

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
средняя общеобразовательная школа № 10 имени Героя России Сергея Анатольевича  
Хихина г.о. Чапаевск Самарской области  
структурное подразделение «детский сад «Березка»

Принята:  
на Педагогическом совете СП «детский  
сад «Березка» ГБОУ СОШ № 10  
г.о. Чапаевск  
Протокол № 1  
от «25» 08 2021г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ  
ДУДИНОЙ Ю.В.

г.о. Чапаевск, 2021

## Содержание

|  |       |
|--|-------|
| <b>I. Целевой раздел</b> .....   | с.4   |
| <b>1.1. Обязательная часть</b> .....   | с.4   |
| 1.1.1. Пояснительная записка .....   | с.4   |
| а) цели и задачи реализации Программы.....   | с.5   |
| б) принципы и подходы к формированию Программы.....  | с.6   |
| в) характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста .....   | с.10  |
| 1.1.2. Планируемые результаты освоения Программы .....   | с.19  |
| <b>1.2. Часть, формируемая участниками образовательных отношений</b> .....   | с.24  |
| <b>II. Содержательный раздел</b> .....   | с.26  |
| <b>2.1. Обязательная часть</b> .....   | с.26  |
| 2.1.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в пяти образовательных областях, с учетом используемых вариативных примерных основных образовательных программ дошкольного образования и методических пособий, обеспечивающих реализацию данного содержания..... | с.26  |
| а) Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.....   | с.37  |
| б) Способы и направления поддержки детской инициативы.....   | с.41  |
| в) Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.....  | с.43  |
| 2.1.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов.....   | с.45  |
| а) Структура физкультурного занятия.....   | с.47  |
| б). интеграция образовательных областей.....   | с. 48 |
| 2.1.3. Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей.....   | с.49  |
| а) специальные условия для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья.....  | с.49  |
| б) механизмы адаптации Программы для детей с ОВЗ.....  | с.52  |
| в) использование специальных образовательных программ и методов, специальных методических пособий и дидактических материалов.....  | с.53  |
| г) проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий, взаимодействие специалистов.....   | с. 54 |
| 2.1.4. Коррекционно-развивающая работа с детьми с ОВЗ.....   | с. 55 |
| 2.1.5. Взаимодействие специалистов.....  | с. 62 |

|  |              |
|--|--------------|
| 2.1.6. Комплексно-тематический план.....   | с. 65        |
| <b>2.2. Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений.....</b>  | <b>с.103</b> |
| <b>III Организационный раздел.....</b>   | <b>с.114</b> |
| <b>3.1. Обязательная часть.....</b>  | <b>с.114</b> |
| 3.1.1. Описание материально-технического обеспечения Программы, обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания..... | с.114        |
| 3.1.2. Режим дня.....  | с.118        |
| 3.1.3. Учебный план.....   | с.122        |
| 3.1.4. Календарный учебный график.....   | с.123        |
| 3.1.3. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий.....  | с.131        |
| 3.1.4. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.....   | с.132        |
| <b>3.2. Часть, формируемая участниками образовательных отношений .....</b>   | <b>с.134</b> |
| 3.2.1. Методическое обеспечение части, формируемой участниками образовательных отношений.....  | с.134        |
| 3.2.2. Особенности организации образовательного процесса в части, формируемой участниками образовательных отношений.....                         | с.134        |
| 3.2.3. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды в части, формируемой участниками образовательных отношений.....      | с.135        |
| <b>IV. Дополнительный раздел программы.....</b>  | <b>с.136</b> |
| Краткая презентация Программы:   |              |
| 1) возрастные и иные категории детей, на которых ориентирована программа.....  | с.136        |
| 2) используемые примерные Программы.....   | с. 137       |
| 3) Характеристика взаимодействия педагогического коллектива с семьями детей.....   | с.137        |
| <b>Приложения</b>  |              |
| Приложение 1 Диагностические тесты двигательной активности детей.....  | с.141        |
| Приложение 2 План взаимодействия специалистов. Подготовительная к школе группа.....  | с.145        |
| Приложение 3 План взаимодействия специалистов. Старшая группа.....   | с.152        |
| Приложение 4 Перспективный план работы с родителями.....   | с. 161       |
| Приложение 5 План проведения физкультурно-массовых мероприятий.....  | с.165        |

# **1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

## **1.1. Обязательная часть**

### **1.1.1. Пояснительная записка**

Забота о всестороннем развитии подрастающего поколения постоянно находится в центре внимания Российской Федерации. Очень важной, составной частью гармоничного развития личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание всех этих качеств должно начинаться с детства. В связи с этим одной из актуальных задач физического воспитания дошкольников является разработка и использование таких методов и средств, которые способствовали бы функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делали бы его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды.

Использование разнообразных форм двигательной деятельности создает оптимальный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья ребенка. Многообразная деятельность детей, насыщенная эмоциональными играми, упражнениями, проводимыми на свежем воздухе в виде развлечений, способствует физической реакции детей, расслабления организма после умственной нагрузки, укреплению их здоровья полезными упражнениями и в плане всесторонней физической подготовки, и в плане активного отдыха детей являются спортивные игры и упражнения, в основе которых лежат все основные виды движений, выполняемых в самых разнообразных условиях.

Настоящая программа разработана на основе Примерной общеобразовательной программы дошкольного образования, образовательной программы ДОУ – Федеральным Государственным Образовательным Стандартом дошкольного образования.

Рабочая программа определяет содержание и организацию воспитательно-образовательного процесса по образовательной области «Физическое развитие» и направлена на сохранение и укрепление здоровья детей.

Рабочая программа ориентирована на воспитанников с 3 до 7 лет.

#### **а). цель и задачи реализации Программы**

Цель программы: Построение целостной системы с активным взаимодействием всех участников педагогического процесса, обеспечивающей оптимальные условия для перехода на новый, более высокий уровень работы по физическому развитию детей, формированию у них физических способностей и качеств с учетом их психофизического развития, индивидуальных возможностей и склонностей; обеспечивающей охрану и укрепление здоровья, формирование основ здорового образа жизни.

Реализация данной цели связана с решением следующих задач:

Обучающие:

- обучать детей основным видам движений и правилам их выполнения;
- формировать правильное отношение к физкультурным ОД и спортивным мероприятиям;
- формировать у воспитанников потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Развивающие:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- способствовать через двигательно-игровую деятельность эмоциональному развитию ребенка.
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Воспитательные:

- приобщать к здоровому образу жизни;
- воспитывать интерес и потребность к занятиям физической культурой;
- воспитывать чувство коллективизма, дух сотрудничества и взаимоуважения. Программа направлена на:
  - реализацию принципа доступности, учитывая возрастные особенности воспитанников;
  - соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», реализуя принцип систематичности и последовательности;
  - усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования дошкольниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно- оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

## **б). принципы и подходы к формированию Программы**

Эффективность решения данных задач зависит от правильного подбора принципов, подходов, методов в воспитании и развитии детей. Данная программа построена на основе подхода к проблеме развития психики ребенка.

В соответствии со Стандартом Программа построена на следующих **принципах**:

1. Поддержка разнообразия детства. МБДОУ 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. Этот принцип подразумевает полноценное проживание ребенком всех этапов детства (раннего и дошкольного детства),

обогащение (амплификацию) детского развития.

1. 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.

2. 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.

3. 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.

4. 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.

5. 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.

6. 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.

7. 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.

8. 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.

9. 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.

10. Инвариантность ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей Программы. При этом Программа оставляет за МБДОУ право выбора способов их достижения, выбора образовательных программ, учитывающих многообразие конкретных социокультурных, географических, климатических условий реализации Программы, разнородность состава групп воспитанников, их особенностей и интересов, запросов родителей (законных представителей), интересов и предпочтений

педагогов и т.п.

### **в). Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста**

У ребенка с 3 до 7 лет жизни под воздействием обучения условные связи закрепляются и совершенствуются. Повышается физическая подготовленность, совершенствуются психофизические качества. Таким образом, понимание особенностей развития нервной системы ребенка позволяет педагогом посредством упражнений и подвижных игр укреплять и совершенствовать его нервную систему. За период раннего и дошкольного детства непрерывно изменяются показатели физического развития: роста, массы тела, окружности головы, грудной клетки. За первый год жизни рост ребенка увеличивается примерно на 25 см. К 5 годам он удваивается по сравнению с первоначальным. Масса тела ребенка на первом году жизни утраивается по сравнению с массой при рождении. После года отмечаются прибавки на каждом году жизни по 2 – 2,5 кг. К 6 -7 годам она удваивается по сравнению с показателями годовалого ребенка. Костная система ребенка богата хрящевой тканью. Кости его мягкие, гибкие, недостаточно прочные, поэтому они легко поддаются как благоприятным, так и неблагоприятным воздействиям. Эти особенности костной системы требуют внимания педагогов к подбору физических упражнений, мебели, одежды и обуви в соответствии с функциональными и возрастными возможностями ребенка. Окостенение опорно-двигательного аппарата начинается с 2 – 3 лет. Оно происходит постепенно в течение всего дошкольного детства. В этот период формируются изгибы в шейном, грудном, поясничном отделах позвоночника. Физиологическое развитие позвоночника играет жизненно важную роль и влияет на формирование правильной осанки, техники движений, состояние внутренних органов, дыхательную и нервную системы. S – образный изгиб позвоночника предохраняет скелет

от травм при выполнении физических упражнений. В дошкольном детстве происходит формирование свода стопы. Оно начинается на первом году жизни и интенсивно продолжается с освоением ребенком ходьбы весь

дошкольный период. В укреплении свода стопы важнейшую роль играют физические упражнения. Важно также подобрать ребенку соответствующую обувь. В младшем возрасте у ребенка мышцы-сгибатели развиты больше, чем разгибатели, поэтому часто его движения и осанка бывают неправильными: сутулая спина, опущенная голова, сведенные плечи и т.д. К 5 годам увеличивается мышечная масса, нарастает мускулатура нижних конечностей, увеличиваются сила и работоспособность мышц. Сила мышц увеличивается с 3,5 – 4 кг к 7 годам. С 4 лет появляются различия в показателях у мальчиков и девочек. Значительно увеличивается становая сила - сила мышц туловища. Она увеличивается к 7 годам до 32 – 34 кг по сравнению с 15 – 17 кг в 3 – 4 года. Статическое состояние мышц называется мышечным тонусом. Мышечный тонус в дошкольном возрасте имеет большое значение для формирования правильной осанки. Мышечный тонус туловища создает естественный «мышечный корсет». С годами у ребенка укрепляются мышцы спины и живота. Это является результатом, как регулярного функционирования центральной нервной системы, так и положительным воздействием физических упражнений. В старшем дошкольном возрасте отмечается бурное развитие и перестройка в работе всех физиологических систем организма ребенка: нервной, сердечнососудистой, эндокринной, опорно-двигательной. Организм дошкольника развивается очень интенсивно. Ребенок быстро прибавляет в росте и весе, изменяются пропорции тела. На протяжении первых семи лет у него не только увеличиваются все внутренние органы, но и совершенствуются их функции. Происходят существенные изменения высшей нервной деятельности. По своим характеристикам головной мозг шестилетнего ребенка в большей степени приближается к показателям мозга взрослого человека. Организм ребенка в этот период свидетельствует о готовности к переходу на более высокую ступень возрастного развития, предполагающую более интенсивные умственные и физические нагрузки.

После пяти лет резко возрастает потребность ребенка в общении со сверстниками. В игре и других видах совместной деятельности дети

осуществляют обмен информацией, планирование, разделение и координацию функций. Постепенно складывается достаточно сплоченное детское общество. Существенно увеличиваются интенсивность и широта круга общения. Проявления в психическом развитии: - хочет заниматься интересными делами, умеет сам их находить; - стремится к контактам, проявляет доброжелательность в общении со взрослыми и сверстниками, адекватность в поведении, эмоциональную отзывчивость; - стремится к освоению нового (информации, игр, способов действия с различными предметами). Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно- связочный аппарат и мускулатура) у детей 6-7 лет еще далеко до завершения. Кости детей содержат значительное количество хрящевой ткани, суставы очень подвижны, связочный аппарат легко растягивается. В 6-8 лет заканчивается формирование физиологических изгибов позвоночника. Скелетная мускулатура ребенка 6-8 лет характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций и связок. Так, брюшной пресс ребенка 6 лет как мышечно- фасциальный комплекс еще слабо развит и не в состоянии выдержать значительные напряжения, например, связанные с подъемом тяжестей. К 6-7 годам хорошо развиты круглые мышцы живота, однако мелкие мышцы спины, имеющие большое значение для удержания правильного положения позвоночного столба, развиты слабее. К 6-7 годам заметно увеличивается сила мышц-разгибателей туловища, бедра и голени – это способствует развитию координированных двигательных актов (ходьба, бег, прыжки) и физических качеств (быстрота, сила, выносливость). Уровень развития костно-мышечной системы и двигательного анализатора у детей 6-7 лет дает им возможность, кроме естественных движений (ходьба, бег, прыжки), имеющих место в повседневной двигательной активности, воспроизводить ряд сложных двигательных действий. Качество выполнения этих движений позволяет сделать заключение об определенной моторной зрелости детей 6-7 лет. Старшие дошкольники отличаются высокой двигательной активностью, обладают достаточным запасом двигательных умений и навыков; им лучше удаются движения, требующие скорости и гибкости, а их сила и выносливость

пока еще не велики. В старшем дошкольном возрасте на фоне общего физического развития улучшается подвижность, уравновешенность, устойчивость нервных процессов, накапливается резерв здоровья: снижается частота заболеваний, они протекают сравнительно легко, чаще всего без осложнений. Однако дети все еще быстро устают, «истощаются» и при перегрузках возникает охранительное торможение. Поэтому одним из основных условий эффективности физического воспитания детей старшего дошкольного возраста является учет их возрастных особенностей. Таким образом, познание особенностей психофизического развития, формирования двигательных функций позволяет сделать вывод о необходимости создания для ребенка возможности правильно двигаться, т.е. заложить у него основы физической культуры. Важную роль здесь, об этом нельзя забывать, играют воспитание и обучение. Особое значение в воспитании здорового ребёнка придётся развитию движений и физической культуре детей в ходе непосредственно образовательной деятельности по физической культуре.

