образовательного процесса в ДОУ осуществляется учет климатических особенностей региона. Процесс воспитания и развития в детском саду является непрерывным, но, тем не менее, график образовательного процесса составляется в соответствии с выделением двух периодов (приложение № 9)

1.Холодный период: учебный год (сентябрь-май), составляется определенный режим дня и план реализации образовательных областей (расписание организованных образовательных форм)

2.Тёплый (летний) период (июнь-август), для которого составляется соответствующий режим дня.

**При организации сна детей** учитывается, что общая продолжительность суточного сна длядетей дошкольного возраста 12-12,5 часов, из которых 2,0-2,5 часа отводят дневному сну. Для детей до 3 лет дневной сон организуют однократно продолжительностью не менее 3 часов.

Ежедневная продолжительность прогулки **детей** в ДОУ составляет около 4- 4,5 часа. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину дня – до обеда иво вторуюполовину дня – после дневного сна и (или) перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже - 15°С и скорости ветраболее 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже - 15°С и скоростиветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5-7 лет - при температуре воздуха ниже - 20°С и скорости ветра более 15 м/с.

Прогулка состоит из следующих частей:

- организация наблюдения;

- подвижные игры;

- труд на участке;

- самостоятельную игровую деятельность детей;

- индивидуальную работу с детьми по развитию физических качеств и ОВД.

В зависимости от предыдущего занятия и погодных условий – изменяется и последовательность разных видов деятельности детей на прогулке. Так, если в холодное время дети находились на занятии, требующем больших умственных усилий, усидчивости, на прогулке необходимо вначале провести подвижные игры, пробежки, а затем перейти к наблюдениям. Если до прогулки было физкультурное или музыкальное занятие, то начинают с наблюдений, спокойных игр.

Один раз в неделю с 3-х летнего возраста с детьми проводят **целевые прогулки.**При этом учитываются правила:

* темы целевых прогулок, их место, время проведения должны быть спланированы заранее;
* маршрут, место и дорога должны быть изучены педагогом заранее, должны быть безопасными для жизни и здоровья детей;
* при выходе на прогулку за территорию детского сада необходимо согласование с администрацией ДОУ. Выход разрешается только после проведения целевого инструктажа, издания приказа по ДОУ и ознакомления с ним воспитателя;
* ответственность за проведение экскурсии возлагается на воспитателя данной группы;
* тема и длительность целевой прогулки должна быть предусмотрена программой ДОУ, соответствовать возрасту детей.

Выход на целевую прогулку организовывается группами и подгруппами (для детей раннего возраста), а продолжительность регулируется индивидуально, в соответствии с возрастом, состоянием здоровья и погодными условиями. Детей учат самостоятельно правильно одеваться, соблюдая определенную последовательность.

С целью познавательного развития детей, предоставления им возможности прожить время детства радостно и содержательно **ежемесячно в группах организуются экскурсии, спортивные, музыкальные, интеллектуальные досуги или развлечения.** При организации данных мероприятий педагогам уместно опираться на событийность календаря (важные памятные даты, события в стране, городе), общие дела группы, сезонные изменения, а также учитывать периодичность их проведения (не реже 1 раза в месяц).

ДОУ организует**питание детей** в соответствии с примерным десятидневным меню и кратность питания устанавливается в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации. В ДОУ осуществляется работа с сотрудниками по обеспечению качества и соблюдению возрастных норм при организации детского питания. С родителями и воспитанниками в целях организации рационального питания в семье, ведется работа по формированию представлений о правильном питании и способах сохранения здоровья. Для обеспечения преемственности питания родителей информируют об ассортименте питания ребенка, вывешивая ежедневное в ДОУ.

В процессе организации питания решаются задачи гигиены и культуры питания. Для того чтобы дети осваивали нормы этикета, стол сервируют всеми необходимыми приборами: индивидуальной салфеткой, тарелкой, вилкой, столовой и чайной ложками, ножом (начиная со старшей группы). На середину стола ставят бумажные салфетки, хлеб в хлебнице, вазочку с цветами для украшения стола. В организации питании со среднего возраста принимают участие дежурные воспитанники группы. Учитывается и уровень самостоятельности детей. Работа дежурных сочетается с работой каждого ребенка: со старшего возраста дети сами могут убирать за собой тарелки, а салфетки собирают дежурные.

Огромное значение в работе с детьми имеет пример взрослого. Исходя из этого, предъявляются высокие требования к культуре каждого сотрудника дошкольного учреждения.

Одна из проблем, которая решается в МДОУ № 70 «Калинка» - проблема адаптации детей. В период адаптации у ребёнка происходит преодоление психологических преград. Стресс может вызвать у малыша защитную реакцию в виде отказа от еды, сна, общения с окружающими, ухода в себя и др. Для более оптимального осуществления периода адаптации педагогами разработаны психолого-педагогические параметры, которые дают возможность прогнозировать течение адаптации, и предполагают индивидуальные подходы к детям в дошкольном учреждении и семье.

**Расписание НОД ОО «Физическое развитие» (Приложение 4)**

**3.5 Материально-техническое обеспечение программы. Организация предметно – развивающей среды**

МДОУ «Детский сад № 70 «Калинка» ведет работу по обеспечению материально-технических условий, позволяющих достичь обозначенные ею цели и выполнить задачи, в т. ч.: осуществлять все виды деятельности ребенка, как индивидуальной самостоятельной, так и в рамках каждой дошкольной группы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей, их особых образовательных потребностей; организовывать участие родителей воспитанников (законных представителей), педагогических работников и представителей общественности в разработке основной образовательной программы, в создании условий для ее реализации, а также мотивирующей образовательной среды, уклада организации, осуществляющей образовательную деятельность.

Материально – техническая база:

Музыкально-физкультурный зал;

Спортивная площадка.

Характеристика спортивного зала:

Зал имеет покрытие линолеум. Окна зала защищены специальной сеткой. Расположение игрового и спортивного оборудования отвечает требованиям техники безопасности. В групповых помещениях есть физкультурные уголки, оборудованные спортивным инвентарем. На территории расположены 5 отдельных игровых участков для 5 групп, на которых размещены прогулочные веранды, детское игровое оборудование для детей, имеется спортивная площадка со спортивным оборудованием. В качестве методического сопровождения целостной предметно-развивающей среды в МДОУ подобран комплект нормативной правовой литературы

**Организация предметно – пространственной среды**

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

Развивающая предметная среда– это система материальных объектов деятельности ребенка, функционально моделирующая содержание его духовного и физического развития. Она должна объективно – через свое содержание и свойства – создавать условия для творческой деятельности каждого ребенка, служить целям актуального физического и психического развития и совершенствования, обеспечивать зону ближайшего развития и его перспективу. Окружающая ребенка среда должна обеспечивать ему физическое, умственное, эстетическое, нравственное, т.е. разностороннее развитие и воспитание. Для полноценного физического развития детей, удовлетворении потребности в движении в дошкольном учреждении должны быть созданы определенные условия. В групповых комнатах выделено достаточно места для активного движения, физкультурные уголки наполнены разнообразными пособиями в том числе и изготовленные своими руками. Должны быть оборудованы спортивные залы и площадки на улице с различным спортивным инвентарем. Так, в группе должно быть выделено достаточно места для активного движения, физкультурных пособий. Всё это повышает интерес детей к физкультуре, развивает жизненно важные качества, увеличивает эффективность занятий, позволяет упражняться во всех видах основных движений в помещении.На участке ДОУ желательно оборудовать физкультурную площадку с зонами для подвижных и спортивных игр, беговыми дорожками, «полосами препятствий» и т.д.

