

## Содержание

<b>I. Целевой раздел:</b>	3
1.1. Пояснительная записка	3
- Цель и задачи по реализации рабочей программы	
- Принципы и подходы в организации образовательного процесса	
- Особенности организации образовательного процесса в группе (климатические, демографические, национально - культурные и другие)	
1.2. Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей ДОУ	5
1.3. Планируемые результаты освоения Программы	7
1.4. Срок реализации рабочей программы.	10
1.5. Система мониторинга динамики образовательных достижений	10
<b>II. Содержательный раздел:</b>	11
2.1. Содержание психолого-педагогической работы по освоению образовательной области «физическое развитие» и её интеграция с другими образовательными областями («социально-коммуникативное развитие», «познавательное развитие», «речевое развитие», «художественно-эстетическое развитие»)	11
2.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы	18
2.3. Комплексно-тематическое планирование	20
2.4. Взаимодействие с семьями воспитанников	33
<b>III. Организационный раздел:</b>	
3.1. Учебный план реализации Программы	34
3.2. Режим двигательной активности воспитанников	35
3.3. Планирование культурно – досуговой деятельности по образовательной области «физическое развитие»	37
3.4. Планирование мероприятий направленных на сохранение и укрепление здоровья обучающихся	40
3.5. Организация развивающей предметно-пространственной среды в ДОУ	42
3.6. Перечень литературы, методических пособий, обеспечивающих реализацию образовательной деятельности в ДОУ	42
<b>IV Дополнительный раздел</b>	45
Краткая презентация Программы	

## **I. Целевой раздел**

### **1.1. Пояснительная записка**

Данная рабочая программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 30.08.2013 № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам дошкольного образования»
- Постановлением Главного санитарного врача РФ от 15.05.2013 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях»
- Стратегией развития системы образования Санкт-Петербурга 2011-2020 «Петербуржская Школа 2020»;
- Уставом Частного общеобразовательного учреждения «Школа разговорных языков».

Обязательная часть рабочей программы группы разработана на основе основной образовательной программы дошкольного образования ДООУ методическое обеспечение «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений строится на основе Программы «Здоровье», разработанная Образовательным учреждением.

Рабочая программа – это учебно-методический документ, характеризующий систему организации образовательной деятельности педагога.

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

#### **Цель и задачи по реализации рабочей программы**

**Цель:** формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие

**Задачи:**

1. Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.
2. Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.
3. Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

4. Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

#### **Принципы и подходы в организации образовательного процесса**

Эффективность решения данных задач зависит от правильного подбора **принципов, подходов, методов** в воспитании и развитии детей.

➤ Принцип оздоровительной направленности, согласно которому инструктор по физической культуре несет ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.

➤ Принцип разностороннего и гармоничного развития личности, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально – нравственного и художественно – эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.

➤ Принцип гуманизации и демократизации, который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно – оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств и методов физического развития и видов спорта, принципа комфортности в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.

➤ Принцип индивидуализации позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию учитывая индивидуальные способности каждого ребенка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя принцип возрастной адекватности физических упражнений.

➤ Принципы постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередования нагрузок и отдыха, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.

➤ Принцип единства с семьей, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно – гигиенических навыков, развития двигательных навыков. Поэтому очень важным становится оказание необходимой помощи родителям воспитанников, привлечение их к участию в совместных физкультурных мероприятиях – физкультурных досугах и праздниках, походах.

#### **Особенности организации образовательного процесса в ДОУ**

**(климатические, демографические, национально - культурные и другие)**

Климатические условия Северо-Западного региона имеют свои особенности: недостаточное количество солнечных дней и повышенная влажность воздуха. Исходя из этого, в образовательный процесс ДОУ включены мероприятия, направленные на оздоровление детей и предупреждение утомляемости.

В режим дня каждой возрастной группы ежедневно включены бодрящая гимнастика, упражнения для профилактики плоскостопия, упражнения для расслабления позвоночника и коррекции осанки, дыхательная гимнастика.

В холодное время года (при благоприятных погодных условиях) удлиняется пребывание детей на открытом воздухе. В теплое время года – жизнедеятельность детей, преимущественно, организуется на открытом воздухе.

В соответствии с действующим СанПиНом в каждой возрастной группе проводятся три физкультурных занятия в неделю. Из них: два занятия организуется в зале, одно - на свежем воздухе (при благоприятных погодных условиях) во время прогулки в виде подвижных или спортивных игр.

Ежегодно в дошкольных группах проводятся тематическая Неделя здоровья и Всемирный день здоровья. Содержание образовательной работы в такие дни направлено на формирование основ культуры здоровья у дошкольников. Режим дня насыщается активной двигательной деятельностью, играми, решением занимательных задач, встречами с интересными людьми, «персонажами» любимых книг и другое. Итогом таких дней являются проведение совместных мероприятий с родителями: физкультурных праздников, досугов, викторин, конкурсов.

## 1.2. Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей

### Возрастные особенности

Контингент воспитанников	Характеристики возрастных особенностей развития детей	Возрастная группа	Количество детей	Из них	
				мальчиков	девочек
<b>3-4 года</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- владеет большим объемом двигательных навыков;</li> <li>- способен совершать более сложные действия, соблюдает определенную последовательность;</li> <li>- большая осознанность восприятия показа движений и словесного пояснения, что положительно сказывается на качестве выполнения упражнений;</li> <li>- недостаточная слаженность в работе разнообразных мышечных групп (плечевого пояса, туловища, ног).</li> </ul>	Младшая группа	10	7	3
<b>4-5 лет</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- движения более уверенные и координированные;</li> <li>- внимание приобретает более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятие, развивается целенаправленное запоминание;</li> <li>- дети способны различать разные виды движений, выделять их элементы;</li> <li>- появляется интерес к результатам движения, потребность выполнять его в соответствии с образцом.</li> </ul>	Средняя группа	12	8	4

5-6 лет	<ul style="list-style-type: none"> <li>- успешно овладевают основными видами движений, которые становятся более осознанными, что позволяет повысить требования к их качеству;</li> <li>- больше внимание уделяется развитию физических и морально-волевых качеств (быстрота, ловкость, выносливость, выдержка, настойчивость, организованность дисциплинированность), дружеских взаимоотношений (умение приходить на помощь товарищу, сопереживать его успехам и неудачам, быть заботливыми и внимательными друг другу);</li> <li>- активно совершенствуется техника выполнения основных движений.</li> </ul>	Старшая группа	10	7	3
6-7 лет	<ul style="list-style-type: none"> <li>- движения более скоординированные и точные;</li> <li>- в коллективной деятельности формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля;</li> <li>- увеличивается проявление волевых усилий при выполнении заданий, так как важен результат;</li> <li>- у детей формируется способность адекватно оценивать результат собственной деятельности, видеть и исправлять недостатки.</li> </ul>	Подготовительная группа	13	8	5

### 1.3. Планируемые результаты освоения программы

Результатами освоения программы являются целевые ориентиры дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка.

В соответствии с ФГОС ДО целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей. Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников

К целевым ориентирам дошкольного образования по образовательной области «Физическое развитие» относятся следующие социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка в раннем детстве:

Образовательная область	Планируемые результаты освоения образовательной области
Физическое развитие	У ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движений (бег, лазанье, перешагивание и пр.). С интересом участвует в

Образовательная область	Планируемые результаты освоения образовательной области
	подвижных играх с простым содержанием, несложными движениями.