### **Характеристика детей с ОНР**

В детском саду функционируют группы комбинированной направленности, где обучаются дети с задержкой психического развития и с общим недоразвитием речи.

Основной контингент дошкольников в группах комбинированной направленности составляют *дети с общим недоразвитием речи (ОНР) II и III уровня речевого развития.*

*II уровень речевого развития* детей характеризуется начатками общеупотребительной речи. Дети используют в общении простые по конструкции или искаженные фразы, владеют обиходным словарным запасом, в основном пассивным. В их речи дифференцировано обозначаются названия предметов, действий, отдельных признаков. Дети пользуются предложениями только простой конструкции, состоящих из 2-3х слов. Лексический запас отстает от возрастной нормы. Дети нередко заменяют слова близкими по

смыслу, не владеют навыками словообразования. Делают грубые грамматические ошибки:

-путают падежные формы;

-употребляют существительные в именительном падеже, а глаголы в инфинитиве или форме третьего лица единственного и множественного числа настоящего времени;

-не согласуют число и род глагола с числом и родом существительного;

-не согласуют прилагательные и числительные с числом и родом существительных.

Пользование предложенными конструкциями также вызывает у детей затруднения: предлоги опускаются, а существительное употребляется в исходной форме, отмечаются случаи замены предлога. Союзы и частицы в их речи встречаются редко.

Фонетическая сторона речи также отстает от возрастной нормы: у детей нарушено произношение мягких и твердых звуков, шипящих, свистящих, звонких и глухих соноров. Нередко ребенок, воспроизводя контур слов, нарушает их звуконаполняемость: переставляет слоги, звуки, заменяет и употребляет слоги, звуки, заменяет и уподобляет слоги, сокращает звуки при стечении согласных.

При специальном обследовании таких детей обычно выявляется недостаточная развитость их восприятия, их неподготовленность к овладению звуковым анализом и синтезом (они не умеют выбрать картинку с заданным звуком, определить первый звук в слове и т. д.)

*При III уровне речевого развития* в развернутой фразовой речи наблюдаются элементы лексико-грамматического и фонетико-фонематического недоразвития. Владея речью на данном уровне, дети могут общаться с окружающими, но только в присутствии родителей (воспитателей), дающих соответствующие пояснения. Свободное общение у детей данной категории крайне затруднено. Даже те звуки, которые дети умеют правильно произносить, в самостоятельной речи звучат недостаточно четко. Характерным для них

является и недифференцированное произнесение звуков (в основном свистящих, шипящих, аффрикат и соноров), когда один звук заменяет сразу два или несколько звуков данной фонетической группы. Наблюдается также замена групп звуков более простыми по артикуляции, чаще всего соноров, свистящих; нестойкие замены, когда один и тот же звук в разных словах произносится по-разному или когда изолированно ребенок произносит определенные звуки верно, а в словах и предложениях взаимозаменяет. Отмечаются также ошибки в слоговой структуре слова. Правильно повторяя вслед за логопедом 3-4 сложных слова, дети нередко в самостоятельной речи искажают их, сокращая число слогов. Множество ошибок наблюдается при передаче звуконаполняемости слов: перестановки и замены звуков и слогов, сокращения при стечении согласных в слове.

Словарь таких детей также значительно отстает от нормы. Не зная названий многих частей предметов, они заменяют их названием самого предмета или действия, заменяют слова, близкие по ситуации и внешним признакам.

Плохо дети различают названия формы предметов. Называя круглые предметы, они не могут указать овальные, квадратные, треугольные.

Дети допускают довольно стойкие грамматические ошибки: неверное согласование прилагательного с существительным в роде и падеже; смешение родовой принадлежности существительных; неверное согласование числительного с существительным всех 3-х родов; опускание предлогов; замены их; недоговаривание.

Для детей с общим недоразвитием речи характерен низкий уровень развития основных свойств внимания. У некоторых из них отмечается недостаточная устойчивость внимания, ограниченные возможности его распределения. Речевое отставание отрицательно сказывается и на развитии памяти. Дети часто забывают сложные инструкции, опускают некоторые их элементы, меняют последовательность предложенных заданий.

Дети отстают в развитии наглядно-образной сферы мышления, им

присуще некоторое отставание в развитии двигательной сферы. Наибольшие трудности представляет выполнение движений по словесной и особенно многоступенчатой инструкциям. У детей с ОНР наблюдаются особенности в формировании мелкой моторики рук. Это проявляется прежде всего в недостаточной координации пальцев рук (при расстегивании и застегивании пуговиц, завязывании и развязывании шнурков, лент и т. д.)

**У детей с ЗПР** наблюдается отставание в развитии общей и ручной моторики, страдает техника движений и двигательные качества, координация движений. Особенно заметно несовершенство мелкой моторики рук, в связи с этим затруднено формирование навыков письма.

Для детей данной категории характерна рассеянность внимания, они не способны удерживать внимание достаточно длительное время и переключать его при смене деятельности. Для них характерна повышенная отвлекаемость, посторонние раздражители вызывают значительное замедление выполняемой ими деятельности и увеличивают число ошибок.

Процесс восприятия (зрительного, слухового, тактильного) несколько затруднен: снижен его темп, сужен объем, недостаточна точность восприятия. Об этом свидетельствует прежде всего недостаточность, ограниченность, фрагментарность знаний детей об окружающем мире, о себе и своем окружении.

Пространственное восприятие формируется в процессе сложного взаимодействия зрения, двигательного анализатора и осязания. С недоразвитием пространственной функции связаны трудности в овладении знаниями и навыками по математике, чтению и письму, где очень важно различать расположение элементов. Затруднена ориентировочно-исследовательская деятельность, направленная на исследование свойств и качеств предметов (умение применять обследовательские действия).

В наибольшей степени страдает вербальная память. Дети с трудом запоминают тексты, стихотворения, плохо удерживают в уме цель и условные задачи.



Своеобразие отмечается и в развитии мыслительной деятельности, которое проявляется:

- в крайне низкой познавательной активности;
- в отсутствии потребности ставить перед собой цель, планировать свои действия;
- в нарушении динамических сторон мыслительных процессов;
- в несформированности умственных операций анализа, синтеза, абстрагирования, обобщения, сравнения.
- Замедлен процесс формирования мыслительных операций.

У детей с ЗПР отмечается слабость словесной регуляции действий. Дети затрудняются в планировании деятельности, в сопровождении речью своих действий, в умении давать словесный отчет о выполнении.

У многих детей с ЗПР отмечается эмоциональная неустойчивость, отсутствие интереса, быстрая истощаемость, отсутствие целенаправленности и использования рациональных способов выполнения практической и интеллектуальной деятельности.

***Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:***

-ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;

-ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться

успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;

-ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;

-ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выразить свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;

-у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;

-ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;

-ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

## 1.1.2. Планируемые результаты освоения Программы

### Физическое развитие

#### Четвертый год жизни. 2-я младшая группа

- Ребенок с желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен.

- При выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с

возрастными возможностями координацию движений, подвижность в суставах, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое.

- Уверенно выполняет задания, действует в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх.

- Проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре.

- С удовольствием применяет культурно-гигиенические навыки, радуется своей самостоятельности и результату.

- С интересом слушает стихи и потешки о процессах умывания, купания.

#### Пятый год жизни. Средняя группа

- В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость.

- Уверенно и активно выполняет основные движения, основные элементы

общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, хорошо развита крупная и мелкая моторика рук.

- Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности.

- Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.
- Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна.
- Ребенок проявляет элементарное творчество в двигательной

деятельности:

видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.

- С интересом стремится узнать о факторах, обеспечивающих здоровье,

с удовольствием слушает рассказы и сказки, стихи о здоровом образе жизни, любит рассуждать на эту тему, задает вопросы, делает выводы.

- Может элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания.

- Стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации.

- Умеет в угрожающих здоровью ситуациях позвать на помощь взрослого.

### **Шестой год жизни. Старшая группа**

- Двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных основных движений,

общеразвивающих, спортивных упражнений).

- В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую выносливость,

быстроту, силу, координацию, гибкость.

- В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и

физическом совершенствовании.

- Ребенок проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений.

- Имеет представления о некоторых видах спорта.
- Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений.
- Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру.
- Мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей.
- Умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.
- Готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью).

### **Седьмой год жизни. Подготовительная группа**

- Двигательный опыт ребенка богат; результативно, уверенно, мягко, выразительно с достаточной амплитудой и точно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные).
- В двигательной деятельности ребенок успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость.
- Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.
- Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, к самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.

- Имеет начальные представления о некоторых видах спорта.
- Имеет представления о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его.
- Владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может определять состояние своего здоровья.
- Может оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, приложить холод к ушибу, обратиться за помощью к взрослому).

**Оценочные материалы** (педагогическая диагностика индивидуального развития детей 2-7 лет) см. Н.В.Верещагина «Диагностика педагогического процесса», издательство СПб «Детство-Пресс», 2017г., М.А.Рунова диагностические тесты (Двигательная активность ребенка в детском саду. – М, 2004). Приложение №1

Проверка физической подготовленности детей проводится два раза в год – в сентябре и мае. Инструктор подбирает упражнения для разминки к каждому из видов движений, знакомит детей с правилами выполнения заданий и командами. Также готовят протоколы обследования.

Медицинская сестра оценивает состояние здоровья детей и в случае необходимости освобождает от выполнения заданий.

Результаты обследования анализируются и обсуждаются на педсоветах и родительских собраниях. Это дает возможность выявить недостатки в развитии движений детей и наметить перспективы в работе.

## **Планируемые результаты развития детей с ОНР**

### ***Младший дошкольный возраст (с 3 до 4 лет)***

Ребенок может совершать прыжки на месте на двух ногах и прыжки в длину с места, прыжки с продвижением, в играх, умеет перепрыгивать через

шнур, канат, доску шириной 10 см; может влезть на две-три перекладины гимнастической стенки с помощью взрослого; может ходить и бегать на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по кругу, с перешагиванием через предметы, умеет ходить по доске, гимнастической скамейке шириной 15 см; может бросать предметы в горизонтальную цель, расположенную на расстоянии 1 м, сначала одной, потом другой рукой, умет бросать мяч от груди обеими руками; может повторить вслед за взрослым простые движения, не проявляя при этом раскоординированности и моторной неловкости; умеет выполнять упражнения для рук и плечевого пояса, для туловища, для ног с предметами и без предметов; принимает активное участие в организованной взрослым двигательной деятельности; проявляет активность во время бодрствования, адекватен, доброжелателен, в хорошем настроении; умеет самостоятельно мыть и вытирать руки, пользоваться салфеткой и носовым платком, делает это ловко и аккуратно.

#### ***Средний дошкольный возраст (с 4 до 5 лет)***

Ребенок может совершать прыжки на месте на двух ногах и прыжки в длину с места на 50 см; может лазать по гимнастической стенке вверх и вниз приставным и чередующимся шагом; может ходить по доске и гимнастической скамейке, удерживая равновесие; ходит и бежит с преодолением препятствий; может бросать мяч от груди, из-за головы и ловить его; активно участвует в организованной взрослым двигательной деятельности; выполняет перестроения, делает упражнения с музыкальным и речевым сопровождением; проявляет активность во время бодрствования; ребенок умеет аккуратно мыть и вытирать руки, пользоваться салфеткой, носовым платком, причесываться; у ребенка сформированы представления об опасности.

#### ***Старший дошкольный возраст (с 5 до 7 лет)***

Общая и ручная моторика ребенка развиты в соответствии с возрастной нормой, все движения выполняются в полном объеме, нормальном темпе; координация движений не нарушена; ребенок ходит прямо, свободно, не опуская голову, может пробежать в медленном темпе 200 метров; может

прыгнуть в длину с места на 60 сантиметров, отталкиваясь двумя ногами; умеет бросать мяч от груди, из-за головы и ловить его двумя руками; может ходить по гимнастической скамейке, удерживая равновесие; может лазать по гимнастической стенке вверх и вниз; охотно выполняет гигиенические процедуры, знает, что нужно ежедневно гулять, делать зарядку; у ребенка сформированы навыки безопасного поведения дома, в детском саду, на улице, в транспорте; в мимической мускулатуре движения выполняются в полном объеме и точно, синкинезии отсутствуют; артикуляционная моторика в норме, движения выполняются в полном объеме и точно; переключаемость в норме; синкинезии и тремор отсутствуют; саливация в норме.

## **1.2. Часть, формируемая участниками образовательных отношений**

### **Образовательная область «Физическое развитие»**

**Методическое пособие Е.В.Сулим «Детский фитнес» (*старший дошкольный возраст*)**

Основной **целевой** установкой детского фитнеса является содействие всестороннему развитию физических и духовных сил дошкольников.