Все это повышает интерес к физкультуре, развивает жизненно важные качества, увеличивает эффективность занятий. Особое значение в воспитании здорового ребенка придается развитию движений и физической культуры детей на физкультурных занятиях. Поэтому необходимо использовать разнообразные варианты проведения физических занятий: традиционные занятия, занятия-соревнования, занятия с играми разной подвижности, занятия с элементами танцевальных движений, занятия серии «здоровье». Где детям прививаются навыки по уходу за собой и оказанию первой помощи. Но нельзя лишать ребенка естественной активности, загоняя ее лишь в рамки специальных физкультурных занятий. Необходимо развивать двигательную активность детей на прогулке, в играх используя возможности оборудования на участке детского сада и во всех других видах детской деятельности.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования. Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям дошкольников; его количество определяется из расчета активного участия всех детей в процессе занятий. Важнейшее требование — безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработкудеревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закругленными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется педагогом перед занятием.

**Средства обучения**

Для проведения физкультурно-оздоровительной работы, утренней гимнастики, физкультурных занятий и спортивных развлечений необходим музыкальный центр и музыкальное сопровождение. Детские песни и мелодии обновляется для стимулирования физической, творческой, интеллектуальной активности детей. Все это позволяет организовывать работу по сохранению и укреплению здоровья детей, созданию положительного психологического климата в детских коллективах, а также по всестороннему развитию каждого ребенка.

|  |  |
| --- | --- |
| Фортепиано | 1шт. (в музыкально-физкультурном зале) |
| Бубен | 1 шт. |

В нашем детском саду созданы условия для физического развития детей:

- Скамейки – 5 шт.

- Мешочки для метания (нестандартное оборудование) – 30 шт.

- Набивные мячи (нестандартное оборудование.) – 5 шт.

- Кубики – 50 шт.

- Кегли – 1 набор

- Ленточки – 30шт.

- Ориентиры– 10шт

- Мячи резиновые (малые) – 20 шт.

- Мячи резиновые (средние) - 30шт

-Мячи-массажеры 18 шт.

- Мяч – хоп – 18 шт.

- Гантели пластмассовые-30 шт

- Обруч пластмассовый диаметр. –25 шт.

- Дуга для подлезания – 2 шт.

- Массажные дорожки – 1 шт.

- Свисток судейский – 1 шт.

В групповых помещенияхвыделено место для активного движения, физкультурные уголки наполнены пособиями, в том числе и изготовленные своими руками. Оборудованы спортивные уголки на верандах. На участках ДОУ оборудованы зоны для подвижных и спортивных игр.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает возможность общения и совместной деятельности детей (в том числе детей разного возраста) и взрослых, двигательной активности детей, а также возможности для уединения.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает:

* реализацию образовательной программы учреждения;
* учет национально-культурных, климатических условий, в которых осуществляется образовательная деятельность; учет возрастных особенностей детей.

Развивающая предметно-пространственная среда является содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной.

**Принципы организации предметно-пространственной среды:**

1) **Насыщенность среды** соответствует возрастным возможностям детей и содержанию Программы.

Образовательное пространство достаточно оснащено средствами обучения и воспитания (в том числе техническими), соответствующими материалами, в том числе расходным игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем (в соответствии со спецификой Программы).

Организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря (в здании и на участке) обеспечивает:

* двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;
* эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;
* возможность самовыражения детей.

Для детей раннего возраста образовательное пространство предоставляет необходимые и достаточные возможности для движения, предметной и игровой деятельности с разными материалами.

2) **Трансформируемость пространства** предполагает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей;

3) **Полифункциональность материалов** предполагает возможность разнообразного использования различных составляющих предметной среды.

4) **Вариативность среды** предполагает наличие в организации или группе различных пространств, а также разнообразных материалов, игр, игрушек и оборудования, обеспечивающих свободный выбор детей; периодическую сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирующих игровую, двигательную активность детей.

**5) Доступность среды предполагает:**

* доступность для воспитанников, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, всех помещений, где осуществляется образовательная деятельность;
* свободный доступ детей, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья, к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;
* исправность и сохранность материалов и оборудования.

**6) Безопасность предметно-пространственной среды** предполагает соответствие всех ее элементов требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования.

МДОУ №83 "Вишенка" имеет необходимое для всех видов образовательной деятельности воспитанников, педагогической, административной и хозяйственной деятель **Органи**В наше

**3.6 Программно-методическое обеспечение реализации программы**

В детском саду реализуется Основная общеобразовательная программа дошкольного образования, Программа спроектирована с учетом комплексной образовательной программы дошкольного образования «Мир открытий».

Образовательная программа определяет специфику организации образовательного процесса с учетом государственных требований к дошкольному уровню образования, разработана индивидуально для МДОУ «Детский сад №70 «Калинка», учитывает потребности воспитанников, их родителей, общественности и социума. Программа обеспечивает разностороннее развитие детей в возрасте от 2 до 7 лет, направлена на формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, обеспечивающих социальную успешность, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста, коррекцию недостатков в физическом и (или) психическом развитии детей.

Воспитатель по физической культуре использует:

* Годовой перспективный план физкультурных занятий для детей второй группы раннего возраста, младшей, средней, старшей и подготовительной к школе группы.
* Календарный план физкультурных занятий для детей второй группы раннего возраста, младшей, средней, старшей подготовительной к школе группе.
* План взаимодействия с воспитателями и специалистами по воспитательной работе.
* Мониторинг физического развития и физической подготовленности детей младшей, средней, старшей и подготовительной групп по физическому воспитанию.
* Индивидуальная работа воспитателя по физкультуре с детьми разных групп.
* Консультации с воспитателями групп:

- Самостоятельная двигательная деятельность детей в условиях группы, уголки ФИЗО.

- Физкультурно-игровые пособия и оборудование

- Комплексы утренней гимнастики

- Формирование предметно-развивающей среды в условиях группы.

- Подвижные игры как средство формирования самооценки.

- Считалки для подвижных игр.

-Пальчиковая гимнастика

-Двигательная активность детей на прогулке.

**3.7 Традиции Программы в образовательном пространстве МДОУ №70 "Калинка"**

Одним из важных условий психологического комфорта является наличие понятных и единых ля вех правил группы. Модель коллективного поведения в группе определяется и формируется взрослыми. Важно заложить традиции взаимного уважения, терпимости, доброжелательности, сочувствия и поддержки друг друга. Педагогический коллектив придается большое значение созданию традиций, которые позволяют сделать привлекательной и наполненной жизнью ребенка в детском саду:

*Ежедневные*- общегрупповой ритуал утреннего приветствия;

- «сеансы маленьких подарков» традиции регулярных подарков детям (ленточки, картинки, открытки;  
- «круг добрых воспоминаний» в конце дня дети возвращаются к прожитому дню и вместе с воспитателем подводят итог, вспоминая положительное действие каждого ребенка;  
- «вечерние напутствия», задания на следующий день;

- формирование «сокровищниц» на группах раннего и младшего возраста – чудесные бумажные коробочки, украшенные собственными отпечатками пальцев, чудесные мешочки, сшитые родителями для своих малышей как средство помощи в адаптации детей к ДОУ (уважение к личной собственности ребенка: все, что принесено из дома и не угрожает здоровью других детей не отбирается воспитателем).  
*Ежемесячные*

* празднование дней рождения детей;
* организация работы «гостиной»: выход в гости в другую группу или прием гостей («педагогика ровесничества»);
* встречи с интересными людьми (начиная со средней группы);
* отчет о жизни группы «Календарь добрых дел», «Календарь жизни группы»;
* подготовка тематических подборок на «Полочку умных книг» (книги, картинки, иллюстрации и др.);
* подготовка детьми познавательных сообщений «А знаете ли вы?»
* организация досугов совместно с семьей (празднование событийных и групповых мероприятий)

*Традиционные текущие дела*

* «обживание» группы в начале года, завершающееся новосельем;
* занятие своим делом за общим столом как средство ощущения спокойной работы рядом с другими, заимствования друг у друга идей и способов их реализации;
* сбор коллекций - коллекционирование;
* «подарки» времен года
* дни и недели здоровья;
* интеллектуальная олимпиада «Умники и умницы»;
* фестиваль сказок
* реалистические рассказы педагога и детей из личного опыта с целью освоения навыков взаимодействия в обществе;

За период существования детского сада сложились определенные условия для развития и реализации творческого потенциала детей, родителей и педагогов, установилась своя система нравственного развития коллектива. Убеждены, что установлению доверительных отношений и демократичного стиля общения педагогов с детьми и их родителями во многом способствует поддержание традиций сада. Это привело к становлению определенного ритма деятельности учреждения, закреплению традиционных дел и мероприятий. По результатам проектной деятельности создаются макеты различной тематики, как групповые, так и индивидуальные. В период реализации темы недели, месяца в интерьере группы оформляются тематические выставки, коллекции, копилки интересных вещей. К такой работе могут быть привлечены как дети, так и родители.