К целевым ориентирам дошкольного образования по образовательной области «Физическое развитие» относятся следующие социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения дошкольного образования:

Образовательная область	Планируемые результаты освоения образовательной области
Физическое развитие	У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими. Имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

#### Планируемые результаты по возрастным группам детей.

Возрастные группы	К концу учебного года ребенок умеет
Младшая группа	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ходить прямо, сохраняя заданное направление, не шаркая ногами;</li> <li>- бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп в соответствии с указанием педагога;</li> <li>- сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, перешагивая предметы;</li> <li>- ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, по гимнастической стенке произвольным способом;</li> <li>- энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места не менее чем на 40 см.;</li> <li>- катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; бросать мяч вниз о пол и вверх 2-3 раза подряд и ловить его; метать предметы правой и левой рукой на дальность расстояния не менее 5 м.;</li> <li>- строиться в колонну, шеренгу, круг;</li> <li>- выполнять общеразвивающие упражнения, согласовывать темп и ритм упражнений по показу педагога;</li> <li>- самостоятельно скатываться на санках с горки, катать на санках друг друга;</li> <li>- выполнять танцевальные композиции;</li> </ul>

Средняя группа	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ходить и бегать, согласуя движения рук и ног; сохранять равновесие на ограниченной площади опоры;</li> <li>- умеет ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м, принимать правильное исходное положение при метании; метать предметы разными способами правой и левой рукой, отбивать мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд;</li> <li>- лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек, перелезая с одного пролета на другой; ползать разными способами: опираясь на стопы и ладони, колени и ладони, на животе, подтягиваясь руками;</li> <li>- принимать правильное исходное положение в прыжках с места, мягко приземляться, прыгать в длину с места не менее 70 см;</li> <li>- строиться в колонну, в круг, шеренгу, выполнять повороты на месте и переступанием;</li> <li>- правильно принимать исходные положения, соблюдать направление движения тела и его частей;</li> <li>- выполнять движения в такт музыки быстро и медленно; выбрасывать ноги вперед, назад, в сторону;</li> <li>- выполнять движения парами по кругу в танцах и хороводах;</li> <li>- самостоятельно скользить по ледяной дорожке;</li> <li>- придумывать варианты подвижных игр.</li> </ul>
Старшая группа	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп; выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие;</li> <li>- перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель; владеть школой мяча;</li> <li>- лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа;</li> <li>- прыгать на мягкое покрытие с высоты (20-40 см); мягко приземляться, прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, длину с места на расстояние не менее 80-100 см, с разбега 100-180 см, в высоту с разбега (не менее 40-50 см), прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами;</li> <li>- перестраиваться в колонну по трое, четверо, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на первый-второй, размыкаться в колонне, шеренге; соблюдать интервалы во время передвижения, выполнять повороты направо, налево, кругом;</li> <li>- четко принимать исходные положения, выполнять четко, ритмично, в заданном темпе;</li> <li>- участвует в играх с элементами спорта (городки, баскетбол, бадминтон, футбол, хоккей, настольный теннис);</li> <li>- организывает знакомые подвижные игры, придумывает с помощью воспитателя игры на заданные сюжеты.</li> </ul>

<p>Подготовительная к школе группа</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп;</li> <li>- выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие;</li> <li>- перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель; владеть школой мяча.</li> <li>- лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа;</li> <li>- прыгать на мягкое покрытие с высоты (20-40 см); мягко приземляться, прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, длину с места на расстояние не менее 80-100 см, с разбега 100-180 см, в высоту с разбега (не менее 40-50 см), прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами;</li> <li>- перестраиваться в колонну по трое, четверо, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на первый-второй, размыкаться в колонне, шеренге; соблюдать интервалы во время передвижения, выполнять повороты направо, налево, кругом; четко принимать исходные положения, выполнять четко, ритмично, в заданном темпе;</li> <li>- скользить по ледяным дорожкам, выполняя задание;</li> <li>- участвует в играх с элементами спорта (городки, баскетбол, бадминтон, футбол, хоккей, настольный теннис);</li> <li>- организует знакомые подвижные игры, придумывает с помощью воспитателя игры на заданные сюжеты.</li> </ul>
----------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

#### **1.4.Срок реализации рабочей программы.**

Рабочая программа по физическому развитию предназначена для реализации в течение 2016-2017 учебного года, с 01 сентября 2016 года по 31 мая 2017 года, в соответствии с учебным графиком.

#### **1.5.Система мониторинга динамики образовательных достижений**

Реализация образовательной программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (мониторинга) (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Цель мониторинга – изучить процесс достижения детьми планируемых результатов освоения основной образовательной программы дошкольного образования.

Задачи мониторинга:

- Выявить индивидуальные особенности каждого ребенка доступными методами
- Намечить индивидуальный маршрут образовательной работы для раскрытия потенциала ребенка

Предмет мониторинга: уровни овладения необходимыми навыками и умениями по образовательной области «физическая культура».

Педагогические наблюдения за детьми осуществляются 2 раза в год: сентябрь (2-3 неделя) и май (2-3 неделя). Педагогическая диагностика позволяет фиксировать индивидуальную динамику и перспективы каждого ребенка.



Инструментарий для педагогической диагностики: карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка: карта «Результаты мониторинга образовательного процесса» (позволяет оценить уровень освоения детьми образовательной области «физическая культура»)

разделов программы)

В ходе педагогической диагностики происходит наблюдение и измерения выполняемых физических нормативов согласно возрастным особенностям:

- овладение основными движениями, уровень развития физических качеств (техника бега, скорость, техника прыжка, дальность прыжка, техника метания, дальность метания, гибкость, сила);

- самостоятельная двигательная деятельность (умение пройти по наклонной доске, умение перепрыгнуть на двух ногах, умение влезть на гимнастическую стенку, умение прокатить мяч в ворота или между предметами).

## II. Содержательный раздел

### 2.1. Содержание психолого-педагогической работы по пяти образовательным областям

#### *Связь образовательной области «Физическое развитие» с другими образовательными областями*

Образовательная область	
Социально-коммуникативное развитие	<p><i>Безопасность:</i> формирование основ безопасности в процессе выполнения физических упражнений, подвижных игр, совместной деятельности педагога и детей; навыков здорового образа жизни, потребности в движении.</p> <p><i>Социализация:</i> формирование гендерной принадлежности, развитие партнерских взаимоотношений в процессе двигательной деятельности, приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.</p> <p><i>Коммуникация:</i> развитие свободного общения со взрослыми и детьми в части необходимости двигательной активности и физического совершенствования; игровое общение.</p> <p><i>Труд:</i> накопление опыта двигательной активности, овладение навыками ухода за физкультурным инвентарем и спортивной одеждой.</p> <p><i>Самообслуживание:</i> воспитание культурно-гигиенических навыков, формирование бережного отношения к личным вещам.</p>
Познавательное развитие	Расширение представлений о своем организме, его возможностях, формирование ЭМП, формирование целостной картины мира.
Художественно-эстетическое развитие	<p><i>Музыка:</i> развитие музыкально – ритмической деятельности на основе основных движений и физических качеств, использование музыкально-ритмической деятельности с целью развития представлений и воображения для освоения двигательных эталонов, моторики в творческой форме.</p> <p><i>Художественное творчество:</i> использование продуктивной деятельности с целью развития представлений и воображения для освоения двигательных эталонов, моторики в творческой форме.</p>
Речевое развитие	<i>Чтение художественной литературы:</i> использование художественных произведений, с целью развития представлений и воображения для освоения двигательных эталонов в творческой форме

Группа	Образовательная область «Физическое развитие»	
Группы раннего возраста	Цель	Формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

	Задачи	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);</li> <li>2. накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);</li> <li>3. формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.</li> </ol>
	Основные направления	<p>Развитие основных движений (ходьба, бег, прыжки; катание, бросание, метание; ползание и лазанье, упражнения в равновесии). Общеразвивающие упражнения. Подвижные игры.</p>
	Содержание работы	<p>Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку. Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами. Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание). Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т.п.).</p>
Младшая	Цель	Формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:
	Задачи	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);</li> <li>2. накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);</li> <li>3. формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.</li> </ol>
	Основные направления	Развитие основных движений (ходьба, упражнения в равновесии, бег, катание, бросание, ловля, метание; ползание и лазанье, прыжки,

		<p>групповые упражнения с переходами, ритмическая гимнастика).</p> <p>Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Спортивные игры и упражнения.</p> <p>Подвижные игры.</p>
	Содержание работы	<p>Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.</p> <p>Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см.</p> <p>Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.</p> <p>Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.</p> <p>Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.</p> <p>Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.</p> <p>Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.</p> <p>Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.</p> <p>Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.</p> <p>Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами.</p> <p>Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.</p> <p>Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.</p>
Средняя	Цель	<p>Формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:</p>

	Задачи	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);</li> <li>2. накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);</li> <li>3. формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.</li> </ol>
	Основные направления	<p>Развитие основных движений (ходьба, упражнения в равновесии, бег, катание, бросание, ловля, метание; ползание и лазанье, прыжки, групповые упражнения с переходами, ритмическая гимнастика).</p> <p>Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Статические упражнения.</p> <p>Спортивные упражнения.</p> <p>Подвижные игры.</p>
	Содержание работы	<p>Формировать правильную осанку.</p> <p>Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.</p> <p>Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.</p> <p>Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).</p> <p>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.</p> <p>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).</p> <p>Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу.</p> <p>Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.</p> <p>Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.</p> <p>Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.</p> <p>Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.</p> <p>Во всех формах организации двигательной</p>