**Задачи** детского фитнеса:

- Оптимизировать рост и развитие опорно – двигательного аппарата (формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия);
- Совершенствовать физические способности (развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скорость, координацию);
- Развивать психические качества: внимание, память, воображение, умственные способности;
- Развивать и функционально совершенствовать органы дыхания, кровообращения, сердечно – сосудистую и нервную системы организма;



- Создавать условия для положительного психоэмоционального состояния детей;
- Воспитывать умение выражать эмоции, раскрепощенность и творчество в движении;
- Повышать интерес к физкультурным занятиям.

## II Содержательный раздел

### 2.1. Обязательная часть

#### 2.1.1. Описание образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическое воспитание»

| Возрастная группа  | Основные направления | Задачи   | Содержание деятельности   |
|--|----------------------|--|---|
| <p><b>Образовательная область «Физическое развитие»</b><br/> <b>Цель:</b> 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 наносящем ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)</p> |                      |  |   |
| 2 группа раннего возраста  |                      | <p>1. Способствовать формированию естественных видов движений (ходьба, ползание, лазание, попытки бега и подпрыгивания вверх и пр.). 2. Обогащать двигательный опыт выполнением игровых действий с предметами и игрушками, разными по форме, величине, цвету, назначению. 3. Формировать умение ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга. 4. Развивать сенсомоторную</p> | <p>Движения малышей развиваются и совершенствуются на протяжении всего времени пребывания ребенка в детском саду: на утренней гимнастике, занятиях по физической культуре, на прогулке, в подвижных играх, самостоятельной двигательной деятельности. При объяснении двигательных заданий воспитатель показывает, поясняет, образно рассказывает, помогает и страхует, подбадривает, хвалит, поддерживает у детей чувство удовольствия и уверенности в себе. Поощряются доброжелательность и дружелюбие в общении со сверстниками и взрослыми. Общеразвивающие упражнения заключаются в движениях головы, рук, ног, а также движения туловища из положения тела стоя, сидя, лежа на спине, переворачивание со спины на бок, живот и обратно. Выполнение общеразвивающих упражнений с мелкими предметами (погремушками, колечками, платочками), рядом с предметами (стул, скамейка) и на них. Выполнение определенных упражнений в основных движениях — ходьба парами, по кругу, в заданном направлении; «стайкой»</p> |

|                  |  |  |   |
|------------------|--|--|---|
|                  |  | <p>активность, крупную и тонкую моторику, двигательную координацию.</p> <p>5. Формировать элементарные культурно-гигиенические навыки.</p>   | <p>за воспитателем; огибая предметы; приставными шагами вперед. Бег за воспитателем и от него; в разных направлениях. Прыжки на двух ногах на месте с легким продвижением вперед; подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка. Активное ползание, лазание: проползание; подползание; перелезание. Катание, бросание, ловля: скатывание мячей с горки; катание мячей, шаров в паре с воспитателем. Основные движения и другие действия в игровых ситуациях возможно организовывать в подвижных играх, игровых упражнениях, преимущественно связанные с ходьбой и бегом <i>Культурно-гигиенические навыки</i>. Формирование культурно-гигиенических навыков начинается с полутора лет. В этом возрасте дети становятся более самостоятельными в мытье рук; умывании; полоскании рта; раздевании; пользовании горшком.</p>   |
| 1 младшая группа |  | <p>1. Обогащать детский двигательный опыт, способствовать освоению основных движений, развитию интереса к подвижным играм и согласованным двигательным действиям. 2. Обеспечивать смену деятельности детей с учетом степени ее эмоциональной насыщенности, особенностей двигательной и интеллектуальной активности детей. 3. Создать все условия для успешной адаптации каждого ребенка к условиям детского сада. 4. Укреплять здоровье детей, реализовывать систему</p> | <p>Узнавание детьми разных способов ходьбы, прыжков, ползания и лазания, катания, бросания и ловли, построений, исходные положения в общеразвивающих упражнениях. Освоение простейших общих для всех правил в подвижных играх. Узнавание о возможности передачи в движениях действий знакомых им зверей, домашних животных, птиц, рыб, насекомых, сказочных персонажей. На 3-м году жизни происходит освоение разнообразных физических упражнений, общеразвивающих упражнений, основных движений, подвижных игр и их правил. По мере накопления двигательного опыта у малышей идет формирование новых двигательных умений: строиться парами, друг за другом; сохранять заданное направление при выполнении упражнений; активно включаться в выполнение упражнений; ходить, не сталкиваясь и не мешая друг другу; сохранять равновесие на ограниченной площади опоры; бегать, не мешая друг другу, не наталкиваясь друг на друга; подпрыгивать на месте, продвигаясь вперед; перепрыгивать через предметы, лежащие на полу, мягко приземляться; бросать мяч воспитателю и ловить брошенный им мяч; подтягиваться на скамейке, лежа на груди; ползать на четвереньках, перелезть через предметы; действовать по указанию воспитателя, активно включаться в подвижные игры. Участие в многообразных играх и игровых упражнениях, которые направлены на развитие наиболее значимых в этом</p> |

|                  |   |   |  |
|------------------|---|---|--|
|                  |   | <p>закаливания. 5. Продолжать формирование умения ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног, действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры.</p>   | <p>возрасте скоростно-силовых качеств и быстроты (особенно быстроты реакции), а также на развитие силы, координации движений. Упражнения в беге содействуют развитию общей выносливости.</p>   |
| 2 младшая группа | <p>Двигательная деятельность</p> <p>Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами</p> | <p>1. Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.</p> <p>2. Целенаправленно развивать у детей физические качества: скоростносиловые, быстроту реакции на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию координации, общей выносливости, силы, гибкости.</p> <p>3. Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно</p> | <p><i>Двигательная деятельность</i> <i>Порядковые упражнения. Построения и перестроения:</i> свободное, врассыпную, в полукруг, в колонну по одному, по два (парами), в круг в колонну, парами, находя свое место в пространстве. Повороты на месте переступанием. <i>Общеразвивающие упражнения.</i> Традиционные двухчастные общеразвивающие упражнения с одновременными и однонаправленными движениями рук, ног, с сохранением правильного положения тела, с предметами и без предметов в различных положениях (стоя, сидя, лежа). Начало и завершение выполнения упражнений по сигналу. <i>Основные движения. Ходьба.</i> Разные способы ходьбы (обычная, на носках, на месте с высоким подниманием бедра, с заданиями). Ходьба, не опуская головы, не шаркая ногами, согласовывая движения рук и ног. Ходьба «стайкой», в колонне по одному, парами, в разных направлениях, за ведущим по ориентирам; с заданиями: ходьба по кругу, «змейкой», с остановками, с приседанием, с изменением темпа; ходьба между линиями, шнурами, по доске, ходьба и бег со сменой темпа и направления. <i>Бег,</i> не опуская головы. <i>Прыжки.</i> Прыжки в длину с места, в глубину (спрыгивание), одновременно отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь на две ноги; подскоки на месте с продвижением вперед, из круга в круг, вокруг предметов и между ними. <i>Катание, бросание, метание.</i> Прокатывание мячей, отбивание и ловля мяча кистями рук, не прижимая его к груди; бросание предметов одной и двумя руками</p> |

|                |   |   |   |
|----------------|---|---|---|
|                |   | <p>выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя.</p> <p>4. Развивать умения самоуст. правильно умываться, причесываться, пользоваться носовым платком, туалетом, одеваться и раздеваться при незначительной помощи, ухаживать за своими вещами и игрушками</p> <p>5. Развивать навыки культурного поведения во время еды, прав. пользоваться ложкой, вилок, салфеткой.</p> | <p>вдаль, в горизонтальную и вертикальную цели. <i>Лазание</i> по лестнице-стремянке и вертикальной лестнице приставным шагом, перелезание и пролезание через и под предметами, не касаясь руками пола. <i>Музыкально-ритмические упражнения.</i> <i>Спортивные упражнения:</i> катание на трехколесном велосипеде; ступающий шаг и повороты на месте на лыжах; скольжение по ледяным дорожкам с помощью взрослых. <i>Подвижные игры.</i> Основные правила в подвижных играх. <b><i>Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами</i></b> Элементарные умения и навыки личной гигиены (умывание, одевание, купание, навыки еды, уборки помещения и др.), содействующие поддержанию, укреплению и сохранению здоровья; элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью. Основные алгоритмы выполнения культурно-гигиенических процедур.</p>   |
| Средняя группа | <p>Двигательная деятельность</p> <p>Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами</p> | <p>1. Развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений, соблюдать правила в подвижных играх и контролировать их выполнение, самостоятельно проводить подвижные игры и упражнения, ориентироваться в пространстве, воспринимать</p>  | <p><b><i>Двигательная деятельность</i></b> <i>Порядковые упражнения.</i> Построение в колонну по одному по росту. Перестроения из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего, самостоятельное перестроение в звенья на ходу по зрительным ориентирам. Повороты переступанием в движении и на месте направо, налево и кругом на месте. <i>Общеразвивающие упражнения.</i> Традиционные четырехчастные общеразвивающие упражнения с четким сохранением разных исходных положений в разном темпе (медленном, среднем, быстром), выполнение упражнений с напряжением, с разными предметами с одновременными и поочередными движениями рук и ног, махами, вращениями рук; наклоны вперед, не сгибая ноги в коленях, наклоны (вправо, влево), повороты. <i>Основные движения.</i> Представления о зависимости хорошего результата в упражнении от правильного выполнения главных элементов техники: в беге — активного толчка и выноса маховой ноги; в прыжках — энергичного толчка и маха руками вперед — вверх; в метании — исходного положения,</p> |

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
|  |  | <p>показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений, оценивать движения сверстников и замечать их ошибки. 2. Целенаправленно развивать скоростно-силовые качества, координацию, общую выносливость, силу, гибкость.</p> <p>3. Формировать у детей потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни.</p> <p>4. Развивать умения самостоятельно и правильно совершать процессы умывания, мытья рук; самостоятельно следить за своим внешним видом; вести себя за столом во время еды; самостоятельно одеваться и раздеваться, ухаживать за своими вещами (вещами личного пользования).</p> | <p>замаха; в лазании — чередующегося шага при подъеме на гимнастическую стенку одноименным способом. Подводящие упражнения. <i>Ходьба</i> с сохранением правильной осанки, заданного темпа (быстрого, умеренного, медленного). <i>Бег</i>. Бег с энергичным отталкиванием мягким приземлением и сохранением равновесия. Виды бега: в колонне по одному и парами, соразмеряя свои движения с движениями партнера, «змейкой» между предметами, со сменой ведущего и темпа, между линиями, с высоким подниманием колен; со старта из разных исходных позиций (стоя, стоя на коленях и др.); на скорость (15—20 м, 2—3 раза), в медленном темпе (до 2 мин), со средней скоростью 40—60 м (3—4 раза); челночный бег (5×3=15), ведение колонны. <i>Бросание, ловля, метание</i>. Ловля мяча с расстояния 1,5 м, отбивание его об пол не менее 5 раз подряд. Правильные исходные положения при метании. <i>Ползание, лазание</i>. Ползание разными способами; пролезание между рейками лестницы, поставленной боком; ползание с опорой на стопы и ладони по доске, наклонной лестнице, скату; лазание по гимнастической стенке, подъем чередующимся шагом, не пропуская реек, перелезание с одного пролета лестницы на другой вправо, влево, не пропуская реек. <i>Прыжки</i>. Прыжки на двух ногах с поворотами кругом, со сменой ног; ноги вместе — ноги врозь; с хлопками над головой, за спиной; прыжки с продвижением вперед, вперед-назад, с поворотами, боком (вправо, влево); прыжки в глубину (спрыгивание с высоты 25 см); прыжки через предметы высотой 5—10 см; прыжки в длину с места, вверх с места (вспрыгивание на высоту 15—20 см). Сохранение равновесия после вращений или в заданных положениях: стоя на одной ноге, на приподнятой поверхности. <i>Подвижные игры</i>: правила; функции водящего. Игры с элементами соревнования. Подвижные игры и игровые упражнения на развитие крупной и мелкой моторики рук, быстроты реакции, скоростно-силовых качеств, координации, гибкости, равновесия. <i>Спортивные упражнения</i>. Ходьба на лыжах — скользящий шаг, повороты на месте, правила надевания и переноса лыж под рукой. Скольжение по ледяным дорожкам на двух ногах самостоятельное. Катание на санках (подъем с санками на горку, скатывание с горки, торможение при спуске; катание на</p> |
|--|--|--|---|

|                |   |  |   |
|----------------|---|--|---|
|                |   |  | <p>санках друг друга). Катание на двух- и трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, «змейкой», с поворотами. <i>Ритмические движения</i>: танцевальные позиции (исходные положения); элементы народных танцев; разный ритм и темп движений; элементы простейшего перестроения по музыкальному сигналу, ритмичные движения в соответствии с характером и темпом музыки. <b>Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами</b></p> <p>Представления об элементарных правилах здорового образа жизни, важности их соблюдения для здоровья человека; о вредных привычках, приводящих к болезням; об опасных и безопасных ситуациях для здоровья, а также как их предупредить. Основные умения и навыки личной гигиены (умывание, одевание, купание, навыки еды, уборки помещения и др.), содействующие поддержанию, укреплению и сохранению здоровья, элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью. Основные алгоритмы выполнения культурно-гигиенических процедур.</p>  |
| Старшая группа | <p>Двигательная деятельность</p> <p>Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами</p> | <p>1. Развивать умения осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений).</p> <p>2. Развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей.</p> <p>3. Формировать первоначальные представления и умения в</p> | <p><b>Двигательная деятельность</b> <i>Порядковые упражнения</i>: порядок построения в шеренгу, из шеренги в колонну, в две колонны, в два круга, по диагонали, «змейкой» без ориентиров, способы перестроения в 2 и 3 звена. Сохранение дистанции во время ходьбы и бега. Повороты направо, налево, на месте и в движении на углах. <i>Общеразвивающие упражнения</i>: четырехчастные, шестичастные традиционные общеразвивающие с одновременным последовательным выполнением движений рук и ног, одноименной и разноименной координацией. Освоение возможных направлений и разной последовательности действий отдельных частей тела. Способы выполнения общеразвивающих упражнений с различными предметами, тренажерами. Подводящие и подготовительные упражнения. Представление о зависимости хорошего результата в основных движениях от правильной техники выполнения главных элементов: в скоростном беге — выноса голени маховой ноги вперед и энергичного отталкивания, в прыжках с разбега — отталкивания, группировки и приземления, в метании — замаха и броска. <i>Ходьба</i>. Энергичная ходьба с сохранением правильной осанки и равновесия при передвижении по ограниченной площади опоры.</p> |