Принцип событийности в реализации Программы отражен в сложившейся в ДОУ циклограмме ежегодных мероприятий:

* 1 сентября – День знаний;
* Осенины;
* День Матери;
* Новый год;
* День защитника Отечества;
* Неделя Здоровья и спорта;
* 8 Марта;
* Дни защиты от экологической опасности;
* 7 апреля - День здоровья;
* 9 мая - День Победы;
* День семьи. День открытых дверей;
* Выпускной бал;

1 июня - День защиты детей.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

|  |  |
| --- | --- |
| **№** | **Название пособий** |
|  | **Физкультурно-оздоровительное** |
| 1. | Антонов Ю. «Здоровый дошкольник – социально-оздоровительная технология 21 века», 2003 г. |
| 2 | Анохина И.А. , Формирование у детей представлений о своём организме//Современный детский сад.- №4.-2008-с. 37-41 |
| 3. | Бочарова А.Г., «500 замечательных детских игр» , 1999 г |
| 4. | Глазырина Л.Д., Программа «Физическая культура - дошкольникам», 2001 год. |
| 5 | Журнал «Будь здоров» |
| 6 | Зебзеева В.А. , «Организация режимных процессов в ДОУ». - ООО «ТЦ Сфера», 2006 г. |
| 7 | Клубкова Е.Ю. «Фитбол – гимнастика в оздоровлении организма», 2001 г. |
| 8 | Кожухова Н Рыжкова Л. «Воспитатель по физической культуре в дошкольном учреждении», 2002 г. |
| 9 | Кузнецова В.М. , «Минуты здоровья», 2001 г. |
| 10 | Лапина М.Д. «Обучение детей старшего дошкольного возраста элементам игры в баскетбол», 2009 г. |
| 11 | Луконина Н. «Физкультурные праздники в детском саду», 2004 г. |
| 12 | Мрыхин Р.П.«Я учусь плавать», 2001 г. |
| 13 | Нищева Н.В. «О здоровье дошкольников». – С-П.: Детство – пресс, 2006 г. |
| 14 | «Физкультурная сказка» материалы городского конкурса творчества педагогов и детей ДОУ г. Вологда , 2010 г |
| 15 | Пензулаева В.И. «Физкультурные занятия с детьми трёх – четырёх лет», 2000 г |
| 16 | Рунова М.А.«Двигательная активность ребёнка в детском саду», 2000 г |
| 17 | Формирование навыков здорового образа жизни у дошкольников в рамках сотрудничества ДОУ с социальными институтами// Справочник старшего воспитателя. - №4. – 2007 - с 53-58 |
| 18 | Харченко Т.Е. Бодрящая гимнастика для дошкольников. – С-П.: Детство – пресс, 2011 г. |
| 19 | «Хочу быть здоровым!», Методическое пособие из опыта работы ДОУ № 12 г. Вологды, 2003 |

**Приложение 1**

**Бег**. С дошкольниками проводят бег на дистанцию 30м (90 и 120 м) при этом фиксируется время пробегания дистанции (как одного из показателей общей физической подготовленности) и отмечаются качественные особенности бега у каждого из детей. По команде «Марш!» дети с высокого старта бегут до флажка или ленты, которые размещаются на 2-3м дальше финишной линии. Это предупреждает снижение скорости перед финишем.

С началом движения ребёнка включается секундомер. Останавливается он после пересечения ребёнком линии финиша. Поочерёдно пробегают дистанцию все дети. Затем даётся вторая попытка, в которой дети бегут в том же порядке, в котором бежали в первый раз. В протоколе фиксируется время бега в каждой из попыток, а также записываются качественные особенности положений туловища, координации рук и ног, «полёта», прямолинейность бега у каждого из детей.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **4 года** | | **5 лет** | | **6 лет** | | **7 лет** | |
| ***Девочки*** | ***Мальчики*** | ***Девочки*** | ***Мальчики*** | ***Девочки*** | ***Мальчики*** | ***Девочки*** | ***Мальчики*** |
| **Бег**  **30м (с)** | 10,2-7,9 | 9,8—7,9 | 8,8—7,0 | 9,1—7,1 | 8,4—6,5 | 7,6—6,5 | 8,3—6,3 | 7,0—6,0 |
| **Бег**  **90м (с)** | - | - | 37,0—6,2 | 37,3—7,3 | - | - | - | - |
| **Бег**  **120м (с)** | - | - | - | - | 40,8—30,2 | 38,6—0,6 | - | - |

**Прыжок в длину с места**. Для проведения прыжков нужно создать необходимые условия, то есть положить физкультурную пенку и сделать вдоль него разметку. Для повышения активности и интереса детей целесообразно на определённом расстоянии (чуть дальше среднего результата детей группы) разместить три флажка и предложить ребёнку прыгнуть до самого дальнего из них. Замеряются результаты от носков ног в начале прыжка до пяток в конце прыжка. Прыжок выполняется три раза, фиксируется лучшая из попыток. Дети выполняют прыжок по очереди. Каждый ребёнок выполняет три прыжка подряд без интервалов. Детям младшего дошкольного возраста перед началом прыжков необходимо показать движения. Старшие дошкольники прыжок выполняют самостоятельно, но обследующий в зависимости от качества прыжка оценивает его, стимулируя ребёнка прыгнуть ещё дальше. Измерение длины прыжка производится от линии отталкивания до места приземления пятки с точностью до 1см. В протокол заносятся результаты всех трёх попыток, в обработку берётся лучший результат.

Качественные показатели прыжка в длину с места фиксируются по основным элементам движения: подготовка к прыжку - туловище слегка наклонено вперёд, руки в меру отведены назад; отталкивание - энергичный толчок одновременно двумя ногами, взмах руками вперёд-вверх в момент отталкивания; полет - в начале полёта ноги согнуты, перед приземлением выносятся вперёд; приземление - мягкое приземление на прямые ноги с перекатом с пятки на носок, сохранение равновесия.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прыжок в длину с места (см)** | **4 года** | | **5 лет** | | **6 лет** | | **7 лет** | |
| ***Дев*** | ***Мал*** | ***Дев*** | ***Мал*** | ***Дев*** | ***Мал*** | ***Дев*** | ***Мал*** |
| 60-88 | 64-91 | 77-103 | 82-107 | 92-121 | 95-132 | 97-129 | 112-140 |

**Подъем из положения лежа на спине (**тест для определения силовой выносливость. Ребенок лежит на гимнастической пенке на спине, скрестив руки на груди. По команде «начали» ребенок поднимается, не сгибая колен (воспитатель слегка придерживает колени, сидя на мате рядом с ним), садится и вновь ложится. Воспитатель считает количество подъемов. Тест считается правильно выполненным, если ребенок при подъеме не коснулся локтями мата, а спина и колени оставались прямыми. Из двух попыток засчитывается лучший результат.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **4 года** | **5 лет** | **6 лет** | **7 лет** |
| **Девочки** | - | - | 5-12 | 12-18 |
| **Мальчики** | - | - | 6-13 | 13-25 |