		<p>деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.</p> <p>Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т.д.</p> <p>Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.</p> <p>Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.</p> <p>Приучать к выполнению действий по сигналу.</p>
Старшая	Цель	Формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:
	Задачи	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);</li> <li>2. накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);</li> <li>3. формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.</li> </ol>
	Основные направления	<p>Развитие основных движений (ходьба, упражнения в равновесии, бег, бросание, ловля, метание; ползание и лазанье, прыжки, групповые упражнения с переходами, ритмическая гимнастика).</p> <p>Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Статические упражнения.</p> <p>Спортивные игры и упражнения.</p> <p>Подвижные игры и эстафеты.</p>
	Содержание работы	<p>Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.</p> <p>Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.</p> <p>Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.</p> <p>Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.</p> <p>Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.</p> <p>Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.</p> <p>Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбежаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.</p> <p>Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при</p>

		<p>ходьбе.</p> <p>Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве.</p> <p>Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.</p> <p>Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.</p> <p>Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.</p> <p>Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.</p> <p>Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.</p> <p>Учить спортивным играм и упражнениям.</p>
Подготовительная к школе	Цель	Формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:
	Задачи	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);</li> <li>2. накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);</li> <li>3. формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.</li> </ol>
	Основные направления	<p>Развитие основных движений (ходьба, упражнения в равновесии, бег, бросание, ловля, метание; ползание и лазанье, прыжки, групповые упражнения с переходами, ритмическая гимнастика).</p> <p>Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Статические упражнения.</p> <p>Спортивные игры и упражнения.</p> <p>Подвижные игры и эстафеты.</p>
	Содержание работы	<p>Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.</p> <p>Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.</p> <p>Совершенствовать технику основных движений, добываясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.</p> <p>Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.</p> <p>Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с</p>

		<p>разбега.</p> <p>Добиваться активного движения кисти руки при броске.</p> <p>Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.</p> <p>Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.</p> <p>Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.</p> <p>Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.</p> <p>Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.</p> <p>Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.</p> <p>Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.</p> <p>Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.</p> <p>Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.</p> <p>Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.</p> <p>Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявлять творческие способности.</p> <p>Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).</p>
--	--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



**2.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации программы с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.**

**Модель образовательного процесса в ДОУ представлена следующими структурными компонентами образовательного процесса**

Совместная деятельность взрослого и детей		Самостоятельная деятельность детей	Взаимодействие с семьей
Непрерывная образовательная деятельность	Образовательная деятельность в ходе режимных моментов		
организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми, выбор которых осуществляется педагогом самостоятельно.	осуществляется работа по осуществлению двигательной активности детей в процессе утреннего приема, прогулки, в других видах непосредственной образовательной деятельности, подготовки к послеобеденному сну.	- свободная двигательная 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; - организованная воспитателем деятельность воспитанников, направленная на решение задач, связанных с интересами других людей.	формы работы с семьей, в том числе посредством образовательных проектов

**Формы, способы, методы и средства реализации программы при реализации содержания образовательной области «физическое развитие»**

Режимные моменты	Совместная деятельность с педагогом	Самостоятельная деятельность детей	Совместная деятельность с семьей
------------------	-------------------------------------	------------------------------------	----------------------------------

Режимные моменты	Совместная деятельность с педагогом	Самостоятельная деятельность детей	Совместная деятельность с семьёй
Физкультурные занятия динамические оздоровительные паузы утренняя гимнастика бодрящая гимнастика, беседы, подвижные игры, закаливающие процедуры.	Досуги, праздники, развлечения, Дни и недели здоровья, физкультурные занятия динамические оздоровительные паузы утренняя гимнастика бодрящая гимнастика, беседы, подвижные игры, закаливающие процедуры	самостоятельная двигательная - игровая деятельность детей (подвижные игры, элементы спортивных игр)	Досуги, праздники, развлечения, Дни и недели здоровья, оформление альбомов и фотогазеты, анкетирование, консультации, индивидуальные беседы, Дни открытых дверей, круглый стол, выставки литературы, папки-передвижки.

Традиционно различаются три группы **методов**.

1. *Наглядные методы*, к которым относятся:

- имитация (подражание);
- демонстрация и показ способов выполнения физкультурных упражнений, которому следует привлекать самих воспитанников;
- использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, видео и т.д.);
- использование зрительных ориентиров, звуковых сигналов: первые побуждают детей к деятельности, помогают им уточнить представления о разучиваемом движении, овладеть наиболее трудными элементами техники, а также способствуют более эффективному развитию воссоздающего воображения; вторые применяются для освоения ритма и регулирования темпа движений, а также как сигнал для начала и окончания действия, чувства ритма и музыкальных способностей.

2. К *словесным методам* относятся название инструктором по физической культуре упражнений, описания, объяснения, комментирование хода их выполнения, указания, распоряжения, вопросы к детям, команды, беседы, рассказы, выразительное чтение стихотворений и многое другое.

3. К *практическим методам* можно отнести выполнение движений (совместно – распределенное, совместно – последовательное выполнение движений вместе с педагогом и самостоятельное выполнение), повторение упражнений с изменениями и без, а также проведение их в игровой форме, в виде подвижных игр и игровых упражнений, и соревновательной форме.

Наряду с методами значительное внимание отводится **средствам физического воспитания**. К средствам физического развития и оздоровления детей относятся:

1. *Гигиенические факторы* (режим занятий, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр.), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм;

2. *Естественные силы природы* (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребенка;
3. *Физические упражнения*, которые обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.

### 2.3. Комплексно-тематическое планирование

Группы	Задачи	Основные движения	П/и и с/и в зале и на улице
Группы раннего возраста	Знакомство с вновь прибывшими детьми. На основе мониторинга выявить уровень развития двигательных качеств,	Ходьба и бег друг за другом. Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед. Катание и бросание мяча.	«Бегите ко мне» «По тропинке»
Младшая	уровень владения двигательными навыками, соответствие физического развития ребенка возрастным нормам. Выявление ослабленных и неуверенных детей.	Ходьба и бег в колонне, сохраняя направление. Прыжки двух ног не менее 40 см Лазание. Катание, бросание и ловля мяча. Метание.	«Воронята» «Пчелки»
Средняя	Распределение детей по подгруппам в соответствии с группой здоровья и физическими качествами.	Строевые упражнения Ходьба и бег в колонне с заданием. «Школа мяча». Прыжки разными способами. Ползание. Лазание.	<u>Городки.</u> «Возьми городок», «Лошадки» «Через биты» «Составь фигуру» «Попади в круг» (Волошина с.85-88)

Старшая		Строевые упражнения Ходьба и бег в колонне с заданием. «Школа мяча». Прыжки разными способами. Ползание, лазание..	<i>Городки.</i> «Возьми городок», «Лошадки» «Через биты» «Составь фигуру» «Попади в круг» «Загони городок в квадрат» Игра в городки. (Волошина с.85-88)	
Подготовительная		Строевые упражнения Ходьба и бег в колонне с заданием. «Школа мяча». Прыжки разными способами. Ползание, лазание		
октябрь				
Группы раннего возраста	Учить детей ходить и бегать стайкой за педагогом, не наталкиваясь друг на друга, прыгать на двух ногах. Учить реагировать на сигнал педагога. Развивать силу рук при катании и бросании мяча.	Ходьба и бег стайкой за педагогом. Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед. Катание и бросание мяча.	«Догоните меня» «Солнышко и дождик»	
Младшая	Учить детей ходить и бегать в колонне друг за другом Учить детей прыгать на двух ногах, энергично отталкиваясь от пола. Развивать глазомер, внимание.	Построение в шеренгу. Ходьба и бег в колонне. Прыжки на месте и с продвижением. Катание, бросание и ловля мяча.	«Птички в гнездышках» «Лохматый пес»	

Средняя	<p>Учить детей ходить и бегать, согласовывая движения рук и ног; энергично отталкиваться и правильно приземляться при прыжках; отбивать и ловить мяч.</p> <p>Развивать вестибулярный аппарат, умение быстро реагировать на сигнал педагога.</p>	<p>Строевые упражнения Ходьба и бег в колонне с заданием. «Школа мяча». Прыжки разными способами. Ползание.</p>	<p>«Горячий мяч» «У медведя во бору»</p>	<p><u>Катание на велосипеде</u> (упражнения и подвижные игры)</p>
Старшая	<p>Учить детей легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; лазать по гимнастической стенке чередуя шаг.</p> <p>Упражнять в умении владеть мячом, прыгать разными способами.</p> <p>Воспитывать желание заниматься физическими упражнениями.</p>	<p>Строевые упражнения. Ходьба на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, бег. Прыжки разными способами. «Школа мяча». Ползание, лазание.</p>	<p>«Волк во рву» «Затейники»</p>	<p><u>Катание на велосипеде.</u> Упражнения 1 – 13 Игры с велосипедом: «Гонки» «восьмерка» «Достань предмет» <u>Катание на самокатах.</u></p>
Подготовительная	<p>Учить детей равновесию, размыканию и смыканию в колонне, лазать по гимнастической стенке чередуя способом.</p> <p>Упражнять в умении владеть мячом, прыгать разными способами.</p> <p>Воспитывать дружеские взаимоотношения в п/и, чувство единства команды.</p>	<p>Строевые упражнения. Ходьба на носках, на пятках, на внешней стороне стопы. Бег с захлестом. Прыжки разными способами. «Школа мяча». Ползание, лазание.</p>	<p>«Волк во рву» «Затейники»</p>	