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
|  |  | <p>спортивных играх и упражнениях.</p> <p>4. Развивать творчество в двигательной деятельности.</p> <p>5. Воспитывать у детей стремление самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.</p> <p>6. Развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу.</p> <p>7. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.</p> <p>8. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании, развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни,</p> | <p><i>Бег.</i> На носках, с высоким подниманием колен, через и между предметами, со сменой темпа. Бег в медленном темпе 350 м по пересеченной местности. Бег в быстром темпе 10 м (3—4 раза), 20—30 м (2—3 раза), челночный бег 3×10 м в медленном темпе (1,5—2 мин). <i>Прыжки.</i> На месте: ноги скрестно — ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге 4—5 м. Прыжки через 5—6 предметов на двух ногах (высота 15—20 см), вспрыгивание на предметы: пеньки, кубики, бревно (высотой до 20 см). Подпрыгивание до предметов, подвешенных на 15—20 см выше поднятой руки. Прыжки в длину с места (80—90 см), в высоту (30—40 см) с разбега 6—8 м; в длину (на 130—150 см) с разбега 8 м. Прыжки в глубину (30—40 см) в указанное место. Прыжки через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад. <i>Бросание, ловля и метание.</i> «Школа мяча» (разнообразные движения с мячами). Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами. Бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4—6 раз подряд. Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5—6 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю). Метание вдаль (5—9 м) в горизонтальную и вертикальную цели (3,5—4 м) способами прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо. <i>Ползание и лазание.</i> Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 40—50 см). Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом с разноименной координацией движений рук и ног, лазание ритмичное, с изменением темпа. Лазание по веревочной лестнице, канату, шесту свободным способом. Подвижные игры с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием на развитие физических качеств и закрепление двигательных навыков. Игры-эстафеты. Правила в играх, варианты их изменения, выбора ведущих. Самостоятельное проведение</p> |
|--|--|---|---|



|                         |   |   |   |
|-------------------------|---|---|---|
|                         |   | <p>здоровьесберегающего и здоровьесформирующего поведения.</p> <p>9. Развивать самостоятельность детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек здорового образа жизни. 10. Развивать умения элементарно описывать свое самочувствие и привлекать внимание взрослого в случае недомогания.</p> | <p>подвижных игр. <i>Спортивные игры.</i> Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5—6 м) и полукона (2—3 м). Баскетбол: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам. Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с воспитателем. Футбол: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; обведение мяча между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3—5 м); игра по упрощенным правилам. <i>Спортивные упражнения:</i> скользящий переменный лыжный ход, катание на двухколесном велосипеде и самокате. <b><i>Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами</i></b> Признаки здоровья и нездоровья человека, особенности самочувствия, настроения и поведения здорового человека. Правила здорового образа жизни, полезные (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена, занятия физической культурой и спортом) и вредные для здоровья привычки. Особенности правильного поведения при болезни, посильная помощь при уходе за больным родственником дома. Некоторые правила профилактики и охраны здоровья: зрения, слуха, органов дыхания, движения. Представление о собственном здоровье и здоровье сверстников, об элементарной первой помощи при травмах, ушибах, первых признаках недомогания.</p> |
| Подготовительная группа | <p>Двигательная деятельность</p> <p>Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами</p> | <p>1. Развивать умение точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности.</p> <p>2. Развивать и закреплять двигательные умения и</p>                             | <p><b><i>Двигательная деятельность</i></b> <i>Порядковые упражнения.</i> Способы перестроения. Самостоятельное, быстрое и организованное построение и перестроение во время движения. Перестроение четверками. <i>Общеразвивающие упражнения.</i> Четырехчастные, шестичастные, восьмичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одноименными, разноименными, разнонаправленными, поочередными движениями рук и ног, парные упражнения. Упражнения в парах и подгруппах. Выполнение упражнений активное, точное, выразительное, с должным напряжением, из разных исходных положений в соответствии с музыкальной фразой или указаниями с различными предметами. Упражнения с разными предметами, тренажерами. <i>Основные движения.</i></p>  |

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
|  |  | <p>знания правил в спортивных играх и спортивных упражнениях.</p> <p>3. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.</p> <p>4. Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений.</p> <p>5. Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость, координацию движений.</p> <p>6. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.</p> <p>7. Формировать представления о некоторых видах спорта, развивать интерес к физической культуре и спорту.</p> <p>8. Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к</p> | <p>Соблюдение требований к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазания по лестнице и канату: в беге — энергичная работа рук; в прыжках — группировка в полете, устойчивое равновесие при приземлении; в метании — энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании — ритмичность при подъеме и спуске. Подводящие и подготовительные упражнения. <i>Ходьба</i>. Разные виды и способы: обычная, гимнастическая, скрестным шагом; выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами. <i>Упражнения в равновесии</i>. Сохранение динамического и статического равновесия в сложных условиях. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; неся мешочек с песком на спине; приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием предметов, приседанием, поворотами кругом, перепрыгиванием ленты. Ходьба по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком. Стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее; прыгать, продвигаясь вперед на двух ногах по наклонной поверхности. Стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх. Балансировать на большом набивном мяче (вес 3 кг). Кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру. <i>Бег</i>. Сохранение скорости и заданного темпа, направления, равновесия. Через препятствия — высотой 10—15 см, спиной вперед, со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну, из разных стартовых положений (сидя, сидя по-турецки, лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т. п.). Сочетать бег с ходьбой, прыжками, подлезанием; с преодолением препятствий в естественных условиях. Пробегать 10 м с наименьшим числом шагов. Бегать в спокойном темпе до 2—3-х минут. Пробегать 2—4 отрезка по 100—150 м в чередовании с ходьбой. Пробегать в среднем темпе по пересеченной местности до 300 м. Выполнять челночный бег (5×10 м). Пробегать в быстром темпе 10 м 3—4 раза с перерывами. Бегать наперегонки; на</p> |
|--|--|--|---|

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
|  |  | <p>сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей.</p> <p>9. Развивать самостоятельность в применении культурно-гигиенических навыков, обогащать представления о гигиенической культуре</p> | <p>скорость — 30 м. <i>Прыжки.</i> Ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления. Подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом; смещая ноги вправо — влево; сериями по 30—40 прыжков 3—4 раза. Прыжки, продвигаясь вперед на 5—6 м; перепрыгивание линии, веревки боком, с зажатым между ног мешочком с песком, с набитым мячом; через 6—8 набивных мячей (вес 1 кг) на месте и с продвижением вперед. Выпрыгивание вверх из глубокого приседа. Подпрыгивание на месте и с разбега с целью достать предмет. Впрыгивать с разбега в три шага на предметы высотой до 40 см, спрыгивать с них. Прыжки в длину с места (не менее 100 см); в длину с разбега (не менее 170—180 см); в высоту с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бег со скакалкой. Прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, перепрыгивание через нее с места, вбегание под вращающуюся скакалку, перепрыгивание через нее; пробегание под вращающейся скакалкой парами. Прыжки через большой обруч, как через скакалку. <i>Метание.</i> Отбивать, передавать, подбрасывать мячи разного размера разными способами. Метание вдаль и в цель (горизонтальную, вертикальную, кольцоброс и др.) разными способами. Точное поражение цели. <i>Лазание.</i> Энергичное подтягивание на скамейке различными способами: на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; проползание под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд. Быстрое и ритмичное лазание по наклонной и вертикальной лестнице; по канату (шесту) способом «в три приема». <i>Подвижные игры.</i> Организовать знакомые игры с подгруппой сверстников. Игры-эстафеты. <i>Спортивные игры.</i> Правила спортивных игр. Городки: выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит. Баскетбол: забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении. Контролировать свои действия в соответствии с правилами. Вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы. Футбол: способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр. Настольный теннис,</p> |
|--|--|---|---|

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  |  | <p>бадминтон: правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола. В подготовительной к школе группе особое значение приобретают подвижные игры и упражнения, позволяющие преодолеть излишнюю медлительность некоторых детей: игры со сменой темпа движений, максимально быстрыми движениями, на развитие внутреннего торможения, запаздывательного торможения. Спортивные упражнения. Ходьба на лыжах: скользящий попеременный двухшаговый ход на лыжах с палками. Катание на самокате: отталкивание одной ногой. Катание на велосипеде: езда по прямой, по кругу, «змейкой», уметь тормозить. Катание на санках. Скольжение по ледяным дорожкам: после разбега стоя и присев, на одной ноге, с поворотами. Скольжение с невысокой горки. <b><i>Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами</i></b> Здоровье как жизненная ценность. Правила здорового образа жизни. Некоторые способы сохранения и приумножения здоровья, профилактики болезней, значение закаливания, занятий спортом и физической культурой для укрепления здоровья. Связь между соблюдением норм здорового образа жизни, правил безопасного поведения и физическим и психическим здоровьем человека, его самочувствием, успешностью в деятельности. Некоторые способы оценки собственного здоровья и самочувствия, необходимость внимания и заботы о здоровье и самочувствии близких в семье.</p> |
|--|--|--|--|

## **а) Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.**

Особенностью организации образовательной деятельности является комплексно-тематический подход и включают задачи, реализуемые в разных видах деятельности на одном тематическом содержании.

Цель, задачи и конкретное содержание образовательной деятельности по каждой образовательной области определяются целями и задачами Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей и реализуются: в процессе организованной образовательной деятельности с детьми (ОД); в ходе режимных моментов; в процессе самостоятельной деятельности детей в различных видах детской деятельности и во взаимодействии со взрослыми и сверстниками; в процессе взаимодействия с семьями детей по реализации Программы.

В течение дня организуются разнообразные культурные практики, ориентированные на проявление детьми самостоятельности и творчества в разных видах деятельности. В культурных практиках воспитателем создается атмосфера свободы выбора, творческого обмена и самовыражения, сотрудничества взрослого и детей. Организация культурных практик носит преимущественно подгрупповой характер.

### **Особенности организации культурных практик**

| <b>Культурные практики</b>                              | <b>Особенности организации</b>  |
|---|---|
| Совместная игра   | Совместная игра воспитателя и детей (сюжетно-ролевая, режиссерская, игра-драматизация, строительная игра) направлена на обогащение содержания творческих игр, освоение детьми игровых умений, необходимых для организации самостоятельной игры. |
| Ситуация общения и накопления положительного социально- | Ситуации носят проблемный характер и заключают в себе жизненную проблему, близкую детям дошкольного возраста, в разрешении которой они принимают непосредственное участие. Такие ситуации могут быть реально-практического характера            |

|                              |   |
|------------------------------|---|
| <p>эмоционального опыта</p>  | <p>(оказание помощи малышам, старшим), условно-вербального характера (на основе жизненных сюжетов или сюжетов литературных произведений) и имитационно-игровыми.</p> <p>В реально-практических ситуациях дети приобретают опыт проявления заботливого, участливого отношения к людям, принимают участие в важных делах («Мы украшаем детский сад к празднику и пр.)</p> <p>В ситуациях условно-вербального характера воспитатель обогащает представления детей об опыте разрешения тех или иных проблем, вызывает детей на душевный разговор, связывает содержание разговора с личным опытом детей.</p> <p>Ситуации могут планироваться воспитателем заранее, а могут возникать в ответ на события, которые происходят в группе, способствовать разрешению возникающих проблем</p>  |
| <p>Творческая мастерская</p> | <p>Детям предоставляются условия для использования и применения знаний и умений. Мастерские разнообразны по своей тематике, содержанию, например, занятия рукоделием, приобщение к народным промыслам («В гостях у народных мастеров»), просмотр познавательных презентаций, оформление художественной галереи, книжного уголка или библиотеки («Мастерская книгопечатания», «В гостях у сказки»), игры и коллекционирование.</p> <p>Начало мастерской – это обычно задание вокруг слова, мелодии, рисунка, предмета, воспоминания. Далее следует работа с разнообразным материалом: словом, звуком, цветом, природными материалами, схемами и моделями. И обязательно включение детей в рефлексивную деятельность: анализ своих чувств, мыслей, взглядов («Чему удивились? Что узнали? Что порадовало?» и пр.)</p> <p>Результатом работы в творческой мастерской являются создание книг-самоделок, детских журналов, составление маршрутов путешествий на природу, оформление коллекции, создание продуктов детского рукоделия и пр.</p> |

|   |  |
|---|--|
| Музыкально-театральная и литературная гостиная (детская студия) | Форма организации художественно-творческой деятельности детей, предполагающая организацию восприятия музыкальных и литературных произведений, творческую деятельность детей и свободное общение воспитателя и детей на литературном или музыкальном материале.   |
| Сенсорный и интеллектуальный тренинг                            | Система заданий преимущественно игрового характера, обеспечивающая становление системы сенсорных эталонов (цвета, формы, пространственных отношений и др.), способов интеллектуальной деятельности (умение сравнивать, классифицировать, составлять сериационные ряды, систематизировать по какому-либо признаку и пр.). Это развивающие игры, логические упражнения, занимательные задачи                                 |
| Детский досуг   | Вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для игры, развлечения, отдыха. Как правило, в детском саду организуются досуги здоровья и подвижных игр, музыкальные и литературные досуги. Возможна организация досугов в соответствии с интересами и предпочтениями детей (в старшем дошкольном возрасте). В этом случае досуг организуется как кружок, например, для занятий рукоделием, художественным трудом |
| Коллективная и индивидуальная трудовая деятельность             | Носит общественно полезный характер и организуется как хозяйственно-бытовой труд и труд в природе.   |