Полученные результаты заносятся в сводную таблицу для каждой возрастной группы:

Сравнительная таблица показателей на начало и конец года

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Фамилия Имя | Дата рождения | Возраст  Сент. Май | Бег 30 м  Сент. Май | Бег 90 м  Сент. Май | Бег 120 м  Сент. Май | Пр. в дл.  Сент. Май | Под.тул.  Сент. Май | Примечание |
| 1. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 16. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 17. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 18. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 19. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 20. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 21. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 22. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 23. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 24. |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Приложение2**

**Перспективное планирование на 2017 – 2018 учебный год**

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ВО ВТОРОЙ МЛАДШЕЙ ГРУППЕ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Месяцы** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **сентябрь** | | | | **октябрь** | | | | **ноябрь** | | | | **декабрь** | | | | **январь** | | | | **февраль** | | | | **март** | | | | **апрель** | | | | **май** | | | |
| **Виды**  **деятельности по неделям** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| **Групповые упражнения с переходами:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| построение в колонну по одному, шеренгу, круг |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + |  | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + |  |
| перестроение в колонну по два, врассыпную |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |
| размыкание и смыкание обычным шагом |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |
| повороты на месте направо, налево переступанием |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + |  | + | + |  |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  |  |  |
| **Ходьба и упражнения на равновесие:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| обычная | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| на носках |  | + |  |  | + |  | + | + |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  | + |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  |
| с высоким подниманием колена |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |
| в колонне по одному |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + |  | + | + | + |  | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + |  |
| в колонне по два |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |
| в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой, врассыпную | + | + |  | + |  |  |  |  |  |  | + | + |  | + |  |  |  |  | + |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  | + |  |
| с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом) |  |  |  | + |  | + |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |
| по доске, гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |
| по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки лестницы |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  | + |  | + |  |  |  |  |  |
| по наклонной доске |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  | + |
| **Бег:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| обычный | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| на носках |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  |
| с одного края площадки на другой |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| в колонне по одному | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| с изменением темпа |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  | + | + |  |  |  | + |  |  |
| в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожке, по кругу, змейкой, врассыпную |  |  |  |  | + | + | + |  |  |  | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  |
| с выполнением заданий останавливаться, убегать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в условленное место |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  | + | + |  |  |  | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |
| **ОРУ:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| комплексы упражнений | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| **Прыжки:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| на двух ногах на месте | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| с продвижением вперед |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  | + | + |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  |
| из кружка в кружок |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| вокруг предметов, между ними |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| с высоты (15-20 см) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |
| вверх с места, доставая предмет |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  |
| через линию, шнур, через несколько линий |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| через предметы (высота 5см) |  |  |  |  | + | + |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| в длину с места через 2 линии |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| в длину с места (не менее 40 см) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Катание, бросание, ловля, метание:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| катание мяча друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60см) |  | + | + |  |  | + | + |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |
| метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5-5м) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| метание в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (1,5-2м) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2м) правой и левой рукой (расстояние 1-1,5м) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |
| ловля мяча брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см) |  | + | + |  |  | + | + |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |
| бросание мяча вверх, вниз, об пол(землю) и ловля его (2-3 раза подряд) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  |  |  |  |
| **Ползание, лазание:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| на четвереньках по прямой (6м) |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| между предметами |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| вокруг предметов |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| подлезание под препятствия, не касаясь руками пола (50см) |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |
| пролезание в обруч |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| перелезание через бревно |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| лазанье по лесенке-стремянке |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| лазанье по гимнастической стенке (1,5м) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  | + |  |
| **Подвижные игры:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| картотека | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Спортивные упражнения:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| катать на санках друг друга |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| кататься с невысокой горки |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| скользить по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ходить по ровной лыжне ступающим и скользящим шагом |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| делать повороты на лыжах переступанием |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Месяцы** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **сентябрь** | | | | **октябрь** | | | | **ноябрь** | | | | **декабрь** | | | | **январь** | | | | **февраль** | | | | **март** | | | | **апрель** | | | | **май** | | | |
| **Виды**  **деятельности по неделям** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| **Групповые упражнения с переходами:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| построение в колонну по одному, шеренгу, круг | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| перестроение в колонну по два, врассыпную |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |
| размыкание и смыкание обычным шагом |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| перестроение в колонну по три |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + |  |  |  |  | + | + |  |  | + | + |  | + | + | + | + | + |
| равнение по ориентирам |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повороты кругом |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |
| повороты на месте направо, налево переступанием |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |
| **Ходьба и упражнения на равновесие:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| обычная | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| на носках |  | + | + |  | + |  |  | + |  |  | + |  | + |  |  | + |  |  | + |  | + | + | + | + | + |  |  |  | + |  |  | + | + |  | + | + |
| на пятках |  | + | + |  | + |  |  |  |  |  | + |  | + |  |  |  |  |  | + |  | + | + | + | + | + |  |  |  | + |  |  | + | + |  | + | + |
| на наружных сторонах стоп |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |
| мелким и широким шагом | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| приставным шагом в сторону (направо и налево) |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |
| в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| по гим. скамейке, доске с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + | + |  |  |  | + |  |  | + | + |  |  |  |
| с высоким подниманием колена | + |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |
| в колонне по одному | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| в колонне по два |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой, врассыпную | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом) |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + |  |  |  | + | + |  |  | + | + | + |
| по доске, гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой |  |  |  | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |
| по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки лестницы | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |
| по наклонной доске |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + |
| **Бег:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| обычный | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| на носках | + |  |  |  |  | + |  | + |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |
| с высоким подниманием колен |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  | + |  |  |
| мелким и широким шагом |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  |
| в колонне по двое |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| непрерывный бег в медленном темпе |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |
| челночный бег |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| в колонне по одному | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  |  | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| с изменением темпа |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |
| в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожке, по кругу, змейкой, врассыпную | + |  |  | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  | + | + | + | + |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |
| с выполнением заданий останавливаться, убегать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в условленное место |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + |
| **ОРУ:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| комплексы упражнений | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| **Прыжки:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| на двух ногах на месте | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| с продвижением вперед | + |  |  |  | + | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| с поворотом кругом |  |  | + | + |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + |
| ноги вместе, ноги врозь |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| на одной ноге (на правой и левой поочередно) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| с короткой скакалкой |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |
| из кружка в кружок |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  |
| вокруг предметов, между ними |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| с высоты (20-25 см) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |
| вверх с места, доставая предмет | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| через линию, шнур, через несколько линий |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| через предметы (высота 10см) |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| в длину с места через 2 линии |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  |
| в длину с места (не менее 70 см) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Катание, бросание, ловля, метание:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| катание мяча друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60см) |  | + |  |  |  | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |
| метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 3,5-6,5м) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| метание в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (2-2,5м) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  | + | + |  |
| метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5м) правой и левой рукой (расстояние 1,5-2м) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  |
| прокатывание обруча друг другу, между предметами |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| бросание мяча друг другу снизу, из-за головы и ловля его (1,5м) |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  | + | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |
| перебрасывание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2м) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз) |  |  |  |  |  | + | + |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |
| бросание мяча вверх, вниз, об пол(землю) и ловля его (2-3 раза подряд) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ползание, лазание:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| между предметами |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |
| вокруг предметов |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| на четвереньках по прямой (10м) |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |
| змейкой |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| по горизонтальной и наклонной доске |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |
| по гим. скамейке, на животе, подтягиваясь руками |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  | + |  |
| подлезание под препятствия, не касаясь руками пола (50см) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |
| подлезание под дугу правым и левым боком (50см) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| пролезание в обруч |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |
| перелезание через гимнастическую скамейку |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| перелезание с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо и влево) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  |  |  |
| лазанье по гимнастической стенке (1,5м) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  |  |  |