ноябрь				
Группы раннего возраста	Учить детей строиться друг за другом, ходить и бегать в колонне по одному, не наталкиваясь друг на друга, ползать в заданном направлении. Развивать глазомер, чувство равновесия. Воспитывать интерес к физическим упражнениям.	Ходьба и бег в колонне друг за другом. Катание мяча педагогу. Метание в цель Ползание, равновесие.	«Догоните мяч»  «Поезд»	
Младшая	Учить детей размыкаться на вытянутые руки в шеренге, пролезать боком в обруч, не касаясь руками пола. Развивать глазомер при метании, силу броска, чувство равновесия.	Размыкание в шеренге. Ходьба шеренгой, с высоким подниманием колен. Метание в цель. Пролезание в обруч, равновесие.	«Переселение лягушек»  «Кошка - мышки»	
Средняя	Учить детей строиться в круг из колонны, ходить и бегать со сменой ведущего. Учить детей прыгать на одной ноге, сохраняя равновесие. Развивать глазомер при метании в цель, крупные мышцы туловища, внимание, вестибулярный аппарат.	Построение в круг. Ходьба и бег со сменой ведущего. Прыжки на одной ноге. Метание в цель Ползание, пролезание. Равновесие.	«Зайцы и волк»  «Кот и мыши»	<u>Элементы футбола</u> (упражнения и подвижные игры)
Старшая	Учить детей ходить с перекатом с пятки на носок; бегать, высоко поднимая колени. Упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в пролезании в обруч. Развивать меткость при метании, вестибулярный аппарат.	Построение в круг. Ходьба с перекатом. Бег с высоким подниманием бедра. Метание в цель. Ползание, пролезание Равновесие.	«Горелки»  «Колдун»	<u>Элементы футбола</u> Упражнения 1 – 13  Игры: «Пустое место», «Вокруг света», «Не выпусти мяч из круга»,

Подготовительная	<p>Учить детей ходить с перекатом с пятки на носок; бегать, высоко поднимая колени.</p> <p>Упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в пролезании в обруч, в прыжках на одной ноге.</p> <p>Развивать меткость при метании, вестибулярный аппарат.</p> <p>Воспитывать дух соперничества в эстафетах и на соревнованиях.</p>	<p>Построение в круг.</p> <p>Ходьба с перекатом.</p> <p>Бег с высоким подниманием бедра.</p> <p>Прыжки на одной ноге.</p> <p>Метание в цель.</p> <p>Ползание, пролезание</p> <p>Равновесие.</p>	<p>«Горелки»</p> <p>«Колдун»</p>	<p>«Пингвины с мячом».</p> <p>«Смена сторон»</p>
декабрь				
Группы раннего возраста	<p>Учить детей ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, прыгать в глубину, мягко приземляясь на полусогнутые ноги; перелезать через препятствия.</p> <p>Развивать чувство равновесия, координацию движений.</p>	<p>Ходьба и бег врассыпную.</p> <p>Прыжки в глубину.</p> <p>Ползание, перелезание.</p> <p>Равновесие.</p>	<p>«Птички летают»</p> <p>«Воробышки и автомобиль»</p>	
Младшая	<p>Учить детей прыгать через предмет на двух ногах, энергично отталкиваясь от пола, лазать по гимнастической стенке, ползать по наклонной доске, переходя на стенку.</p> <p>Развивать чувство равновесия, координацию движ.</p>	<p>Ходьба и бег врассыпную.</p> <p>Прыжки через предмет</p> <p>Ползание и лазание</p> <p>Равновесие.</p>	<p>«Курочка хохлатка»</p> <p>«Жуки»</p>	

Средняя	Учить детей размыкаться и смыкаться в строю; ходить и бегать мелким и широким шагом, прыгать в глубину, через несколько предметов; катать обруч, лазать по гимнастической стенке. Развивать чувство равновесия, координацию движений.	Смыкание и размыкание в строю Ходьба и бег мелким и широким шагом. Прыжки. Метание в цель Ползание, равновесие	«Котята и щенята»  «Окунь в сетке»  Мп/и «Съедобное и несъедобное»	<u>Катание на санках.</u>  П/и: «Слушай сигнал», «Пингвины», Веселые снежинки». (Пенз. С.60-63)
Старшая	Учить детей прыгать на одной ноге, сохраняя равновесие, с ноги на ногу; ходить и бегать мелким и широким шагом. Развивать статическое равновесие, глазомер, меткость при метании, умение владеть мячом.	Ходьба и бег широким и мелким шагом. Прыжки на одной ноге. Школа мяча. Ползание, равновесие.	«Охотники и зайцы»  «Мороз – Красный нос»  Мп/и «Съедобное и несъедобное»	<u>Катание на санках.</u>  П/и: «Между снежинками», «Кто быстрее до снеговика», «Попади в круг», «Метелица», «Кто быстрее» (Пенз. С. 30-34).
Подготовительная	Учить детей перестраиваться из круга в 2,3 круга; ходить и бегать мелким и широким шагом; бегать, выбрасывая прямые ноги. Развивать меткость, глазомер, статическое равновесие, умение владеть мячом.	Построение в 2 круг, 3 круга. Ходьба и бег мелким и широким шагом. Прыжки. Школа мяча. Ползание, равновесие.		
январь				
Группы раннего возраста	Учить детей разнообразным действиям с мячом, реагировать на сигнал. Упражнять в ползании, подлезании. Развивать чувство равновесия, ориентировку в пространстве.	Катание мяча друг другу, с горки. Бросание мяча через веревку. Ползание, подлезание. Равновесие.	«Зайка беленький сидит» «Самолеты»	



Младшая	<p>Учить детей ходить и бегать «змейкой» между предметами, бросать мяч двумя руками из-за головы.</p> <p>Упражнять в ползании и подлезании под веревку.</p> <p>Развивать глазомер, силу броска, ориентировку в пространстве</p>	<p>Строевые упражнения.</p> <p>Ходьба и бег «змейкой», с остановкой.</p> <p>Бросание мяча</p> <p>Ползание, подлезании.</p>	<p>«Санки»</p> <p>«Береги предмет»</p>	
Средняя	<p>Учить детей ходить, бегать и ползать «змейкой» прыгать в длину с места, на одной ноге; владеть мячом.</p> <p>Развивать ориентировку в пространстве, глазомер при метании, статическое равновесие.</p> <p>Развивать самостоятельность, инициативность, творчество.</p>	<p>Размыкание и смыкание в шеренге.</p> <p>Ходьба и бег «змейкой».</p> <p>Прыжки в длину, на одной ноге.</p> <p>«Школа мяча», метание.</p> <p>Ползание «змейкой»</p> <p>Статическое равновесие.</p>	<p>«Бездомный заяц»</p> <p>«Лошадки»</p>	<p><u>Катание на санках</u> (1 4 упр.) «Кто быстрее», «Гонки санок тройками»</p>
Старшая	<p>Учить детей прыгать через длинную скакалку, преодолевая чувство страха; отбивать мяч одной рукой с продвижением.</p> <p>Упражнять в ходьбе, беге, ползании «змейкой»; в четком выполнении строевых упражнений.</p> <p>Развивать глазомер, статическое равновесие, самостоятельность, инициативность, творчество.</p>	<p>Строевые упражнения.</p> <p>Ходьба и бег «змейкой»</p> <p>Прыжки через длинную скакалку, галоп.</p> <p>«Школа мяча».</p> <p>Ползание, лазание.</p> <p>Статическое равновесие.</p>	<p>«Удочка»</p> <p>«Бездомный заяц»</p> <p>«Гори, гори ясно»</p>	<p><u>Катание на санках.</u></p> <p>Упр.1,3,4,15«Эстафета пассажиров», Гонки на санках», «Черепahi», «На санки»</p> <p><u>Скольжение по ледяным</u></p>