### Распределение основных видов деятельности и культурных практик в течение дня

| Формы деятельности                           | Количество в неделю |                |                |                                 |
|--|---------------------|----------------|----------------|---------------------------------|
|  | 2 младшая группа    | Средняя группа | Старшая группа | Подготовительная к школе группа |
| <b>Коммуникативная деятельность, общение</b> |                     |                |                |                                 |
| Ситуации общения воспитателя                 | ежедневно           | ежедневно      | ежедневно      | ежедневно                       |

|   |                     |                     |                     |                     |
|---|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| с детьми и накопления<br>положительного социально-<br>эмоционального опыта  |                     |                     |                     |                     |
| Беседы и разговоры с детьми<br>по интересам   | ежедневно           | ежедневно           | ежедневно           | ежедневно           |
| <b>Игровая деятельность</b>   |                     |                     |                     |                     |
| Индивидуальные игры с детьми<br>(дидактическая, сюжетно-<br>ролевая, режиссерская, игра-<br>драматизация, строительно-<br>конструктивная игра)          | ежедневно           | 3 раза в<br>неделю  | 3 раза в<br>неделю  | 3 раза в<br>неделю  |
| Совместная игра воспитателя и<br>детей (дидактическая,<br>сюжетно-ролевая,<br>режиссерская, игра-<br>драматизация, строительно-<br>конструктивная игра) | 2 раза в<br>неделю  | 3 раза в<br>неделю  | 2 раза в<br>неделю  | 2 раза в<br>неделю  |
| Досуг здоровья и подвижных<br>игр   | 1 раз в 2<br>недели | 1 раз в 2<br>недели | 1 раз в 2<br>недели | 1 раз в 2<br>недели |
| Подвижные игры  | ежедневно           | ежедневно           | ежедневно           | ежедневно           |
| <b>Познавательно-исследовательская деятельность</b>   |                     |                     |                     |                     |
| Сенсорный и<br>интеллектуальный тренинг<br>«Школа мышления»   | 1 раз в 2<br>недели | 1 раз в 2<br>недели | 1 раз в 2<br>недели | 1 раз в 2<br>недели |
| Опыты, эксперименты,<br>наблюдения (в том числе<br>экологической<br>направленности)   | 1 раз в 2<br>недели | 1 раз в 2<br>недели | 1 раз в 2<br>недели | 1 раз в 2<br>недели |
| Наблюдения за природой на<br>прогулке   | ежедневно           | ежедневно           | ежедневно           | ежедневно           |
| <b>Формы творческой активности, обеспечивающие художественно-эстетическое<br/>развитие</b>  |                     |                     |                     |                     |
| Музыкально-театральная<br>гостиная  | 1 раз в 2<br>недели | 1 раз в<br>неделю   | 1 раз в<br>неделю   | 1 раз в<br>неделю   |



|  |                |                |                  |                  |
|--|----------------|----------------|------------------|------------------|
| Творческая мастерская (рисование, лепка, художественный труд по интересам) | 1 раз в неделю | 1 раз в неделю | 1 раз в неделю   | 1 раз в неделю   |
| Чтение литературных произведений   | ежедневно      | ежедневно      | ежедневно        | ежедневно        |
| <b>Самообслуживание и элементарный бытовой труд</b>                        |                |                |                  |                  |
| Самообслуживание   | ежедневно      | ежедневно      | ежедневно        | ежедневно        |
| Трудовые поручения (индивидуально и подгруппами)                           | ежедневно      | ежедневно      | ежедневно        | ежедневно        |
| Трудовые поручения (общий и совместный труд)                               | -              | 1 раз в неделю | 1 раз в 2 недели | 1 раз в 2 недели |

## **б) способы и направления поддержки детской инициативы.**

### ***Создание условий для физического развития***

Для того чтобы стимулировать физическое развитие детей, важно:

- ежедневно предоставлять детям возможность активно двигаться;
- обучать детей правилам безопасности;
- создавать доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере;
- использовать различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать.

### ***Особенности организации предметно-пространственной среды для физического развития***

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

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

***Для обеспечения эмоционального благополучия педагог должен:***

- общаться с детьми доброжелательно, без обвинений и угроз;
- внимательно выслушивать детей, показывать, что понимает их чувства, помогать делиться своими переживаниями и мыслями;
- помогать детям обнаружить конструктивные варианты поведения;
- создавать ситуации, в которых дети при помощи разных культурных средств (игра, рисунок, движение и т. д.) могут выразить свое отношение к личностно значимым для них событиям и явлениям, в том числе происходящим в детском саду;
- обеспечивать в течение дня чередование ситуаций, в которых дети играют вместе и могут при желании побыть в одиночестве или в небольшой группе детей.

| Образовательная область | Формы поддержки детской инициативы   |   | Приемы, средства поддержки детской инициативы  |  |
|-------------------------|--|---|--|--|
|                         | Совместная образовательная деятельность  | Самостоятельная деятельность детей  | Совместная образовательная деятельность  | Самостоятельная деятельность детей   |
| Физическое развитие     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• НОД;</li> <li>• Утренняя гимнастика;</li> <li>• Гимнастика пробуждения;</li> <li>• Подвижные игры;</li> <li>• Спортивные игры и упражнения;</li> <li>• Психогимнастика;</li> <li>• Дыхательная гимнастика;</li> <li>• Детский досуг;</li> <li>• Проектная деятельность</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Самостоятельная двигательная деятельность;</li> <li>• Двигательное творчество;</li> <li>• Подвижные игры;</li> <li>• Спортивные игры и упражнения</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Организация разумного двигательного режима</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Учет психофизиологических особенностей детей, уровня темперамента, двигательной активности</li> <li>• Переключение внимания детей с одного вида деятельности на другой по мере необходимости</li> <li>• Обогащение предметно-развивающей среды</li> </ul> |

## **в) Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников**

Взаимодействие с родителями воспитанников включает 4 направления:

**1. Изучение воспитательных возможностей детского сада и семьи** – решается с помощью социально-педагогической диагностики, предполагающей использование таких методов, как наблюдение, беседа, анкетирование, день открытых дверей, консультации.

### **2. Информационно-просвещенческое обеспечение взаимодействия.**

Основная цель: повышение уровня педагогической культуры родителей (лиц, их заменяющих). Просвещение родителей направлено на их ознакомление с достижениями науки и передовым опытом в области воспитания дошкольников (стенды, буклеты, памятки, благодарственное письмо, выставки).

**3. Совместная деятельность педагогов** не только развивает отношения педагогов и родителей, родителей и детей, но и содействует развитию отношений между семьями воспитанников (акции, родительский клуб).

**4. Образование родителей** – обогащение знаний, установок и умений, необходимых для ухода за детьми и их воспитания, гармонизации семейных отношений, выполнения родительских ролей в семье и обществе (конференции, тренинг, мастер-класс, семинар).

В основу совместной деятельности семьи и дошкольного учреждения заложены следующие принципы:

- единый подход к процессу воспитания ребёнка;
- открытость дошкольного учреждения для родителей;
- взаимное доверие во взаимоотношениях педагогов и родителей;
- уважение и доброжелательность друг к другу;
- дифференцированный подход к каждой семье;
- равно ответственность родителей и педагогов.

На сегодняшний день в СП «Детский сад «Березка» осуществляется интеграция общественного и семейного воспитания дошкольников со следующими категориями родителей:

- с семьями воспитанников;
- с будущими родителями.

**Система взаимодействия с родителями включает:**

| <i>Направления взаимодействия</i>                                    | <i>Формы участия</i>  | <i>Периодичность взаимодействия</i>   |
|--|---|---|
| <b>1. Изучение воспитательных возможностей детского сада и семьи</b> | - Анкетирование<br>- Социологический опрос<br>- наблюдение<br>- «Родительская почта»<br>- консультации<br>- День открытых дверей  | 3-4 раза в год<br>По мере необходимости<br>1 раз в квартал<br>Ежемесячно<br>1 раз в год   |
| <b>2. Информационно-просвещенческое обеспечение взаимодействия</b>   | - выпуски тематических газет.<br>- стенды,<br>- папки-передвижки,<br>- семейные и групповые фотоальбомы,<br><br>- памятки;<br>- обновление и пополнение рубрики «Для вас, родители!» на сайте ДОУ;<br>- Ведение страницы новостей об образовательной деятельности детского сада в сообществе «Детский сад «Березка» ГБОУ СОШ № 10 г.о. Чапаевск в социальной сети «В Контакте»;<br>- общение педагогов и родителей воспитанников в групповых чатах Viber, WhatsApp. | 4 раза в год<br>ежемесячно<br>ежемесячно<br>по мере необходимости<br>по мере необходимости<br>постоянно<br>постоянно<br><br>постоянно |
| <b>3. Совместная деятельность педагогов</b>                          | - Участие в субботниках по благоустройству территории;<br>- помощь в создании предметно-развивающей среды;<br>- акции;<br>- проектная деятельность<br>- участие в конкурсном движении<br>- оказание помощи в ремонтных работах;<br>- участие в работе родительского комитета,<br>- педагогических советах.  | 2 раза в год<br><br>По мере необходимости<br>1 раз в квартал<br>По мере необходимости<br>1 раз в квартал<br>1 раз в 2 месяца          |
| <b>4. Образование родителей</b>                                      | - семинары, семинары-практикумы, конференции;<br>- распространение опыта семейного воспитания;<br>- родительские собрания;<br>- мастер-класс;<br>- тренинг;<br>- родительский клуб «Вырастай-ка», «Мир открытий»  | 1 раз в квартал<br><br>Согласно плана<br><br>1 раз в квартал<br>1 раз в квартал<br><br>По годовому плану специалистов                 |

**2.1.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.**

Ранний возраст (от 1 года до 3 лет)

| Вид детской деятельности  | Формы организации   | Способы, методы   | Средства  |
|---------------------------|---|---|---|
| Двигательная деятельность | утренняя гимнастика<br>подвижные игры<br>народные подвижные игры<br>игровые упражнения<br>двигательные паузы<br>физминутки<br>образовательная деятельность в спортивном зале и на воздухе | показ<br>наблюдение за педагогом<br>словесные инструкции<br>зеркальный показ<br>развивающие игровые приемы<br>проблемные образовательные ситуации | спортивное оборудование<br>массажные коврики<br>нестандартное спортивное оборудование<br>образные игрушки |

Дошкольный возраст (от 3 до 8 лет)

| Вид детской деятельности  | Формы организации   | Способы, методы   | Средства  |
|---------------------------|---|---|---|
| Двигательная деятельность | <ul style="list-style-type: none"> <li>• утренняя гимнастика</li> <li>• подвижные игры</li> <li>• народные подвижные игры</li> <li>• игровые упражнения</li> <li>• двигательные паузы</li> <li>• физминутки</li> <li>• спортивные пробежки</li> <li>• соревнования и праздники</li> <li>• эстафеты</li> </ul> образовательная деятельность в спортивном зале и на воздухе | показ<br>наблюдение за педагогом<br>словесные инструкции<br>зеркальный показ<br>развивающие игровые приемы<br>проблемные образовательные ситуации<br>метод проектов<br>экспериментирование<br>моделирование | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Спортивное оборудование</li> <li>• Массажные коврики</li> <li>• Нестандартное спортивное оборудование</li> <li>• модели</li> </ul> |

***При реализации образовательной программы педагог:***

— продумывает содержание и организацию совместного образа жизни детей, условия эмоционального благополучия и развития *каждого ребенка*;

— определяет единые для всех детей правила сосуществования детского общества, включающие равенство прав, взаимную доброжелательность и внимание друг к другу, готовность прийти на помощь, поддержать;

— соблюдает гуманистические *принципы педагогического сопровождения* развития детей, в числе которых забота, теплое отношение, интерес к каждому ребенку, поддержка и установка на успех, развитие детской самостоятельности, инициативы;

— осуществляет *развивающее взаимодействие* с детьми, основанное на современных педагогических позициях: «Давай сделаем это вместе»; «Посмотри, как я это делаю»; «Научи меня, помоги мне сделать это»;

— сочетает совместную с ребенком деятельность (игры, труд, наблюдения и пр.) и самостоятельную деятельность детей;

— ежедневно планирует образовательные ситуации, обогащающие практический и познавательный опыт детей, эмоции и представления о мире;

— создает развивающую предметно-пространственную среду;

— наблюдает, как развиваются самостоятельность каждого ребенка и взаимоотношения детей;

— сотрудничает с родителями, совместно с ними решая задачи воспитания и развития малышей;

— продумывает содержание и организацию совместного образа жизни детей, условия эмоционального благополучия и развития *каждого ребенка*;

— определяет единые для всех детей правила сосуществования детского общества, включающие равенство прав, взаимную доброжелательность и внимание друг к другу, готовность прийти на помощь, поддержать;

— соблюдает гуманистические *принципы педагогического сопровождения* развития детей, в числе которых забота, теплое отношение, интерес к каждому ребенку, поддержка и установка на успех, развитие детской самостоятельности, инициативы;

— осуществляет *развивающее взаимодействие* с детьми, основанное на современных педагогических позициях: «Давай сделаем это вместе»; «Посмотри, как я это делаю»; «Научи меня, помоги мне сделать это»;

— сочетает совместную с ребенком деятельность (игры, труд, наблюдения и пр.)