| **Подвижные игры:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| картотека | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Спортивные упражнения:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| катать на санках друг друга |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| кататься с невысокой горки |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| подниматься с санками на гору |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| тормозить при спуске с горы |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| скользить по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| скользить самостоятельно по ледяным дорожкам |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ходить по ровной лыжне ступающим и скользящим шагом |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| подниматься на склон прямо ступающим шагом |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| подниматься на склон полуелочкой (прямо и наискось) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| делать повороты на лыжах переступанием |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| проходить на лыжах до 500 метров |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу; выполнять повороты направо, налево |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД В СТАРШЕЙ ГРУППЕ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Месяцы** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **сентябрь** | | | | **октябрь** | | | | **ноябрь** | | | | **декабрь** | | | | **январь** | | | | **февраль** | | | | **март** | | | | **апрель** | | | | **май** | | | |
| **Виды**  **деятельности по неделям** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| **Групповые упражнения с переходами:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| построение в колонну по одному, шеренгу, круг | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + |  | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| перестроение в колонну по два, врассыпную |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |
| перестроение в колонну по три |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + |  |  |  |  | + |  |  | + |  | + | + | + |  |  | + | + |  |  | + | + |  | + |
| повороты на месте направо, налево переступанием |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  | + |  |  |  |
| равнение в затылок,  в колонне, в шеренге | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + |  | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| размыкание в колонне – на вытянутые руки вперед |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |
| размыкание в шеренге – на вытянутые руки в стороны |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |
| повороты кругом переступанием, прыжком |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  | + |  |  |  |
| **Ходьба и упражнения на равновесие:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| обычная | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + |  | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| на носках | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + |  |  |  | + | + | + |  |  | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| на пятках | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + |  |  |  | + | + | + |  |  | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| перекатом с пятки на носок |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  | + |  |
| на наружных сторонах стоп |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |
| приставным шагом в сторону (направо и налево) |  |  |  | + | + |  | + |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |
| в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  |
| по гим. скамейке, доске с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны | + |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  | + |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |
| с высоким подниманием колена |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| в колонне по одному | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + |  | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| в колонне по два | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + |  | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| в колонне по трое | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + |  | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой, врассыпную | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |
| с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом) |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  | + |  | + |  |  | + |
| по доске, гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой | + |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| по наклонной доске прямо и боком, на носках |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| по узкой рейке гимнастической скамейки, веревки |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |
| по гимнастической скамейке с приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  | + |  |  | + | + |
| **Бег:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| обычный | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + |  | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| на носках |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| с высоким подниманием колен |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  | + |
| мелким и широким шагом |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |
| непрерывный бег в медленном темпе |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |
| в колонне по одному | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + |  | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| с изменением темпа |  |  | + |  | + | + |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| с препятствиями |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |
| кружение парами |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |
| по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком приставным шагом |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |
| в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожке, по кругу, змейкой, врассыпную |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  | + | + |  | + |  |  |  |  | + |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |
| с выполнением заданий останавливаться, убегать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в условленное место | + |  |  |  |  |  | + | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |
| **ОРУ:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| комплексы упражнений | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + |  | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| **Прыжки:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| на двух ногах на месте | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + |  | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| с продвижением вперед |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ноги вместе, ноги врозь |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| на одной ноге (на правой и левой поочередно) |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| на одной ноге на месте и продвигаясь вперед |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| с короткой скакалкой |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |
| через длинную скакалку |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |
| из кружка в кружок | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| вокруг предметов, между ними |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| с высоты (30 см) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| через линию, шнур, через несколько линий | + | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| в высоту с места прямо и боком через предметы (высота 15-20 см) |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |
| в длину с места через 2 линии |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| в длину с разбега (100 см) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  | + |  |  |  |  |
| в длину с места (не менее 80 см) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| в высоту с разбега  (30-40 см) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Катание, бросание, ловля, метание:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| катание мяча друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60см) |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 5-9 м) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |
| метание в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (2-2,5м) | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1 м) правой и левой рукой (расстояние 3-4 м) | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |
| прокатывание обруча друг другу, между предметами |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| бросание мяча друг другу снизу, из-за головы и ловля его (1,5м) |  | + |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |
| перебрасывание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2м) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  | + |  |  |  | + |  |  |  |  |  | + |  | + |  |  |  |
| отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 6 раз) |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |
| бросание мяча вверх, вниз, об пол(землю) и ловля его (10 раз подряд) |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  | + |  |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |
| перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных и.п.,  различными способами  (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли) |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  |
| отбивание мяча о землю на месте и с продвижением шагом вперед (5-6 м) |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |
| прокатывание набивных мячей (вес 1 кг) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ползание, лазание:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| между предметами |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| на четвереньках по прямой (10м) |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| змейкой |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ползание в чередовании с ходьбой, бегом, переползанием через препятствия |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| на четвереньках, толкая головой мяч |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |
| по горизонтальной и наклонной доске |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| по гим. скамейке, на животе, подтягиваясь руками |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |
| по гим. скамейке, опираясь на предплечья и колени |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| подлезание под дугу правым и левым боком (50см) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| перелезание через гимнастическую скамейку |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| перелезание через несколько предметов подряд |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| перелезание с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо и влево) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  | + |
| лазанье по гимнастической стенке (2,5м), с изменением темпа |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  | + |
| пролезание между рейками |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |
| **Подвижные игры:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| картотека | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + |  | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Спортивные упражнения:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| катать на санках друг друга |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| кататься с невысокой горки |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| подниматься с санками на гору |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| тормозить при спуске с горы |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| кататься с горки по двое |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| выполнять повороты при спуске |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| скользить по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| скользить по ледяным дорожкам с разбега |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| скользить самостоятельно |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| приседать и вставать во время скольжения |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ходить по ровной лыжне ступающим и скользящим шагом |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| подниматься на склон прямо ступающим шагом |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| подниматься на склон полуелочкой (прямо и наискось) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| делать повороты на лыжах переступанием |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| проходить на лыжах дистанцию 1-2 км |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| выполнять повороты на месте и в движении |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| подниматься на горку лесенкой, спускаться с нее в низкой стойке |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу; выполнять повороты | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |
| кататься на самокате, отталкиваясь правой и левой ногой | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |
| **Спортивные игры:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Элементы баскетбола** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| вести мяч правой и левой рукой | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| бросать мяч в корзину двумя руками от груди | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| **Бадминтон** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |
| играть в паре с воспитателем | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |
| **Элементы футбола** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| обводить мяч вокруг предметов | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| закатывать мяч в лунки, ворота | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| передавать мяч ногой друг другу в парах | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| отбивать о стенку несколько раз подряд | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| **Элементы хоккея** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| прокатывать шайбу друг другу в парах |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЕ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Месяцы** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **сентябрь** | | | | **октябрь** | | | | **ноябрь** | | | | **декабрь** | | | | **январь** | | | | **февраль** | | | | **март** | | | | **апрель** | | | | **май** | | | |
| **Виды**  **деятельности по неделям** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| **Групповые упражнения с переходами:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| построение в колонну по одному, шеренгу, круг | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + |  | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| перестроение в колонну по два, врассыпную |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  |  | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| перестроение в колонну по три | + | + |  | + |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повороты на месте направо, налево переступанием |  |  |  | + | + |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  | + | + | + |  | + |