Подготовительная	<p>Учить детей прыгать через длинную скакалку, преодолевая чувство страха; вверх из глубокого приседа; ведению мяча в разных направлениях.</p> <p>Упражнять в ходьбе, беге, ползании «змейкой»; в четком выполнении строевых упражнений, в ползании и лазании.</p> <p>Развивать глазомер, статическое равновесие, самостоятельность, инициативность, творчество.</p>	<p>Строевые упражнения.</p> <p>Ходьба и бег «змейкой»</p> <p>Прыжки через длинную скакалку, вверх из глубокого приседа.</p> <p>«Школа мяча».</p> <p>Ползание «паучком», лазание разными способами.</p> <p>Статическое равновесие.</p>		<u>дорожкам.</u>
февраль				
Группы раннего возраста	<p>Учить детей ходить и бегать по кругу, взявшись за руки, прыжкам вверх, с касанием предмета, прыжкам в длину с места, энергично отталкиваясь.</p> <p>Учить влезать на гимнастическую лестницу, преодолевая чувство страха.</p>	<p>Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки.</p> <p>Прыжки вверх, в длину с места.</p> <p>Бросание и ловля мяча, метание.</p> <p>Влезание на лестницу.</p>	<p>«Карусели»</p> <p>«Зайчик в домике»</p>	
Младшая	<p>Учить детей бросать мяч вверх и пытаться его поймать, бросать мяч о пол с ловлей.</p> <p>Упражнять в прыжках через несколько предметов, вверх с касанием предмета.</p> <p>Развивать ориентировку в пространстве, силу толчка ногами при прыжках, умение реагировать на сигнал.</p>	<p>Строевые упражнения.</p> <p>Ходьба и бег с выполнением заданий.</p> <p>Прыжки</p> <p>Ползание, равновесие.</p> <p>Бросание и ловля мяча.</p>	<p>«Огуречик, Огуречик»</p> <p>«Лошадки»</p>	

Средняя	Учить детей выполнять повороты, стоя в кругу. Упражнять в ползании по бревну, пролезании в обруч, в ползании «по-медвежьи». Развивать меткость при метании, быстроту реакции при ходьбе и беге с заданиями, чувство равновесия. Воспитывать дружеские взаимоотношения.	Построение в круг, повороты. Ходьба и бег с выполнением заданий. «Школа мяча», метание. Ползание, пролезание. Равновесие.	«Перелет птиц» «Перемена мест»	Скольжение по лед. дорожкам (упр. 1,3,6) Ходьба на лыжах.
Старшая	Учить детей выполнять повороты, стоя в кругу; прыгать в высоту и в длину с разбега. Упражнять в умении владеть мячом, в лазании по гимнастической стенке. Развивать глазомер, меткость при метании, вестибулярный аппарат.	Построение в круг, повороты. Ходьба и бег с заданиями. Прыжки в высоту, в длину. «Школа мяча», метание. Лазание. Равновесие.	«Пингвины» «Перелет птиц»	Элементы игры хоккей. «Будь внимателен» «Догони пару» «Берег – море», «Снайперы», «Стоп» «Гонки с шайбой» Ходьба на лыжах.
Подготовительная	Учить детей прыгать в длину и в высоту с разбега, сочетая разбег с толчком. Упражнять в умении владеть мячом, в ползании и лазании по гимнастической стенке. Развивать глазомер, статическое равновесие, меткость при метании, силу рук при бросании набивных мячей.	Строевые упражнения. Ходьба и бег с заданиями. Прыжки в высоту и длину с разбега. «Школа мяча», метание. Лазание, Статическое равновесие	М/п игра «Испорченный телефон»	
март				
Группы раннего возраста	Учить детей ходить приставным шагом в сторону, бегать по ограниченной поверхности, метать в вертикальную цель. Упражнять в лазании по гимнастической лестнице, прыжках в длину с места. Развивать вестибулярный аппарат, глазомер.	Ходьба приставным шагом в сторону. Бег «по дорожке» Метание в вертикальную цель. Лазание по гимнаст. лестнице. Равновесие.	«Медведь и дети»  «Колокольчик»	

Младшая	<p>Учить детей ходить шеренгой, сохраняя равнение, перелезть через бревно, кружиться на месте в одну и другую сторону.</p> <p>Упражнять в метании мешочка с песком вдаль правой и левой рукой, в лазании по гимн. Стенке.</p> <p>Воспитывать дружеские взаимоотношения в играх.</p>	<p>Строевые упражнения.</p> <p>Ходьба шеренгой.</p> <p>Бег по прямой и извилистой дорожке, с ловлей и увертыванием.</p> <p>Метание.</p> <p>Ползание, равновесие.</p>	<p>«Такси»</p> <p>«Кролики»»</p>	
Средняя	<p>Учить детей строиться в колонну по два, отбивать мяч одной рукой стоя на месте.</p> <p>Упражнять в ползании по ограниченной поверхности, в лазании по гимнастической лестнице.</p> <p>Развивать умение владеть мячом, меткость, вестибулярный аппарат.</p>	<p>Строевые упражнения</p> <p>Ходьба и бег в колонне по два, галоп.</p> <p>«Школа мяча».</p> <p>Ползание, пролезание.</p> <p>Равновесие.</p>	<p>«Али-баба»</p> <p>«Белки, зайцы, мышки»</p>	<p>«Светофор»,</p> <p>«Кольцеброс»,</p> <p>«Кто ушел»</p>
Старшая	<p>Учить детей строиться в колонну по три, перестроениям при ходьбе, забрасывать мяч в корзину.</p> <p>Упражнять в умении владеть мячом, в лазании по гимнастической стенке, в прыжках на одной ноге</p> <p>Развивать глазомер, меткость при метании, вестибулярный аппарат.</p>	<p>Построение в колонну по три.</p> <p>Ходьба с перестроением, бег с заданиями.</p> <p>Прыжки разными способами.</p> <p>«Школа мяча», метание.</p> <p>Лазание. Равновесие.</p>	<p>«Третий лишний»</p> <p>«Пожарные на учении»</p> <p>«Ручеек»</p>	<p>«Землемеры»</p> <p>«Попрыгунчики»</p> <p>«Ледяная карусель»</p> <p>«Сбей кеглю»</p> <p>«Забей в ворота»</p> <p>«Гонка колесниц»</p>

Подготовительная	<p>Учить детей строиться в колонну по три, перестроениям при ходьбе, ходьбе в полуприсяде, забрасывать мяч в корзину.</p> <p>Упражнять в умении владеть мячом, в метании мешочков с песком вдаль одной рукой, в ползании « по-пластунски» и лазании по гимнастической стенке.</p> <p>Развивать меткость, статическое равновесие, координацию движений.</p> <p>Воспитывать дружеские взаимоотношения в п/и.</p>	<p>Построение в колонну по 3.</p> <p>Ходьба с перестроением, в полуприсяде, бег с преодолением препятствий..</p> <p>Прыжки разными способами, с заданием.</p> <p>«Школа мяча», метание.</p> <p>Лазание,</p> <p>Равновесие.</p>	<p>«Третий лишний»</p> <p>«Пожарные на учении»</p> <p>«Ручеек»</p>	«Кольцеброс»
апрель				
Группы раннего возраста	<p>Учить детей ходить парами, не наталкиваясь друг на друга; прыгать в глубину, приземляясь на полусогнутые ноги.</p> <p>Упражнять в лазании по гимнастической лестнице, в разнообразных действиях с мячом.</p> <p>Развивать выносливость, чувство равновесия.</p>	<p>Ходьба парами.</p> <p>Бег в медленном темпе 30-40сек.</p> <p>Прыжки в глубину.</p> <p>Катание, бросание, ловля мяча.</p> <p>Лазание по гимнаст. лестнице.</p> <p>Равновесие.</p>	<p>«Жуки»</p> <p>«Мой веселый звонкий мяч»</p>	
Младшая	<p>Учить детей строиться в колонну по два, сохранять дистанцию; ходить приставным шагом вперед, прыгать в длину с места, прямым галопом, с высоты.</p> <p>Упражнять в бросании и ловле мяча, в метании в горизонтальную цель одной рукой, в пролезании в обруч.</p>	<p>Построение в колонну по два.</p> <p>Ходьба приставным шагом.</p> <p>Бег мелким и широким шагом.</p> <p>Прыжки.</p> <p>Катание обруча.</p> <p>Равновесие.</p>	<p>«Зайцы и волк»</p> <p>«Светофор и автомобили»</p>	