и самостоятельную деятельность детей;

— ежедневно планирует образовательные ситуации, обогащающие практический и познавательный опыт детей, эмоции и представления о мире;

— создает развивающую предметно-пространственную среду;

— наблюдает, как развиваются самостоятельность каждого ребенка и взаимоотношения детей;

— сотрудничает с родителями, совместно с ними решая задачи воспитания и развития малышей.

#### **а). структура физкультурного занятия**

##### **Вводная часть:**

**Цель:** повысить эмоциональное состояние детей, активизировать их внимание, подготовить организм к нагрузкам основной части;

**Содержание:** строевые упражнения, различные виды ходьбы, и бега, прыжки, упражнения для коррекции осанки и профилактики плоскостопия, обучение правильному дыханию, построения и перестроения.

##### **Основная часть:**

**Общеразвивающие упражнения** для развития и укрепления мышц плечевого пояса, живота и спины, ног, для гибкости позвоночника.

**Цель:** обеспечивает тренировку всех мышц, способствует воспитанию хорошей осанки, подготавливает организм к дальнейшим нагрузкам.

##### **Обучение детей основным видам движений.**

**Цель:** способствует развитию всех физических качеств дошкольников. Задачи и объем для каждой возрастной группы определен Программой воспитания и обучения в детском саду.

### **Подвижная игра.**

**Цель:** обогащает двигательный режим, способствует развитию всех физических качеств – силы, ловкости, выносливости, быстроты реакции, тренировке тормозных процессов, дает максимальную двигательную разрядку.

### **Заключительная часть:**

**Цель:** восстановление частоты сердечного пульса, подведение педагогического итога занятия.

**Содержание:** малоподвижная или спокойная игра, физические упражнения с постепенным снижением темпа, заключительная ходьба с замедлением темпа, упражнения на восстановление дыхания.

### **б.) интеграция образовательных областей.**

Физическая культура по своему интегрирует в себе такие образовательные области как, социально- коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

**Социально-коммуникативное развитие.** Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.

**Познавательное развитие.** Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать

интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

**Речевое развитие.** Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения,



виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.

**Художественно-эстетическое развитие.** Обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развивать музыкально-ритмические способности детей, научить выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения

### **2.1.3. Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей.**

#### **а). специальные условия для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья**

Коррекционная работа осуществляется в группах комбинированной направленности (дети с ОНР и с ЗПР) и включается в обязательную часть основной образовательной программы СП «Детский сад «Березка».

С детьми с ОНР работают следующие специалисты: учитель-логопед, педагог-психолог, музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре.

Образовательную деятельность с детьми с ЗПР осуществляют следующие педагоги: учитель-дефектолог, учитель-логопед, педагог-психолог, музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре.

Для коррекционной работы с детьми с ОВЗ имеются кабинет учителя-дефектолога, 3 кабинета учителя-логопеда, кабинет педагога-психолога, музыкально-спортивный зал.

В СП «детский сад «Березка» частично созданы условия безбарьерной среды для детей инвалидов. Соответствует нормативу доступности для инвалидов вход на территорию детского сада. Имеется отдельный вход с пандусом в здание детского сада.

Образовательный процесс с детьми с ОВЗ строится на основе адаптированных образовательных программ. Целью АОП является построение

системы коррекционно - развивающей работы в группах для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) и в группах для детей с задержкой психического развития в возрасте с 4 до 7 лет, предусматривающей полную интеграцию действий всех специалистов дошкольной образовательной организации и родителей дошкольников. Планирование работы во всех пяти образовательных областях в соответствии с данными программами учитывает особенности речевого, психического и общего развития детей с ОНР И ЗПР. Комплексность педагогического подхода направлена на выравнивание речевого и психофизического развития детей и обеспечение их всестороннего гармоничного развития.

Программа рассчитана на пребывание ребенка в группах комбинированной направленности для детей с ОНР и с ЗПР с 4 до 7 лет.

Программами предусмотрены необходимость охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, обеспечения эмоционального благополучия каждого ребенка, позволяет формировать оптимистическое отношение детей к окружающему, что дает возможность ребенку жить и развиваться, обеспечивает позитивное социально-коммуникативное развитие.

Главные идеи программ заключаются в реализации общеобразовательных задач дошкольного образования с привлечением синхронного выравнивания речевого и психического развития детей с ОНР и ЗПР.

Программа учитывает общность развития нормально развивающихся детей и детей с ОНР и ЗПР и основывается *на онтогенетическом принципе*, учитывая закономерности развития детской речи и психического развития в норме.

Кроме того, программа имеет в своей основе также следующие принципы:

*-принцип индивидуализации, учета возможностей, особенностей развития и потребностей каждого ребенка;*

*-принцип признания каждого ребенка полноправным участником образовательного процесса;*

*-принцип поддержки детской инициативы и формирования познавательных интересов каждого ребенка;*

- принцип интеграции усилий специалистов;*
- принцип конкретности и доступности учебного материала, соответствия требований, методов, приемов и условия образования индивидуальным потребностям и возрастным особенностям детей;*
- принцип систематичности и взаимосвязи учебного материала;*
- принцип постепенности подачи учебного материала;*
- принцип концентрического наращивания информации в каждой из последующих возрастных групп во всех пяти образовательных областях.*

**Интеграция усилий учителя-логопеда, учителя-дефектолога, педагога-психолога, воспитателей, музыкального руководителя, инструктора по физической культуре.**

Взаимодействие со всеми специалистами осуществляется в разных формах. Это совместное составление перспективного планирования работы на текущий период во всех образовательных областях; обсуждение и выбор форм, методов и приемов коррекционно-развивающей работы; оснащение развивающего предметного пространства в групповом помещении; взаимопосещение занятий и участие в интегрированной образовательной деятельности; совместное осуществление образовательной деятельности в ходе режимных моментов, еженедельные задания учителя-логопеда, учителя-дефектолога воспитателям и другим специалистам. В календарных планах воспитателей в начале каждой недели учитель-логопед и учитель-дефектолог указывают лексические темы на неделю, примерный лексикон по каждой изучаемой теме, основные цели и задачи коррекционной работы; перечисляет фамилии детей, коррекции развития которых воспитатели и другие специалисты в данный отрезок времени должны уделить особое внимание в первую очередь.

## Модель взаимодействия субъектов коррекционно-образовательного процесса для детей с ЗПР И ОНР.



### б). механизмы адаптации Программы для детей с ОВЗ

Основные задачи и содержание коррекционной работы с детьми с ОВЗ по основным направлениям развития ребенка

#### «Физическое развитие»

Основная задача - совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, физических качеств и способностей, направленных на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма, тонкой ручной моторики, зрительно-пространственной координации, создание условий, необходимых для защиты, сохранения и укрепления здоровья каждого ребенка, формирование культурно-гигиенических навыков, потребности вести здоровый образ жизни; развитие представлений о своем здоровье и о средствах его укрепления.

В процессе физического воспитания наряду с образовательными и оздоровительными решаются специальные *коррекционные задачи*:

- развитие речи посредством движения;
- формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;
- изучение в процессе предметной деятельности различных свойств материалов, а также назначения предметов;

- формирование в процессе двигательной деятельности различных видов познавательной деятельности;

- управление эмоциональной сферой ребенка, развитие морально-волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных игр-занятий, игр, эстафет.

Содержание работы по развитию культурно-гигиенических навыков:

- прием пищи: обучение умению пользоваться ложкой, вилкой, чашкой, салфеткой (с учетом индивидуальных возможностей), соблюдать опрятность при приеме пищи, выражать благодарность после приема (знаком, движением, речью);

- гигиенические навыки: обучение умению выполнять утренние и вечерние гигиенические процедуры (туалет, мытье рук, мытье ног и т. д.); пользоваться туалетными принадлежностями (бумага, жидкое и твердое мыло, паста, салфетка, губка, полотенце, расческа, щетка, зеркало), носовым платком; соблюдать правила хранения туалетных принадлежностей; выражать благодарность за оказываемые виды помощи;

- одежда и внешний вид: обучение умению различать разные виды одежды; соблюдать порядок последовательности одевания и раздевания; хранить в соответствующих местах разные предметы одежды; правильно обращаться с пуговицами, молнией, шнурками и др.; выбирать одежду по погоде, по сезону; контролировать опрятность своего внешнего вида с помощью зеркала, инструкций воспитателя.

Работа по физическому воспитанию строится таким образом, что решаются и общие и коррекционные задачи.

**в). использование специальных образовательных программ и методов, специальных методических пособий и дидактических материалов**

Образование дошкольников с тяжелыми нарушениями речи осуществляется с опорой на примерную адаптированную основную образовательную программу для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7 лет, автора Н.В.Нищевой, Санкт-Петербург, «Детство-Пресс», 2015г. и

адаптированную основную образовательную программу «Подготовка детей к школе с задержкой психического развития» под ред. С.Г.Шевченко, Р.Д.Тригер, Г.М.Капустиной;

Реализация программы обеспечивается методическим комплектом, включающим необходимые педагогам методические пособия, наглядно-дидактический материал, дидактические настольно-печатные игры; картотеки подвижных игр, упражнений, пальчиковой, мимической, дыхательной, артикуляционной гимнастики; методические материалы для родителей, рабочие тетради.

### **Средства обучения детей с ОВЗ**

| № п/п | Наименование                                 | Количество |
|-------|--|------------|
| 1.    | Интерактивная доска                          | 2          |
| 2.    | Ноутбук                                      | 2          |
| 3.    | Планшеты для рисования песком                | 2          |
| 4.    | Сухой бассейн                                | 3          |
| 5.    | Сухой аквариум                               | 3          |
| 6.    | Коврографы                                   | 3          |
| 7.    | РППС В.Воскобовича «Фиолетовый лес»          | 1          |
| 8.    | Центр песка и воды                           | 6          |
| 9.    | Дидактический набор «Дары Фребеля»           | 1          |
| 10.   | Телевизор                                    | 5          |
| 11.   | Музыкальный центр                            | 6          |
| 12.   | Учебно-игровые комплекты «Самые нужные игры» | 24         |
| 13.   | Развивающие игры Никитина                    | 10         |
| 14.   | Кукольный театр                              | 4          |
| 15.   | Конструкторы                                 | 10         |
| 16.   | Мольберт магнитный                           | 4          |
| 17.   | Наборное полотно                             | 4          |
| 18.   | Музыкальные инструменты (наборы)             | 5          |
| 19.   | Электронные игры                             | 12         |

#### **г). проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий**

Учебный год в группах комбинированной направленности для детей с тяжелыми нарушениями речи (ОНР) и задержкой психического развития (ЗПР) начинается первого сентября, заканчивается 31 мая.

Первая половина сентября отводится всеми специалистами для углубленной диагностики развития детей, сбора анамнеза, индивидуальной работы с детьми,

совместной деятельности с детьми в режимные моменты, составления и обсуждения со всеми специалистами группы плана работы.

В конце сентября специалисты, работающие в группах комбинированной направленности, на психолого-педагогическом консилиуме (ППк) обсуждают результаты диагностики индивидуального развития детей и на их основании разрабатывают адаптированные образовательные программы (АОП) на учебный год для детей с ОНР и с ЗПР.

С 15 сентября начинается организованная образовательная деятельность с детьми во всех возрастных группах в соответствии с АОП.

Тематическое планирование работы для детей с ОНР включает в себя временной период, название лексической темы недели, словарную работу и итоговое мероприятие.

Тематическое планирование работы для детей с ЗПР охватывают различные стороны окружающей действительности и включают ознакомление с природой (с различными группами растений и животных, наиболее распространенными в данной местности, сезонными изменениями в природе), ближайшим окружением (с явлениями общественной жизни и трудом людей дома и на производстве, занятиями детей в детском саду, жизнью города, села). Особое место в программе занимает тема «Свойства предметов. Расположение предметов в пространстве», основная цель которой — формирование у детей обобщенных представлений о цвете, форме, размере предметов, основных вариантах расположения предметов в пространстве. В процессе ознакомления с предметами и явлениями окружающей природы и общества дети должны овладеть в течение двух лет следующими умениями и навыками: • проводить наблюдения за изучаемыми объектами; • осуществлять целенаправленный последовательный анализ изучаемого конкретного предмета;

сравнивать два предмета по цвету, форме, размеру, назначению; • распределять практически и «в уме» предметы (их изображения) на группы по родовому признаку; • называть группы однородных предметов (их изображений) точными обобщающими словами; • устанавливать простейшие причинно-

следственные связи в наблюдаемых природных и общественных явлениях с помощью педагога.

### **Формы коррекционной работы с детьми:**

- групповая НОД;
- подгрупповая НОД;
- индивидуальные занятия;
- педагогическая диагностика;

При составлении учебного плана и расписания НОД учитываются психофизиологические особенности детей, что не приводит к перегрузкам детей. Организация системы дефектологической и логопедической помощи детям с отклонениями в развитии соответствует особым образовательным потребностям воспитанников и осуществляется по индивидуальному образовательному маршруту.

При проведении НОД учитель-дефектолог, учитель-логопед, педагог-психолог, музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре включают в работу все виды анализаторов, учитывают особенности индивидуального восприятия и памяти детей, целенаправленно работают над формированием основных мыслительных операций, развитием мышления, всех сторон речи детей.