| равнение в затылок,  в колонне, в шеренге | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + |  | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| размыкание в колонне – на вытянутые руки вперед |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| размыкание в шеренге – на вытянутые руки в стороны |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повороты кругом переступанием, прыжком |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  | + |  | + |  | + |
| перестроение в колонну по двое, трое, четверо на ходу |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |
| перестроение из одного круга в несколько |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  |
| расчет на первый-второй и перестроение из одной шеренги в две |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  | + |  | + |  |  |  |
| размыкание и смыкание приставным шагом |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |
| **Ходьба и упражнения на равновесие:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| обычная | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + |  | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| на носках | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + |  |  | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| на пятках | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + |  |  | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| перекатом с пятки на носок |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |
| на наружных сторонах стоп |  | + |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  | + |  |  |  |  |
| мелким и широким шагом |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |
| приставным шагом в сторону (направо и налево) |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| приставным шагом вперед и назад |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |
| гимнастическим шагом |  | + |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |
| в полуприседе |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  | + |  |
| в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  | + |  | + |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |
| по гим. скамейке, доске с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны | + |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |
| с высоким подниманием колена | + |  |  |  | + |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |
| в колонне по одному | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + |  | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| в колонне по два | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + |  | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| в колонне по трое | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + |  | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| в колонне по четыре | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + |  | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой, врассыпную |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |
| с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом) | + |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  | + |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  | + |  | + |  |  | + |
| по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки лестницы |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| по наклонной доске прямо и боком, на носках |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| по узкой рейке гимнастической скамейки, веревки |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| по гимнастической скамейке с приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом) |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  | + |  | + |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  |  |
| по гим. скамейке приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки, поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок |  |  |  | + | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  | + |  |  |  |  |  |
| по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  | + |  |
| **Бег:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| обычный | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + |  | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| на носках |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| с высоким подниманием колен | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |
| мелким и широким шагом |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| непрерывный бег в медленном темпе |  |  |  |  | + |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |
| челночный бег |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |
| в колонне по одному | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + |  |  | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| с изменением темпа |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| с препятствиями |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| на скорость |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |
| сильно сгибая ноги назад |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| выбрасывая прямые ноги вперед |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| из разных исходных положений |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| кружение парами |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком приставным шагом |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожке, по кругу, змейкой, врассыпную | + |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  | + |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| с выполнением заданий останавливаться, убегать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в условленное место |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  |  |  |  |  |
| со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |
| **ОРУ:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| комплексы упражнений | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + |  | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| **Прыжки:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| на двух ногах на месте | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + |  | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| с продвижением вперед |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  | + |  | + |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |
| с поворотом кругом |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ноги вместе, ноги врозь |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| на одной ноге (на правой и левой поочередно) |  | + |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |
| на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением |  | + |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |
| с короткой скакалкой |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  | + |  |  |  |  |  |
| через длинную скакалку |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |
| вокруг предметов, между ними |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| с высоты (40 см) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |
| в высоту с места прямо и боком через предметы (высота 15-20 см) | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |
| через предметы (высота 10см) | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| в длину с разбега  (180-190 см) |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |
| в длину с места (не менее 100 см) |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| в высоту с разбега  (30-40 см) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| с продвижением вперед по наклонной поверхности |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Катание, бросание, ловля, метание:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 5-9 м) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |
| метание в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (2-2,5м) |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |
| метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1 м) правой и левой рукой (расстояние 3-4 м) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  | + |  |  |  | + |  | + |  |  |  |  |  |
| метание в движущуюся цель |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| перебрасывание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2м) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |
| отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 6 раз) | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  | + |  | + |  | + |  |
| бросание мяча вверх, вниз, об пол(землю) и ловля его (10 раз подряд) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |
| перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных и.п.,  различными способами  (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли) |  |  |  |  | + | + | + |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  |
| отбивание мяча о землю на месте и с продвижением шагом вперед (5-6 м) | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  | + |  |  |  | + |  |
| ведение мяча в разных направлениях |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  | + |  |
| **Ползание, лазание:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| на четвереньках по прямой (10м) |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| на четвереньках, толкая головой мяч |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |
| по гим. скамейке, на животе, подтягиваясь руками |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |
| ползание на спине по гим. скамейке, отталкиваясь ногами |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |
| подлезание под препятствия, не касаясь руками пола (50см) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| подлезание под дугу правым и левым боком (50см) |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| пролезание в обруч |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| перелезание через гимнастическую скамейку |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| перелезание с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо и влево) |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  |  |  |  |
| лазанье по гимнастической стенке (2,5м), с изменением темпа |  | + |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |
| лазанье по гим. стенке с использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |
| перелезание с пролета на пролет гим. стенки по диагонали |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |
| пролезание между рейками |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |
| **Подвижные игры:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| картотека | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + |  | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Спортивные упражнения:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| катать на санках друг друга |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| кататься с невысокой горки |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| подниматься с санками на гору |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| тормозить при спуске с горы |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| кататься с горки по двое |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| выполнять повороты при спуске |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| поднимать во время спуска заранее положенный предмет |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| выполнять игровые задания: проехать в воротца, попасть снежком в цель |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| участвовать в эстафетах с санками |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| скользить по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| скользить по ледяным дорожкам с разбега |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| скользить самостоятельно |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| приседать и вставать во время скольжения |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| скользить на одной ноге, с поворотом |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| скользить с невысокой горки |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ходить по ровной лыжне ступающим и скользящим шагом |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| подниматься на склон прямо ступающим шагом |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| подниматься на склон полуелочкой (прямо и наискось) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| делать повороты на лыжах переступанием |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ходить попеременным двухшажным ходом |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| проходить на лыжах дистанцию 2-3 км |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| выполнять повороты на месте и в движении |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| подниматься на горку лесенкой, спускаться с нее в низкой стойке |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| спускаться с горки в высокой стойке, тормозить |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| кататься на двухколесном велосипеде змейкой, тормозить | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |
| игры на велосипеде |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |
| кататься на самокате, отталкиваясь правой и левой ногой | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |
| **Спортивные игры:** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Элементы баскетбола** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| вести мяч правой и левой рукой | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| бросать мяч в корзину двумя руками от груди | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| передать мяч друг другу одной рукой от плеча | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| перебрасывать мячи друг другу двумя руками от груди в движении | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| ловить летящий мяч на разной высоте и с разных сторон | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| бросать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| вести мяч, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| усвоить основные правила игры | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| **Бадминтон** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |
| играть в паре с воспитателем | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |
| правильно держать ракетку | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |
| перебрасывать волан ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |
| свободно передвигаться по площадке во время игры | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |
| **Элементы футбола** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| обводить мяч вокруг предметов | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| закатывать мяч в лунки, ворота | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| передавать мяч ногой друг другу в парах | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| отбивать о стенку несколько раз подряд | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| вести мяч змейкой между расставленными предметами | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| забивать мяч в ворота | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |
| **Элементы хоккея** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| прокатывать шайбу друг другу в парах |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| вести шайбу клюшкой, задерживать ее |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| вести шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| забивать шайбу в ворота |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Приложение 3**