Средняя	<p>Учить детей ходить приставным шагом в сторону, бегать мелким и широким шагом, прыгать через скакалку.</p> <p>Упражнять в прыжках разными способами; В катании обруча, в пролезании через обруч боком.</p> <p>Развивать вестибулярный аппарат, умение владеть мячом.</p>	<p>Строевые упражнения</p> <p>Ходьба и бег в колонне по два, галоп.</p> <p>«Школа мяча».</p> <p>Ползание, пролезание.</p> <p>Равновесие.</p>	<p>«Платочек»</p> <p>«Горелки»</p>	<p>Катание на самокатах.</p> <p>(упражнения и подвижные игры)</p>
Старшая	<p>Учить детей прыгать через скакалку разными способами: на двух ногах, с ноги на ногу, вперед и назад.</p> <p>Упражнять в умении владеть мячом, в лазании по гимнастической стенке, в прыжках разными способами.</p> <p>Развивать меткость, вестибулярный аппарат.</p>	<p>Построение в колонну по три.</p> <p>Различные виды ходьбы.</p> <p>Бег на выносливость, челночный.</p> <p>«Школа мяча», метание.</p> <p>Лазание. Равновесие.</p>	<p>«Защита укрепления»</p>	<p>Элементы игры футбол.</p> <p>«Зайцы в огороде</p> <p>«Точный удар»</p> <p>«Чей мяч дальше»</p> <p>«Удочка»</p> <p>(Волошина с.65)</p> <p>Катание на самокатах.</p>
Подготовительная	<p>Учить детей прыгать через скакалку разными способами: на двух ногах, с ноги на ногу, вперед и назад.</p> <p>Упражнять в умении владеть мячом, в метании; в ползании и лазании по гимнастической стенке.</p> <p>Развивать меткость, статическое равновесие, координацию движений, вестибулярный аппарат.</p> <p>Воспитывать дружеские взаимоотношения в п/и, чувство единства команды.</p>	<p>Построение в колонну по три.</p> <p>Ходьба приставным шагом.</p> <p>Челночный бег.</p> <p>Прыжки через короткую скакалку.</p> <p>«Школа мяча», метание.</p> <p>Лазание,</p> <p>Равновесие.</p>	<p>«Караси и щука»</p> <p>«Платочек»</p> <p>«Шандер – мандер»</p>	
май				
Вторая группа раннего	<p>Закреплять ранее усвоенные детьми навыки и умения.</p> <p>На основе мониторинга выявить уровень развития двигательных качеств, уровень</p>	<p>Ходьба и бег друг за другом.</p> <p>Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед.</p> <p>Катание и бросание мяча.</p>	<p>«Воронята»</p> <p>«Пчелки»</p>	

Младшая	<p>владения двигательными навыками, соответствие физического развития ребенка возрастным нормам.          Определить, на сколько выполнены программные задачи по каждой возрастной группе.</p> <p>По результатам мониторинга скорректировать последующую работу с детьми.</p>	<p>Ходьба и бег в колонне, сохраняя направление.          Прыжки двух ног не менее 40 см          Лазание.          Катание, бросание и ловля мяча.          Метание.</p>	<p>«Гуси-лебеди»          «Горячий мяч»</p>
Средняя		<p>Строевые упражнения          Ходьба и бег в колонне с заданием.          «Школа мяча».          Прыжки разными способами.          Ползание.          Лазание.</p>	<p><u>Катание на велосипеде.</u>          «Пятнашки с ленточками»,          «Горячий мяч»</p>
Старшая		<p>Строевые упражнения          Ходьба и бег в колонне с заданием.          «Школа мяча».          Прыжки разными способами.          Ползание, лазание..</p>	<p><u>Катание на велосипеде.</u>          Упражнения 1 – 13          Игры с велосипедом:          «Гонки»          «восьмерка»</p>
Подготовительная		<p>Строевые упражнения          Ходьба и бег в колонне с заданием.          «Школа мяча».          Прыжки разными способами.          Ползание, лазание</p>	<p>«Достань предмет»  <u>Элементы игры баскетбол.</u>  <u>Катание на скейтбордах.</u></p>

## 2.4. Взаимодействие с семьями воспитанников.

### Задачи:

1. Знакомить родителей с результатами мониторинга физического развития детей.
2. Привлечь родителей в физкультурно-оздоровительную работу детского сада.
3. Оказывать практическую помощь родителям в воспитании здорового ребенка.
4. Способствовать расширению у родителей диапазона невербального общения с ребенком.
5. Знакомить родителей с результатами обследования физического развития детей.

Сроки	Формы взаимодействия	Тема
Сентябрь	Внесение в повестку дня групповых родительских собраний вопросов касающихся сохранения и укрепления здоровья родителей и детей. Индивидуальные консультации родителей вновь прибывших детей.	«Основные направления работы на новый учебный год». «Сохраним вместе здоровье наших малышей»
Октябрь	Индивидуальные беседы и консультации.	«Результатами мониторинга физического состояния детей; рекомендации».
Ноябрь	Индивидуальные беседы и консультации.	По запросу родителей
Декабрь	Проведение круглого стола	«Семейная пропаганда здорового образа жизни - как главное условие сохранения и укрепления здоровья дошкольников»
Февраль	Совместная с родителями работа по организации и проведению музыкально-спортивного праздника, посвященного Дню защитника Отечества. Проведение недели здоровья, с привлечением родителей обучающихся.	«Мой папа самый сильный»
Май	Общее родительское собрание. Индивидуальные беседы и консультации. Анкетирование родителей	«Итоги работы за год» «Результаты мониторинга двигательных умений и навыков детей».
В течение года	Изготовление нетрадиционного спортивного и оздоровительного оборудования	«
В течение года	Консультирование родителей (законных представителей) по вопросам здоровьесозидания детей (индивидуальные и групповые консультации, оформление групповых информационных стендов, изготовление памяток).	



### III. Организационный раздел

#### 3.1. Учебный план реализации ООП ДО по образовательной области «физическое развитие»

Возрастная группа	Количество НОД в неделю	Продолжительность НОД	
		в день (мин)	в неделю (мин)
<b>Инвариантная часть</b>			
Группы раннего возраста	2*	10 мин	20 мин
Младшая группа	2*	15 мин	30 мин
Средняя группа	2*	20 мин	40 мин
Старшая группа	2*	25 мин	50 мин
Подготовительная группа	2*	30 мин	60 мин
<b>Вариативная часть</b>			
Вечера развлечений, праздники	1-2 по плану учреждения	в зависимости от возраста обучающихся	

\*В соответствии с действующим СанПиНом в каждой возрастной группе проводятся 3 НОД по физической культуре в неделю. Из них: два НОД организуется в зале, одно – организуется на свежем воздухе (при благоприятных погодных условиях) во время прогулки в форме подвижных или спортивных игр воспитателями группы.

### 3.2.Режим двигательной активности воспитанников

№	Формы работы	Особенности организации	вторая группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
			Продолжительность, мин				
1	Образовательная деятельность по физической культуре	2 раза в неделю	10	15	20	25	30
2	Утренняя гимнастика	Ежедневно утром перед завтраком	5	6	8	10	12
3	Образовательная деятельность по музыкальному развитию	2 раза в неделю	10	15	20	25	30
4	Физкультминутки	Ежедневно во время образовательной деятельности	2	2	2	3	4
5	Подвижные игры на прогулке	Ежедневно утром и вечером	8	8	10	12	14
6	Физические упражнения на прогулке	Ежедневно утром и вечером	8	8	10	12	15
7	Физические упражнения после сна	Ежедневно	4	4	4	6	6
8	Индивидуальная работа	Ежедневно утром и вечером	4	5	7	8	10
9	Спортивные игры	Элементы игр на прогулке (первая половина дня)	–	–	10	12	15
10	Оздоровительный бег	Перед уходом в группу утром	3	3	4	5	6
11	Бассейн	1 раз в неделю	15	20	25	30	30
13	Спортивный досуг	1 раз в месяц (вторая половина дня)	10	15	20	25	30
14	Прогулки, походы, экскурсии за пределы д/сада	Один раз в месяц	–	20	20	20	30
15	Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно	Характер и продолжительность зависят от индивидуальных особенностей воспитанников				
	Время двигательной активности за неделю		6 часов	6 часов	8 часов	8 часов	8 часов и более