В процессе коррекционной работы учитываются особенности психомоторики, межанализаторных связей дошкольников. Работа по совершенствованию пространственной ориентации, переключаемости внимания, произвольной регуляции, навыков самоконтроля и самоанализа, умения удерживать многошаговую инструкцию органично входит в структуру занятий.

Перспективно-тематические планы узких специалистов направлены на реализацию адаптированных образовательных программ для детей, составленные по результатам диагностики.



#### **2.1.4. Коррекционно-развивающая работа с детьми с ОВЗ**

Образовательная область «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 наносящем 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.).

Основная цель данной образовательной области в работе с детьми с ОВЗ - совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно - пространственной координации.

В режиме предусмотрены занятия физкультурой, игры и развлечения на воздухе, при проведении которых учитываются региональные и климатические условия. Работа по физическому воспитанию строится таким образом, чтобы решались и общие, и коррекционные задачи. Основная задача - стимулировать позитивные сдвиги в организме, формируя необходимые двигательные умения и навыки, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма. На занятиях по физической культуре, наряду с образовательными и оздоровительными, решаются специальные коррекционные задачи:

- формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;
- изучение в процессе предметной деятельности различных свойств материалов, а также назначения предметов;

- развитие речи посредством движения;
- формирование в процессе двигательной деятельности различных видов познавательной деятельности;
- управление эмоциональной сферой ребёнка, развитие морально-волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных занятий, игр, эстафет.

В работу включаются физические упражнения: построения и перестроения; различные виды ходьбы и бега, лазание, ползание, метание, общеразвивающие упражнения на укрепление мышц спины, плечевого пояса, на координацию движений, на формирование правильной осанки, на развитие равновесия. Проводятся подвижные игры, направленные на совершенствование двигательных умений, формирование положительных форм взаимодействия между детьми.

В процессе работы с детьми используются физкультминутки, динамические паузы. В свободное время дети принимают участие в физкультурно-массовых мероприятиях, интеграционных спортивных праздниках, досугах.

Одной из важных форм работы с детьми с ОВЗ по физическому развитию является развитие психомоторных функций:

- Развитие моторики глаз
- Развитие межполушарного взаимодействия (кинезиология)
- Развитие вестибулярной системы
- Фитбол - гимнастика
- Пространственная организация
- Речедвигательная ритмика
- Дыхательно - звуковая гимнастика
- Фонетическая ритмика

- Развитие произвольных механизмов деятельности.

Для детей с ОВЗ применение здоровьесберегающих технологий является наиболее эффективным средством коррекции, помогающих достижению максимально возможных успехов в преодолении нарушений развития и общего оздоровления детей.

Современные здоровьесберегающие технологии можно условно разделить на следующие виды:

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья: ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, гимнастика пальчиковая, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика бодрящая, гимнастика корригирующая, гимнастика ортопедическая.

2. Технологии обучения здоровому образу жизни: физкультурное занятие, проблемноигровые (игротренинги и элементы игротерапии), коммуникативные игры, самомассаж.

3. Коррекционные технологии: элементы арттерапии, сказкотерапии, технологии воздействия цветом, технологии коррекции поведения, психогимнастика.

Применение в работе данных здоровьесберегающих педагогических технологий повышает результативность образовательного процесса.

В ходе коррекционно-развивающей работы реализуются следующие **цели и задачи:**

**Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:**

- Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека
- Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.
- Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека.

- Знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

#### **Формирование физических навыков:**

- Формировать правильную осанку.
- Развивать пространственную ориентировку во всех видах двигательной деятельности Развивать вестибулярную систему
- Развивать моторику глаз, пальцев рук, речевого аппарата
- Развивать произвольные механизмы деятельности -Развивать координацию движений через разные виды упражнений
- Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость
- Развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками во всех формах организации двигательной деятельности.

#### **Формирование навыков подвижной игры.**

- Развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.
- Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.
- Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.
- Развитие произвольных механизмов деятельности - приучать к выполнению действий по сигналу.

## Запрещенные и ограниченные упражнения в дошкольных учреждениях.

| № п/п | Запрещенные и ограниченные упражнения  | Причины ограничения  | Рекомендательная замена                                 |
|-------|--|--|---|
| 1.    | Круговые вращения головой  | Форма сустава не предусматривает данное движение   | Наклоны вперед, в стороны, повороты                     |
| 2.    | Наклоны головы назад   | Нестабильность шейного отдела позвонка, плохо сформированные мышцы шеи. Возможно смещение шейных позвонков | Замена отсутствует                                      |
| 3.    | Стойка на голове   |  | Замена отсутствует                                      |
| 4.    | Чрезмерное вытягивание шеи   |  | Выполнять упражнения с опусканием плеч вниз, назад      |
| 5.    | При выполнении упражнений лежа на спине, класть согнутые руки под голову (тренировка верхнего брюшного пресса)       | Чрезмерное напряжение мышц шеи, возможное надавливание руками на шейный отдел позвоночника                 | Изменить положение рук                                  |
| 6.    | При выполнении упражнений лежа на спине нельзя поднимать две ноги вместе (тренировка нижнего отдела брюшного пресса) | Увеличение поясничного лордоза, фаза натуживания оказывает влияние на сосуды шеи и головы                  | Ноги поднимать и опускать попеременно                   |
| 7.    | Кувырок вперед   | Нестабильность шейного отдела, плохо сформированные мышцы шеи  | Замена отсутствует                                      |
| 8.    | Перекат на спине, удерживая руками колени  | Отсутствует фиксация шейного отдела позвонка   | Выполнять упражнение только со страховкой преподавателя |
| 9.    | Лежа на животе, прогиб в поясничном отделе с упором на выпрямленные руки (упражнение кошечка)                        | Увеличение поясничного лордоза, возможность защемления поясничных дисков                                   | Выполнять упражнение на согнутых руках, опора на локти  |
| 10.   | Сидение на пятках  | Перерастяжение сухожилий и связок коленного сустава  | Сиденье по-турецки                                      |
| 11.   | При выполнении дыхательных упражнений, руки вверх поднимать нельзя   | Уменьшается поступление кислорода за счет сокращения мышц верхнего плечевого пояса                         | Изменить положение рук в стороны, на пояс               |
| 12.   | Висы использовать не более 5 секунд  | Слабость и перерастяжение связочно-мышечного   | Замена отсутствует                                      |

|     |   |  |  |
|-----|---|--|--|
|     |   | аппарата, неспособность длительно удерживать статику                         |  |
| 13. | Исключить прыжки босиком по жесткому покрытию                                       | Слабый связочно-мышечный аппарат стопы.<br>Несформированность костей плюсны. | Прыжки только на гимнастических матах  |
| 14. | Бег босиком, опора на переднюю часть стопы  | Несформированность костей плюсны   | Бег в спортивной обуви                 |
| 15. | Метание набивного мяча из-за головы двумя руками разрешено только с 5 лет по 0,5 кг | Несоответствие массы тела ребенка и веса мяча                                | Уменьшить вес мяча                     |
| 16. | Статическое напряжение до 5 лет не использовать                                     | Слабый связочно-мышечный аппарат   | Разрешено только с 5 лет по 5-7 секунд |

### **2.1.5. Взаимодействие со специалистами**

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда. *(Приложение №2. «План взаимодействия со специалистами»)*

#### **Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя**

Перед физкультурным занятием воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей и обувью (чешками), чтобы были сняты майки и у детей ничего не находилось в руках и во рту. Перестраивает детей по росту: от самого высокого ребенка до самого низкого. Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель умело должен применять на утренней гимнастике и в повседневной жизни детей. Воспитатель интегрирует образовательную область «Физическая культура» по содержанию на занятиях по физической культуре и в повседневной жизни детей за счет использования здоровьесберегающих технологий и специальных физических упражнений для укрепления органов и систем (дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз, воздушное закаливание), взаимодействия и помощи друг другу не только во время эстафет и спортивных мероприятий, а так же в быту детского сада;

справедливой оценки результатов игр, соревнований и другой деятельности, формирования навыков безопасного поведения во время подвижных игр, при пользовании спортивным инвентарем, во время самостоятельной деятельности помощи в раздаче и уборке пособий, спортивного инвентаря, групповых игрушек, активизации мышления детей, подвижные игры и упражнения, закрепляющие полученные знания.

### **Взаимодействие инструктора по физической культуре и учителя-логопеда**

Задачи взаимосвязи:

- Коррекция звукопроизношения;
- Упражнение детей в основных видах движений;
- Становление координации общей моторики;
- Умение согласовывать слово и жест;
- Воспитание умения работать сообща

### **Взаимодействие инструктора по физической культуре и медицинского работника**

Основными проблемами, требующими совместной деятельности прежде всего, являются:

- Физическое состояние детей посещающих детский сад (в начале и в конце года, совместно с медицинской сестрой осуществляется мониторинг физической подготовленности детей);
- Способствуем предупреждению негативных влияний интенсивной образовательной деятельности

### **Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя**

Музыка воздействует:

- на эмоции детей;
- создает у них хорошее настроение;

- помогает активировать умственную деятельность;
- способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации;
- освобождает инструктора или воспитателя от подсчета;
- привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике.

### **Взаимодействие с родителями**

Самым благоприятным возрастом для формирования полезных привычек является дошкольный и младший школьный. В этот период ребенок значительную часть проводит дома, в семье, среди своих родных, чей образ жизни, стереотипы поведения становятся сильнейшими факторами формирования их представлений о жизни. Вот почему именно в семье закладываются основы многообразных отношений к себе и своему здоровью, к здоровью близких, к людям, к труду, к природе.



### **2.1.6. Комплексно – тематический план**

## 2 МЛАДШАЯ ГРУППА

Сентябрь

| Содержание организованной образовательной деятельности   |   |  |   |  | Интеграция образовательных областей  |
|--|---|--|---|--|--|
| Этапы занятия  | 1-я неделя  | 2-я неделя   | 3-я неделя  | 4-я неделя   |  |
| <p><b>Планируемые результаты:</b> умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на 2х ногах, может бросать мяч руками от груди; проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками.</p> |   |  |   |  | <p><b><u>Физическое развитие:</u></b> развивать умение ходить и бегать свободно, в колоне по одному; энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение энергично отталкивать мяч двумя руками одновременно, закреплять умение ползать, развивать умение реагировать на сигнал «беги», «лови», «стой»; создавать условия для систематического закаливания организма, формирования и совершенствования ОВД.</p> <p><b><u>Социально-коммуникативное развитие:</u></b> способствовать участию детей в совместных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами; продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль; помогать детям доброжелательно обращаться друг с другом.</p> <p><b><u>Познавательное развитие:</u></b> формировать навык ориентировки в пространстве</p> |
| <b>Вводная часть</b>   | Приучать детей ходить и бегать небольшими группами за инструктором, ходить и бегать всей группой в прямом направлении за инструктором. Познакомить детей с ходьбой и бегом в колонне небольшими группами, на носках, пятках, в колонне по одному, с высоким подниманием колен |  |   |  |  |
| <b>ОРУ</b>   | Без предметов   | С флажками   | С кубиками  | С погремушками   |  |
| <b>Основные виды движений</b>  | 1. Ходить и бегать небольшими группами за инструктором.<br>2. Учить ходить между 2мя линиями, сохраняя равновесие.  | 1. Ходьба с высоким подниманием колен в прямом направлении за инструктором.<br>2. Подпрыгивать на 2х ногах на месте. | 1. Ходьба по бревну приставным шагом<br>2. Учить энергично, отталкивать мяч 2мя руками. | 1 Ходьба по рейке, положенной на пол<br>2. Подлезать под шнур.<br>3. Катание мяча друг другу |  |
| <b>Подвижные игры</b>  | «Бегите ко мне»   | «Догони меня»  | «Поймай комара»   | «Найди свой домик»   |  |
| <b>Малоподвижные игры</b>  | «Мышки»<br>Спокойная ходьба   | «Гуси идут домой»<br>Спокойная ходьба в колонне по одному  | «Гуси идут домой»<br>Спокойная ходьба в колонне по одному                               | Упражнение на дыхание «Потушим свечи»  |  |

Октябрь

| Содержание организованной образовательной деятельности  |   |   |   |   | Интеграция образовательных областей   |
|---|---|---|---|---|---|
| Этапы занятия   | 1-я неделя  | 2-я неделя  | 3-я неделя  | 4-я неделя  |   |
| <p><b>Планируемые результаты:</b> умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч 2мя руками, проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в д/с.</p> |   |   |   |   | <p><b><u>Физическое развитие:</u></b> развивать умение ходить и бегать свободно, в колонне по одному, в разных направлениях, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве, сохранять правильную осанку стоя, в движении, развивать навыки лазанья, ползания, умение энергично отталкиваться 2мя ногами и правильно приземляться, закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании; воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей</p> <p><b><u>Социально-коммуникативное развитие:</u></b> развивать активность детей в двигательной деятельности, умение общаться спокойно, без крика; учить соблюдать правила безопасного передвижения в помещении и осторожно спускаться и подниматься по лестнице, держаться за перила.</p> |
| <b>Вводная часть</b>  | Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, бег враспынную, в колонне, по кругу, с изменением направления, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя |   |   |   |   |
| <b>ОРУ</b>  | Без предметов   | С малым мячом   | С флажками  | С кубиками  |   |
| <b>Основные виды движений</b>   | 1. Ходьба по ребристой доске с перешагиванием<br>2. Ползание на четвереньках между предметами<br>3. Упражнять в подпрыгивании на 2х ногах на месте                            | 1. Во время ходьбы и бега останавливаться на сигнал воспитателя;<br>2. Перепрыгивание через веревочки, приземляясь на полусогнутые ноги.<br>3. Упражнять в прокатывании мячей | 1. Подлезать под шнур.<br>2. Упражнять в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади<br>3. Упражнять в прокатывании мячей. | 1 Подлезание под шнур.<br>2. Ходьба по уменьшенной площади.<br>3. Катание мяча в ворота |   |
| <b>Подвижные игры</b>   | «Поезд»   | «Солнышко и дождик»   | «У медведя во бору»   | «Воробушки и кот»   |   |
| <b>Малоподвижные игры</b>   | Звуковое упр. «Кто как кричит?»   | Пальчиковая гимн. «Молоток»   | Упражнение на дыхание «Потушим свечи»   | Самомассаж «Ладонки»  |   |