**План взаимодействия с педагогами, родителями, детьми**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Организационно-педагогическая работа** | **Методическая работа и взаимодействие с педагогами** | **Работа с детьми** | **Работа с родителями и социумом** |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| **Сентябрь** | Продолжать пополнять физкультурное оборудование в зале, фонотеку новыми аудиозаписями | Консультация для молодых педагогов «Взаимодействие инструктора по физкультуре с педагогами ДОУ по вопросам физического воспитания детей» | Организовать и провести музыкально-спортивный праздник «День знаний»  Развлечения:  «Осень в гости к нам пришла» младшая группа | Выступления на родительских собраниях: «Организация физкультурных занятий в детском саду. Формы работы по физическому воспитанию. Двигательная активность ребенка в режиме дня». |
| **Октябрь** | Оформить карты диагностического обследования.  МОНИТОРИНГ. | Подготовить рекомендации по содержанию физкультурно-оздоровительной работы с учётом результатов диагностики.  МОНИТОРИНГ. | МОНИТОРИНГ. | Провести индивидуальные беседы с родителями по результатам диагностики физической подготовленности детей, пути ее совершенствования. |
| **Ноябрь** | Участие в педсовете «Современные подходы к проведению физкультурных занятий с детьми дошкольного возраста» | Познакомить воспитателей с результатами диагностического обследования детей, выработать рекомендации по индивидуальной работе на учебный год. | Реализация проекта «Современные подходы к проведению физкультурных занятий с детьми дошкольного возраста»  Развлечения:  «Как мишка стал здоровым» младшая группа  «Путешествие по волшебному лесу здоровья» средняя группа | Провести индивидуальные беседы «Ваш ребенок на занятиях по физической культуре» |
| **Декабрь** | Продолжать пополнять фонотеку к занятиям с элементами ритмической гимнастики.  Приобрести литературу по теме «Физическое воспитание в ДОУ».  Оформить зал к проведению Новогодних праздников и досугов. | Провести индивидуальные консультации для воспитателей «Формы двигательной активности как средство оздоровления детей».  Подобрать литературу по физическому воспитанию для воспитателей младших групп. | Развлечения:  «Загадочный лес» младшая группа  «В гостях у зимушки зимы» средняя группа  «Цирковое представление» старшая группа  «Зимние катания» подготовительная группа | Консультация: «Как заинтересовать ребёнка занятиями физкультурой»  Провести семинар – практикум «Здоровье всерьёз» |
| **Январь** | Составление календарного плана «Неделя здоровья и спорта» | Консультация: «Роль организации проведения прогулок в зимний период для формирования ЗОЖ у детей» | Развлечения:  «Путешествие в зимний лес к зайке» младшая группа  «Зимние забавы» средняя группа»  «Зимняя олимпиада» старшая группа  «В гостях у зимушки зимы» подготовительная группа | Консультации:  Как провести выходной день с пользой  Играем вместе. Игры интересные и полезные дома |
| **Февраль** | Подготовка к проведению недели здоровья и спорта  Оформить физкультурный зал к совместному развлечению детей с родителями «День защитника Отечества».  Пополнить фонотеку для спортивных развлечений. | Совместно с музыкальным руководителем подобрать материал к развлечению «День защитника Отечества».  Совместно с музыкальным руководителем подготовить музыкально-спортивное развлечение «Масленица!». | Развлечения:  «Зарничка» средняя группа  «Бравые солдаты» старшая группа  «Богатырские состязания» подготовительная группа  Неделя здоровья  Масленица | Привлечь родителей к подготовке и участию в развлечении «День защитника Отечества».  Организовать фотовыставку «Наши замечательные папы». |
| **Март** | Изготовить нетрадиционное спортивное оборудование – массажный коврик для профилактики плоскостопия.  Организовать и провести конкурс для родителей и воспитателей по изготовлению нетрадиционного физкультурного оборудования | Консультация: «Организация самостоятельной двигательной активности детей в тёплое время года»  Индивидуальные консультации для воспитателей по изготовлению нетрадиционного спортивного оборудования  Индивидуальные консультации: «Техника безопасности детей на физкультурном занятии». | Развлечения:  «Игры с Петрушкой» младшая группа  «Масленицу встречаем – зиму провожаем» средняя группа  «А ну-ка девочки!» подготовительная группа  КВН «Любимые занятия моей мамы» старшая группа | Консультации «Оздоравливающие игры для частоболеющих детей».  Оформить фотовыставку «Мамочка моя!» |
| **Апрель** | Оформить зал к проведению музыкально-спортивного развлечения «День смеха».  Оформить зал к проведению спортивного развлечения «Мама, папа, я – спортивная семья!»  Провести всемирный день здоровья | МОНИТОРИНГ  Совместно с воспитателями подготовить и провести совместное развлечение детей и родителей «Мама, папа, я – спортивная семья!»  Совместно с музыкальным руководителем подготовить и провести музыкально-спортивное развлечение «День смеха» | Развлечения:  «1 апреля – никому не верю» средняя группа  «Путешествие на луну» старшая группа  «День здоровячков» подготовительная группа  МОНИТОРИНГ | Провести для родителей открытые занятия по профилактике плоскостопия и нарушения осанки.  МОНИТОРИНГ познакомить родителей с результатами диагностического обследования детей. |
| **Май** | Составить план физкультурно-оздоровительной работы на летний период. | Педсовет по результатам диагностики.  Познакомить воспитателей с результатами диагностического обследования детей, выработать рекомендации по индивидуальной работе на летний период.  Выступление на педагогическом совете «Отчёт по итогам мониторинга физической подготовленности детей» | Развлечения:  «Праздник скакалки» средняя группа  «Малые Олимпийские игры» старшая группа  «Поиграем в военные игры» к Дню Победы подготовительная группа | Принять участие в проведении групповых родительских собраний по результатам работы за год.  Подготовить наглядную агитацию «Чем занять ребенка летом».  Организовать фотовыставку о проведении развлечения «Мама, папа, я – спортивная семья» |
| **Июнь** | Пополнить фонотеку для проведения музыкально-спортивного праздника, посвящённого Дню Защиты детей.  Оформить зал (площадку) для проведения музыкально-спортивного праздника, посвящённого Дню Защиты детей. | Совместно с музыкальным руководителем подготовить материал для проведения музыкально-спортивного праздника, посвящённого Дню Защиты детей.  Подобрать материал для воспитателей для разучивания и чтения с детьми ко Дню Защиты детей. | Провести музыкально-спортивный праздник, посвящённый Дню Защиты детей. | Оформить фотовыставку о празднике, посвященному Дню Защиты детей.  Подобрать материал для наглядной агитации (ширма) о летнем отдыхе с детьми. |
| **Июль** | Оформить зал (площадку) к спортивному празднику «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья» | Подобрать материал для воспитателей о закаливании, о летнем отдыхе для наглядной агитации родителям. | Провести спортивный праздник «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»» | Провести индивидуальные беседы о пользе водных, солнечных и воздушных процедур в летний период. |
| **Август** | Подготовить документацию на начало учебного года.  Составить индивидуальный годовой план работы по разделу «Физическое воспитание». | Подготовить рекомендации по оформлению и содержанию физкультурных центров к началу учебного года в соответствии с возрастом. | Провести для старших и подготовительных групп эстафетные соревнования | Подготовить наглядную агитацию «Исправляем осанку детей».  Провести индивидуальные беседы с родителями о необходимости приобретения спортивной формы детям. |
| Ежемесячно | Вносить изменения в календарные планы, учитывая результаты диагностических данных, анализа двигательной деятельности ребёнка и его индивидуальных особенностей.  Составлять перспективно-календарный план.  Вести карту индивидуальной работы с детьми. | Проводить консультации по содержанию и проведению физкультурных занятий, организовать совместную деятельность ребёнка и взрослого.  Давать рекомендации по проведению индивидуальной работы с детьми. | Проводить физкультурные занятия, утреннюю гимнастику, индивидуальную работу с детьми.  Проводить спортивные развлечения. | 1. Организовать фото и видео съёмку для оформления фоторепортажей, стенгазет, альбомов. |