**Примерная система непрерывной образовательной деятельности детей по физической культуре**

	младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Понедельник	9.00 – 9.15 Познавательное развитие	9.00 – 9.20 Познавательное развитие	9.00 – 9.25 Познавательное развитие	9.00 – 9.30 Познавательное развитие
			9.35 – 9.55 Рисование	9.40 – 10.10 Музыка
	15.05–15.20 Физическая культура	15.30–15.50 Физическая культура	16.35–17.00 Физическая культура	15.55-16.25 Физическая культура
Вторник	9.00 – 9.15 Музыка	9.00 – 9.20 Развитие речи	9.00 – 9.20 Развитие речи	9.00 – 9.30 Познавательное развитие
	9.25 – 9.40 Лепка/аппликация	9.30 – 9.50 Музыка	9.30 – 9.55 Лепка/аппликация	9.40 – 10.10 Рисование
				10.20 – 10.50 Развитие речи
Среда	9.00 – 9.15 Развитие речи	9.00 – 9.20 Лепка/аппликация	9.00 – 9.25 Познавательное развитие	9.00 – 9.30 Лепка/аппликация
	9.25 – 9.40 Рисование	9.40 – 10.00 Музыка	9.35 – 9.55 Рисование	9.40–10.10 Познавательное развитие
				10.20 – 10.50 Музыка
			16.00 – 16.20 Музыка	
Четверг	9.00 – 9.15 Музыка	9.00 – 9.20 Познавательное развитие	9.00 – 9.25 Познавательное развитие	9.00 – 9.30 Развитие речи
				9.40 – 10.10 Рисование
	15.45–16.00 Физическая культура	15.15–15.35 Физическая культура	16.10–16.35 Физическая культура	17.10–17.40 Физическая культура (улица)
Пятница	9.00 – 9.15 Познавательное развитие	9.00 – 9.20 Рисование	9.00 – 9.25 Развитие речи	9.00 – 9.30 Познавательное развитие
			9.40 – 10.00 Музыка	15.45 – 16.15 Физическая культура
	17.00 – 17.15 Физическая культура (улица)	17.20 -17.40 Физическая культура (улица)	16.25 – 16.50 Физическая культура (улица)	

### 3.3. Планирование культурно – досуговой деятельности по физической культуре

дата	События, праздники, традиции	Тема	Участники	Ответственные
<b>СЕНТЯБРЬ</b>				
<b>01.09</b>	1 сентября – День знаний	«Мой город Санкт-Петербург»	старшая, подготовительная	музык. руковод, воспитатели
<b>02.09-09.09</b>	Тематическое мероприятие	«Моя будущая профессия»	все группы	воспитатели
<b>08.09</b>	8 сентября - Международный праздник распространения грамотности	Книжные выставки, совместное изготовление книг	старшая, подготовительная	воспитатели
<b>27.09</b>	27 сентября – День дошкольного работника	«Профессии людей, работающих в детском саду»	все группы	воспитатели
<b>26.09-30.09</b>	Неделя безопасности	«Опасности, которые нас подстерегают»	все группы	воспитатели
<b>ОКТАБРЬ</b>				
<b>05.10</b>	5 октября - Всемирный день учителя	Школа, «Дошкольник – будущий ученик»	подготовительная группа	воспитатели
<b>24.10-28.10</b>	Осенний праздник	«Разноцветная осень»	все группы	муз руковод,
<b>26.10</b>	26.10 – Международный день школьных библиотек	«Праздник книжки - моя любимая книга»	все группы	воспитатели
<b>НОЯБРЬ</b>				
<b>в течение месяца</b>	4 ноября – День народного единства	Наша Родина - Россия	все группы	воспитатели
		Мы дружные, веселые, мы все одна семья	подготовительная группа	инс. физ. культуры
<b>в течение месяца</b>	16 ноября – Международный День толерантности	Традиции народов разных национальностей, «Дружат дети всей земли»	все группы	воспитатели
<b>25.11</b>	25 ноября – День матери	Любимая мамочка (фотовыставка, мини-сочинение)	все группы	музык. руковод воспитатели
<b>ДЕКАБРЬ</b>				
<b>02.12</b>	3 декабря – День рождения детского сада	«Наш любимый детский сад»	все группы	воспитатели, муз руковод
<b>09.12.2016</b>	9 декабря - День Героев Отечества	«Герои дней минувших, герои наших дней»	средняя, старшая и подготовительная группа	воспитатели

<b>12.12-16.12</b>	22 декабря – День зимнего солнцестояния	Зимние гуляния и забавы	все группы	инс. физ. культуры, воспитатели
<b>23.12-29.12</b>	31 декабря – Новый год	«Мы встречаем Новый год»	все группы	музык. руковод
<b>ЯНВАРЬ</b>				
<b>11.01</b>	11 января – Всемирный день «Спасибо!»	«Будь вежлив каждый день»	все группы	воспитатели
<b>в течение месяца</b>	Дни воинской славы России (27 января - День снятия блокады Ленинграда)	«Дети блокадного Ленинграда»	подготовительная и старшая группы	воспитатели
<b>ФЕВРАЛЬ</b>				
<b>06.02. -10.02</b>	2017 год - год Экологии	Выставка дидактических игр по экологическому воспитанию	все группы	воспитатели
<b>в течение месяца</b>	23 февраля - День защитника Отечества	Наша Армия, профессии мужчин (фотовыставка, спортивный праздник для пап)	все группы	воспитатели, муз руковод инс. физ. культуры
<b>21.02.2017</b>	21 февраля - Международный день родного языка	Конкурс: «Лучшая загадка», «Конкурс чтецов»	младшая, средняя, старшая и подготовительная группа	музык. руковод, воспитатели
<b>20.02-24.02</b>	Масленица	Народные праздники и обычаи	все группы	инс. физ. культуры, музык. руковод
<b>МАРТ</b>				
<b>28.02-03.03</b>	8 марта - Международный женский день	Мамин праздник, женские профессии (утренники)	все группы	воспитатели, муз руковод
<b>в течение месяца</b>	27 марта – Международный день театра	Театрализация русских народных сказок «Сказка рядом»	подготовительная, старшая группы	воспитатели муз руковод
<b>27.03-31.03</b>	Всероссийская неделя музыки для детей и юношества	«Праздничный концерт»	подготовительная, старшая	инс. физ. культуры, старший воспитатель
<b>АПРЕЛЬ</b>				
<b>в течение месяца</b>	7 апреля – Всемирный день здоровья	Спортивные эстафеты, соревнования, развлечения	все группы	инс. физ. культуры воспитатели
<b>10.04-14.04</b>	12 апреля-День космонавтики и авиации	Первый космонавт, покорение космоса	все группы	воспитатели
<b>в течение месяца</b>	30 апреля - День пожарной охраны	«Правила пожарной безопасности»	младшая, средняя, старшая и подготовительная	воспитатели

			группа	
<b>МАЙ</b>				
<b>05.05</b>	9 мая – День Победы советского народа в Великой Отечественной войне!	Военные годы, военные профессии	старшая, подготовительная группа	воспитатели, муз руковод,
<b>12.05</b>	15 мая – Международный день семьи	Фото-выставки, выставки творческих работ	все группы	воспитатели
<b>26.05</b>	Выпускной балл	«До свиданья детский сад!»	подготовительная группа	воспитатели, муз руковод,
<b>27.05</b>	27 мая – День основания Санкт - Петербурга	«Наш дубимый город над Невой»	старшая, подготовительная группа	воспитатели

**3.4. Планирование мероприятий направленных на сохранение и укрепление здоровья обучающихся**

<i>Мероприятия, обеспечивающие решение данной задачи</i>	<i>Сроки проведения</i>	<i>Уровень мероприятия (ДОУ, районный, городской)</i>
<b>Задача – формирование культуры здорового и безопасного образа жизни всех участников образовательных отношений</b>		
<b><i>Проведение семинаров, круглых столов, мастер-классов, методических чтений по направлению здоровьесозидание</i></b>		
Проведение мастер-класса «Изготовление нетрадиционного спортивного и оздоровительного оборудования»	Октябрь	ДОУ
Проведение круглого стола «Семейная пропаганда здорового образа жизни - как главное условие сохранения и укрепления здоровья дошкольников»	Декабрь	ДОУ
Проведение семинара «Роль педагога в формировании основ культуры здорового образа жизни воспитанников ДОУ»	Ноябрь	ДОУ
<b><i>Проведение консультаций по направлению здоровьесозидание</i></b>		