**Приложение 4**

***РЕАЛИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОБЛАСТЕЙ***

***В ХОДЕ ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ***

***МДОУ «Детский сад №70 «Калинка» на 2017-2018 год.***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Группа** | **Понедельник** | **Вторник** | **Среда** | **Четверг** | **Пятница** |
| **№ 1**  **Младшая**  **3-4 лет** | Музыкальное  9.00-9.15  Рисование  15.20-15.35 (1 под)  15.45-16.00 (2 под) | Музыкальное  9.00-9.15  Лепка/аппликация  15.20-15.35 (1 под)  15.45-16.00 (2 под) | Познание ФЦКМ  (через неделю)  9.00-9.15 (1 под)  9.25-9.40- (2 под)  Физическая культура  15.20-15.35 (1 под)  15.45-16.00 (2 под) | Развитие речи  9.00-9.15 (1 под)  9.25-9.40 (2 под)  Физическая культура  15.20-15.35 (1 под)  15.45-16.00 (2 под) | Познание ФЭМП  9.00-9.15 (1 под)  9.25-9.40 (2 под)  Физическая культура  15.20-15.35 (1 под)  15.45-16.00 (2под) |
| **№ 2**  **Младшая**  **3-4 лет** | Познание (ФЦКМ/конструирование)  9.00-9.15  Физическое развитие  15.20-15.35 | Музыкальное  9.20-9.35  Рисование  15.20-15.35 (1 под)  15.45-16.00 (2 под) | Развитие речи  9.00-9.15 (1 под)  9.25-9.40 (2 под)  Музыкальное  15.45-16.00 | Познание  (ФЭМП)  9.00-9.15 (1 под)  9.25-9.40 (2 под)  Физическое развитие  15.20-15.35 | Физическое развитие 9.00-9.15  Аппликация/лепка  (через неделю)  15.20-15.35 (1 под)  15.45-16.00 (2 под) |
| **№ 3**  **Младшая**  **3-4 лет** | Музыкальное развитие  9.20-9.35  Аппликация/лепка  (через неделю)  15.20-15.35 (1 под)  15.45-16.00 (2 под) | Познание (ФЦКМ/конструирование)  9.00-9.15 (1 под)  9.25-9.40 (2 под)  Физическое развитие  15.20-15.35 | Физическое развитие  9.00-9.15  Развитие речи  15.20 – 15.35 | Познание  (ФЭМП)  9.00-9.15 (1 под)  9.25-9.40 (2 под)  Рисование  15.20-15.35 (1 под)  15.45-16.00 (2 под) | Музыкальное развитие  9.00-9.15  Физическое развитие  15.20-15.35 |
| **№4**  **Средняя**  **4-5 лет** | Познание(ФЭМП) 9.00-9.20  Музыкальное развитие  9.45-10.00  Плавание  7.50 – 8.10 | Физическое развитие  9.00-9.20  Лепка  9.30-9.50 | Развитие речи  9.00-9.20  Рисование  9.30-9.50  Музыкальное развитие  15.15-15.35 | Физическое развитие  9.00-9.15  Аппликация/конструирование  (через неделю)  15.30-15.50 | Познание  (ФЦКМ)  9.00-9.20  Физическое развитие  9.30-9.50  Плавание  7.50 – 8.10 |
| **№5**  **Средняя**  **4-5 лет** | Физическое развитие  9.00-9.20  Плавание  10.05 – 10.20  Рисование  15.30-15.50 | Познание  (ФЭМП)  9.00-9.20  Музыкальное развитие  9.45-10.05 | Развитие речи  9.00-9.20  Физическое развитие  9.35-9.55  Аппликация/лепка  (через неделю)  15.30-15.50 | Музыкальное развитие  9.00-9.20  Конструирование  9.35-9.55 | Познание  (ФЦКМ)  9.00-9.20  Рисование  9.35-9.55  Плавание  10.05 – 10.20 |
| **№6**  **Старшая**  **5-6 лет** | Развитие речи  9.00-9.25  Физическое развитие  9.35-9.55  Плавание  10.20 – 10.45  Рисование  15.30-15.55 | Познание  (ФЦКМ)  9.00-9.25  Физическое развитие  9.35-9.55 Аппликация/лепка  (через неделю)  15.30-15.55 | Познание  (ФЭМП)  9.00-9.25  Рисование  9.35-9.55 | Конструирование  9.00-9.25  Музыкальное развитие  9.35-9.55  Физическое развитие  на свежем воздухе  11.20-11.45 | Развитие речи  9.00-9.25  Музыкальное развитие  9.35-9.55  Плавание  10.20 – 10.45 |
| **№7**  **Подготовительная** | Конструирование  9.00-9.30  Физическое развитие  10.20-10.50  Плавание  15.10 – 15.40 | Развитие речи и подготовка к обучению грамоте  9.00-9.30  Рисование  9.40-10.10  Музыкальное развитие  10.20-10.50 | Познание  (ФЭМП)  9.00-9.30  Физическое развитие  10.20-10.50  Аппликация/лепка  (через неделю)  15.30-15.55 | Познание  (ФЭМП)  9.00-9.30  Развитие речи  9.40-10.10  Физическое развитие  на свежем воздухе  11.45-12.15 | Познание  (ФЦКМ)  9.00-9.30  Рисование  9.40-10.10  Музыкальное развитие  10.20-10.50  Плавание  15.10 – 15.40 |
| **№8**  **Подготовительная**  **6-7 лет** | Познание  (ФЭМП)  9.00-9.30  Музыкальное развитие  10.10-10.40  Плавание  15.40- 16.10 | Познание  (ФЭМП)  9.00-9.30  Физическое развитие  10.20-10.50  Физическое развитие  на свежем воздухе  11.50-12.20 | Познание  (ФЦКМ)  9.00-9.30  Развитие речи  9.40-10.10  Рисование  10.20-10.50 | Конструирование  9.00-9.30  Музыкальное развитие  10.05-10.35  Аппликация/лепка  (через неделю)  15.40-16.10 | Развитие речи и подготовка к обучению грамоте  9.00-9.30  Рисование  9.40-10.10  Физическое развитие  10.20-10.50  Плавание  15.40- 16.10 |

**Приложение 5**

**Циклограмма рабочего времени воспитателя по физической культуре**

***Понедельник***

8.00-8.30 – утренняя гимнастика

8.30-8.45 – подготовка к занятиям

8.45-9.00 – проветривание зала, влажная уборка

9.00-9.15 – занятие в младшей группе №2

9.25-9.40 – занятие в младшей группе №3

9.50-10.20 – занятие в подготовительной группе №7

10.25-10.40 – уборка спортивного инвентаря после занятий

10.40-11.05 – индивидуальная работа с детьми

11.15-14.00 – оборудование педпроцесса, методическая работа

***Вторник***

13.00-14.40 – оборудование педпроцесса, методическая работа

14.40-14.55 – подготовка к занятиям

14.55-15.05 - проветривание зала, влажная уборка

15.05-15.20 – занятие в младшей группе №2

15.30-15.50 – занятие в средней группе №4

15.55-16-15 – занятие в средней группе №5

16.20-16.30 – уборка спортивного инвентаря после занятия

10.50–11.20 - индивидуальная работа с детьми

16.35-17.00 – индивидуальная работа с детьми

***Среда***

8.00-8.30 – утренняя гимнастика

8.30-8.45 – подготовка к занятиям

8.45-9.00 – проветривание зала, влажная уборка

9.00-9.20 – занятие в средней группе №4

9.30-9.55 – занятие в старшей группе №6

10.00-10.30 – занятие в подготовительной группе №8

10.35-10.45 – уборка спортивного инвентаря после занятий

10.50-11.20 – индивидуальная работа с детьми

11.20-14.00 – оборудование педпроцесса, методическая работа

***Четверг***

13.00-14.40 – оборудование педпроцесса, методическая работа

14.40-14.55 – подготовка к занятиям

14.55-15.05 - проветривание зала, влажная уборка

15.05-15.20 – занятие в младшей группе №1

15.30-15.45 – занятие в младшей группе №3

15.50-16-10 – занятие в средней группе №5

16.15-16.25 – уборка спортивного инвентаря после занятия

16.30-17.00 – индивидуальная работа с детьми

***Пятница***

8.00-8.30 – утренняя гимнастика

8.30-8.45 – подготовка к занятиям

8.45-9.00 – проветривание зала, влажная уборка

9.00-9.25 – занятие в старшей группе №6

9.35-10.05 – занятие в подготовительной группе №7

10.15-10.45 – занятие в подготовительной группе №8

10.50-11.00– уборка спортивного инвентаря после занятий

11.05-11.30 – индивидуальная работа с детьми

11.30-14.00 – оборудование педпроцесса, методическая работа