<i>Мероприятия, обеспечивающие решение данной задачи</i>	<i>Сроки проведения</i>	<i>Уровень мероприятия (ДОУ, районный, городской)</i>
Консультирование родителей (законных представителей) по вопросам здоровьесозидания детей (индивидуальные и групповые консультации, оформление групповых информационных стендов, изготовление памяток).	В течение года	ДОУ
Внесение в повестку дня групповых родительских собраний вопросов касающихся сохранения и укрепления здоровья родителей и детей.	Сентябрь- Май	ДОУ
<b><i>Проведение фестивалей, конкурсов, олимпиад по направлению здоровьесбережение</i></b>		
Проведение недели здоровья, с привлечением родителей обучающихся.	Февраль	ДОУ
Проведение ежегодных спортивных соревнований среди воспитанников ГБДОУ детского сада № 23 Петродворцового района Санкт-Петербурга, ГБДОУ детского сада № Петродворцового района Санкт-Петербурга, ГБДОУ детского сада № 26 Петродворцового района Санкт-Петербурга и обучающихся первых классов ГБОУ СОШ № 602 Петродворцового района Санкт-Петербурга «Веселые старты».	Март-апрель	Районный
Проведение товарищеского матча по футболу между командами обучающихся ГБДОУ детского сада № 5 Петродворцового района Санкт-Петербурга, ГБДОУ детского сада № 23 Петродворцового района Санкт-Петербурга	Май	ДОУ
<b><i>Задача – создание условий для профилактики и оздоровления обучающихся (воспитанников)</i></b>		
Координация и контролирование деятельности педагогов групп детей раннего возраста по адаптации вновь пришедших детей.	Сентябрь	ДОУ
Изготовление нетрадиционного спортивного и оздоровительного оборудования.	В течение года	ДОУ

### 3.5. Организация развивающей предметно-пространственной среды в ДООУ

#### Организация развивающей предметно-пространственной среды в музыкально-физкультурном зале.

##### Перечень физкультурного оборудования.

1. Маты – 2 шт.
2. Баскетбольное кольцо – 2 шт.
3. Мягкие модули – 5 шт.
4. Гимнастические палки – 20 шт.
5. Набор «Кузнечик» -1 шт.
6. Канат – 1 шт.
7. Скакалки – 10 шт.
8. Массажный коврик – 1 шт.
9. Обручи большие – 3 шт.
10. Обручи малые – 15 шт.
11. Бадминтон – 1 шт.
12. Массажные мячики – 23 шт.
13. Мячи баскетбольные – 4 шт.
14. Мяч волейбольный -1 шт.
15. Набивные мячи – 2 шт.
16. Резиновые мячи большие -15 шт.
17. Туннели – 2 шт..
18. Дартс – 2 набора.
19. Мешочки с песком – 10 шт.
20. Скейтборды – 2 шт.
21. Фитбол-мячи – 4 шт.

##### Тренажеры:

1. Батут – 2 шт.
- 2.

#### 3.6 Перечень литературы, методических пособий, обеспечивающих реализацию образовательной деятельности в ДООУ.

Методические пособия	Наглядно – дидактические пособия	ЭОР
<ul style="list-style-type: none"><li>- Адашквичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду. М. Просвещение, 1992.</li><li>- Бочарова Н.И. Туристические прогулки в детском саду. М., АРКТИ, 2004.</li><li>- Вавилова Е. Н.. Учите бегать, прыгать, лазать, метать. Москва. «Просвещение» 1983.</li><li>- Громова О.Е. Спортивные игры для детей. М, ТЦ Сфера, 2009.</li><li>- Голицына Н.С., Бухарова Е.Е. Физкультурный калейдоскоп для дошкольников. М «Скрипторий 2003». 2006.</li><li>- Железняк Н.Ч. Желобкович Е.Ф.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Викторина «Энциклопедия футбола».</li><li>- Дидактические карточки «Спорт».</li><li>- Дидактический материал «Зимние виды спорта».</li></ul>	<p><a href="http://www.forkids.ru">http://www.forkids.ru</a> – «Отдых и досуг детей».</p> <p><a href="http://www.moi-detsad.ru">http://www.moi-detsad.ru</a>; <a href="http://ivalex.ucoz.ru">http://ivalex.ucoz.ru</a> - Все для детского сада.</p> <p><a href="http://skazkater.narod.ru">http://skazkater.narod.ru</a> - Сообщество сказкотерапевтов.</p> <p><a href="http://www.detskiysad.ru">http://www.detskiysad.ru</a> – «Детский сад.Ру – взрослым о детях»</p> <p><a href="http://adalin.mospsy.ru">http://adalin.mospsy.ru</a> - Психологический центр «АДАЛИН»</p>



Методические пособия	Наглядно – дидактические пособия	ЭОР
<p>100 комплексов ОРУ для младших дошкольников с использованием стандартного и нестандартного оборудования. М «Скрипторий 2003». 2010.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Железняк Н.Ч. Занятия на тренажерах. М «Скрипторий 2003». 2009.</li> <li>- Желобкович Е.Ф. Футбол в детском саду. М «Скрипторий 2003». 2009.</li> <li>- Желобкович Е.Ф. 150 эстафет для детей дошкольного возраста. М «Скрипторий 2003». 2010.</li> <li>- Картушина М.Ю. Сюжетные физкультурные занятия для детей средней группы ДОУ. М. «Скрипторий 2003». 2012.</li> <li>- Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления. М., ЛИНКА-ПРЕСС, 2000.</li> <li>- Лайзане С.Я. Физическая культура для малышей. М. Просвещение, 1987.</li> <li>- Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. Москва. Просвещение, 1986.</li> <li>- Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия с детьми 3 – 4 лет.. — М.Просвещение, 1983.</li> <li>- Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду. Система работы в средней группе - М. Мозаика-Синтез, 2012.</li> <li>- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в старшей группе. – М. Мозаика-Синтез 2012 год.</li> <li>- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе.- М. Мозаика - Синтез, 2012.</li> <li>- Пензулаева Л.И. «Подвижные игра и игровые упражнения для детей 5-7 лет» М. ВЛАДОС, 2001.</li> <li>- Пензулаева Л.И. «Подвижные игра и игровые упражнения для детей 3-</li> </ul>		

Методические пособия	Наглядно – дидактические пособия	ЭОР
<p>5 лет» М. ВЛАДОС, 2003.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. М.: Мозаика-Синтез 2014</li> <li>- Сочеванова Е.А. Комплексы утренней гимнастики для детей 3 – 4 лет. СПб. «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2005.</li> <li>- Сочеванова Е.А. Подвижные игры с бегом для детей 4-7 лет. СПб. «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2008.</li> <li>- Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр для детей 2-7 лет. Москва «МОЗАИКА-СИНТЕЗ», 2013.</li> <li>- Степаненкова Э.Я. Методика физического воспитания. М., «Воспитание дошкольника», 2005.</li> <li>- Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду. - М.: Изд. ГНОМ и Д, 2004.</li> <li>- Фролов В.Г.. Физкультурные занятия, игры, и упражнения на воздухе с детьми дошкольного возраста. Москва «Просвещение» 1983 год.</li> <li>- Харченко Т.Е. Бодрящая гимнастика для дошкольников. СПб. «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2011.</li> <li>- Щебеко В.Н., Ермак Н.Н. Физкультурные праздники в детском саду. Москва «Просвещение» 2000 год.</li> <li>- Шишкина В.А. «Движение+движение». Москва «Просвещение» 1992 год.</li> <li>- Щербак А.П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольных учреждениях. М. ВЛАДОС, 1999.</li> </ul>		

**IV Дополнительный раздел**  
**4.Краткая презентация Программы**

<i><b>Обязательная часть рабочей программы</b></i>	<i><b>Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений</b></i>
<p>разработана на основе основной образовательной программы дошкольного образования ДОУ ЧОУ «Школа разговорных языков» Санкт-Петербурга, методическое обеспечение «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. Основная часть программы реализуется в ходе проведения непрерывной образовательной деятельности.</p>	<p>строится на основе Программы «Здоровье», разработанная Образовательным учреждением, реализуется в ходе проведения праздников и вечеров развлечений, режимных моментов (различных видов гимнастик).</p>

- Программа по физическому развитию рассчитана на детей в возрасте от 3 до 7 лет.
- В ходе реализации образовательной области «физическое развитие» осуществляется интеграция с областями: социально-коммуникативное развитие, речевое развитие, познавательное развитие, художественно-эстетическое развитие.
- Работа с родителями осуществляется за счет проведения консультирования по результатам мониторинга физического развития детей, привлечения родителей в физкультурно-оздоровительную работу детского сада, оказание практической помощи родителям в воспитании здорового ребенка, расширение у родителей диапазона невербального общения с ребенком.