## Ноябрь

| Содержание организованной образовательной деятельности  |  |  |   |  | Интеграция образовательных областей  |
|---|--|--|---|--|--|
| Этапы занятия   | 1-я неделя   | 2-я неделя   | 3-я неделя  | 4-я неделя   |  |
| <p><b>Планируемые результаты:</b> сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично отталкиваться в прыжках на 2-х ногах, имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, умеет взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков.</p> |  |  |   |  | <p><b><u>Физическое развитие:</u></b> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем; продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма.</p> <p><b><u>Социально-коммуникативное развитие:</u></b> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами; помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом</p> |
| <b>Вводная часть</b>  | Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, в ходьбе колонной по одному; бег враспынную, в колонне, по кругу, с изменением направления, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя |  |   |  |  |
| <b>ОРУ</b>  | Без предметов  | С малым мячом  | С кубиками  | С платочками   |  |
| <b>Основные виды движений</b>   | 1. Ходьба по уменьшенной площади;<br>2. Прыжки через веревочки, положенные в ряд<br>3. Ползание на четвереньках  | 1 Прыжки из обруча в обруч, приземляться на полусогнутые ноги.<br>2 . Прокатывание мяча через ворота<br>3. Ходьба по бревну приставным шагом | 1 Ловить мяч, брошенный инструктором, и бросать его назад;<br>2. Ползать на четвереньках.<br>3. Прыжки вокруг предметов | 1. Подлезать под дугу на четвереньках.<br>2. Ходьба по уменьшенной площади, с перешагиванием через кубики<br>3. Метание мяча в горизонтальную цель |  |
| <b>Подвижные игры</b>   | «Мыши в кладовой»  | «Автомобили»   | «По ровненькой дорожке»   | «Кот и мыши»   |  |
| <b>Малоподвижные игры</b>   | «Узнай по голосу»  | «Пальчиковая гимн. «Моя семья»   | «Найди, где спрятано»   | «Где спрятался мышонок»  |  |

## Декабрь

| Содержание организованной образовательной деятельности   |  |  |  |   | Интеграция образовательных областей   |
|--|--|--|--|---|---|
| Этапы занятия  | 1-я неделя   | 2-я неделя   | 3-я неделя   | 4-я неделя  |   |
| <p><b>Планируемые результаты:</b> умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре.</p> |  |  |  |   | <p><b><u>Физическое развитие:</u></b> упражнять в ходьбе и беге по кругу, врассыпную, в катании мяча, в подлезании под препятствие; дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физ упражнения вызывают хорошее настроение, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы организма, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде.</p> <p><b><u>Социально-коммуникативное развитие:</u></b> постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь; продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду; развивать диалогическую форму речи</p> |
| <b>Вводная часть</b>   | Ходьба и бег врассыпную, используя всю площадь зала, по кругу, с изменением направления; на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба и бег колонной по одному |  |  |   |   |
| <b>ОРУ</b>   | Без предметов  | С мячом  | С кубиками   | С погремушками  |   |
| <b>Основные виды движений</b>  | 1 Ходьба по доске, положенной на пол<br>2. Прыжки из обруча в обруч<br>3. Прокатывание мяча друг другу   | 1. Перебрасывание мячей через веревочку вдаль<br>2. Подлезать под шнур.<br>3. Ходьба с перешагиванием через 3 набивных мячей | 1. Ползание по туннелю<br>2. Метание мешочков вдаль.<br>3. Ходьба по веревочке, положенной на пол, змейкой | 1. Ползание под дугой на четвереньках<br>2. Прыжки через набивные мячи<br>3. Прокатывание мяча друг другу, через ворота |   |
| <b>Подвижные игры</b>  | Наседка и цыплята  | «Поезд»  | «Птички и птенчики»  | «Мыши и кот»,   |   |
| <b>Малоподвижные игры</b>  | «Лошадки»  | Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»  | «Найдем птичку»  | «Каравай»   |   |

## Январь

| Содержание организованной образовательной деятельности  |   |  |   |  | Интеграция образовательных областей   |
|---|---|--|---|--|---|
| Темы  | 1-я неделя  | 2-я неделя   | 3-я неделя  | 4-я неделя   |   |
| <p><b>Планируемые результаты:</b> умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физ.упр., проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непосредственной совместной игре.</p> |   |  |   |  | <p><b><u>Физическое развитие:</u></b> упражнять в ходьбе и беге по кругу, в рассыпную, в катании мяча, в подлезании под препятствие; дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и организма, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде.</p> <p><b><u>Социально-коммуникативное развитие:</u></b> постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь; продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду; развивать диалогическую форму речи</p> |
| <b>Вводная часть</b>  | Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, в рассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; парами, с выполнением заданий |  |   |  |   |
| <b>ОРУ</b>  | С мячом   | С кубиками   | С погремушками  | С платочками   |   |
| <b>Основные виды движений</b>   | 1. Ходьба по наклонной доске(20см).<br>2. Прыжки на двух ногах через предметы (5см)<br>3. Метание малого мяча в цель                                      | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием<br>2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках<br>3. Прыжки в длину с места | 1. Лазание по гимнастической лесенке-стремянки.<br>2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени,<br>3. Прокатывать мяч друг другу | 1. Метание мяча в вертикальную цель правой и левой рукой<br>2. Подлезать под шнур, не касаясь руками пола<br>3. Ходьба по доске по гимнастической скамейке |   |
| <b>Подвижные игры</b>   | «Кролики»   | «Трамвай»  | «Птички и птенчики»   | «Мыши в кладовой»  |   |
| <b>Малоподвижные игры</b>   | «Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками  | Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»  | «Найдем птичку»   | «Каравай»  |   |

## Февраль

| Содержание организованной образовательной деятельности  |  |   |   |  | Интеграция образовательных областей  |
|---|--|---|---|--|--|
| Этапы занятия   | 1-я неделя   | 2-я неделя  | 3-я неделя  | 4-я неделя   |  |
| <p><b>Планируемые результаты:</b> умеет бегать, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, владеет соответствующими возрасту основными движениями, стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой</p> |  |   |   |  | <p><b><u>Физическое развитие:</u></b> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем; продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма.</p> <p><b><u>Социально-коммуникативное развитие:</u></b> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами; помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом</p> |
| <b>Вводная часть</b>  | Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег враспынную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя |   |   |  |  |
| <b>ОРУ</b>  | Без предметов  | С погремушками  | С платочками  | С кубиками   |  |
| <b>Основные виды движений</b>   | 1. Ходьба по ребристой доске<br>2. Прыжки с продвижением вперед.<br>3. Прокатывание мяча между кеглями   | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики.<br>2. Спрыгивание со скамейки – мягкое приземление на полусогнутые ноги;<br>3. Ползание между предметами. | 1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке<br>2. Прокатывание мяча друг другу;<br>3. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола. | 1. Ходьба по гимнастической скамейке боком<br>2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками.<br>3. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. |  |
| <b>Подвижные игры</b>   | «Кролики»  | «Мой веселый, звонкий мяч»  | «Воробышки и автомобиль»  | «Птички в гнздышках»   |  |
| <b>Малоподвижные игры</b>   | «Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками   | Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»   | «Лошадки»   | Дыхательные упражнения «Задует свечи»  |  |

Март

| Содержание организованной образовательной деятельности  |  |  |   |   | Интеграция образовательных областей   |
|---|--|--|---|---|---|
| Этапы занятия   | 1-я неделя   | 2-я неделя   | 3-я неделя  | 4-я неделя  |   |
| <p><b>Планируемые результаты:</b> умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину, может катать мяч, ударять мячом об пол и ловить; проявляет положительные в самостоятельной двигательной деятельности, имеет элементарные представления о ценности здоровья, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения</p> |  |  |   |   | <p><b>Физическое развитие:</b> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем; продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма. <b>Социально-коммуникативное развитие:</b> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами; помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом</p> |
| <b>Вводная часть</b>  | Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег враспынную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя |  |   |   |   |
| <b>ОРУ</b>  | Без предметов  | С кубиками   | С обручем   | С флажками  |   |
| <b>Основные виды движений</b>   | 1 Прыжки из обруча в обруч.<br>2. Ходьба по канату боком<br>3. Ползание в туннеле<br>4. Бросание мяча вверх, вниз, об пол и ловля его  | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, приставным шагом<br>2. Прокатывание мяча друг другу.<br>3. Пролезание в обруч<br>4. Прыжки с продвижением вперед | 1. Ходьба по ограничен поверхности<br>2. Перебрасывание мяча через шнур<br>3. Лазание по гимн. стенке | 1. Ходьба по канату приставным шагом<br>2. Метание в горизонтальную цель<br>3. Пролезание в обруч |   |
| <b>Подвижные игры</b>   | «У медведя во бору»  | «Лохматый пес»   | «Мыши в кладовой»   | «Воробушки и автомобиль»  |   |
| <b>Малоподвижные игры</b>   | Дыхательные упражнения «Пчелки»  | Дыхательные упражнения «Надуем шарик»  | «Угадай кто позвал»   | Пальчиковая гимнастика «Семья»  |   |



## Апрель

| Содержание организованной образовательной деятельности   |  |  |   |   | Интеграция образовательных областей   |
|--|--|--|---|---|---|
| Этапы занятия  | 1-я неделя   | 2-я неделя   | 3-я неделя  | 4-я неделя  |   |
| <p><b>Планируемые результаты:</b> умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить двумя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами, обращается к воспитателю по имени и отчеству</p> |  |  |   |   | <p><b><u>Физическое развитие:</u></b><br/>продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем; продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма. <b><u>Социально-коммуникативное развитие:</u></b><br/>развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами; помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом</p> |
| <b>Вводная часть</b>   | Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег врассыпную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя; учить работать вместе при игре с парашютом |  |   |   |   |
| <b>ОРУ</b>   | Без предметов  | С обручем  | С кубиками  | С платочками  |   |
| <b>Основные виды движений</b>  | 1. Ходьба по гимнастической скамейке<br>2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками.<br>3. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.   | 1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке<br>2. Прокатывание мяча друг другу;<br>3. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики.<br>2. Спрыгивание со скамейки на мат приземление на полусогнутые ноги;<br>3. Ползание между предметами<br>4. Перебрасывание мяча друг другу | 1. Ходьба по лестнице положенной на пол<br>2. Прокатывание мяча в ворота.<br>3. Пролезание в обруч<br>4. Прыжки с продвижением вперед |   |
| <b>Подвижные игры</b>  | «Солнышко и дождик»  | «Поймай комара»  | «Светофор и автомобили»   | «У медведя во бору»   |   |
| <b>Малоподвижные игры</b>  | «Кто ушел»   | «Найди комарика»   | «Парашют» Дует, дует ветерок  | Дыхательные упражнения «Пчелки»   |   |

**Май**

| Содержание организованной образовательной деятельности  |   |  |   |   | Интеграция образовательных областей  |
|---|---|--|---|---|--|
| Этапы занятия   | 1-я неделя  | 2-я неделя   | 3-я неделя  | 4-я неделя  |  |
| <p><b>Планируемые результаты:</b> умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, катать мяч в заданном направлении, бросать его двумя руками, бросать его вверх 2–3 раза подряд и ловить; проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, дружелюбие по отношению к окружающим</p> |   |  |   |   | <p><b><u>Физическое развитие:</u></b> закреплять умение ходить, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног, в колонне по одному, по кругу, врассыпную, с перешагиванием через предметы; бросать мяч вверх, вниз, об пол (землю), ловить его; ползать на четвереньках по прямой, лазать по лесенке-стремянке, развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх активность; формировать желание вести здоровый образ жизни; не разговаривать с незнакомыми людьми и не брать у них угощения и различные предметы, сообщать воспитателю о появлении на участке незнакомого человека.</p> <p><b><u>Социально – коммуникативное развитие:</u></b> развивать активность детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, развивать умение детей общаться спокойно, без крика; развивать диалогическую форму речи.</p> <p>не разговаривать с незнакомыми людьми и не брать у них угощения и различные предметы, сообщать воспитателю о появлении на участке незнакомого человека</p> |
| <b>Вводная часть</b>  | Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед |  |   |   |  |
| <b>ОРУ</b>  | На больших мячах  | С мячами   | С палками   | С малым мячом   |  |
| <b>Основные виды движений</b>   | 1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках<br>2. Прыжки в длину с разбега).<br>3. Метание малого мяча.<br>4. Ходьба по лесенке, положенной на пол   | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики.<br>2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках<br>3. Перебрасывание мяча друг другу от груди. | 1. Ходьба по шнуру (боком) руки на поясе.<br>2. Лазание по гимнастической стенке<br>3. Прокатывание мяча в ворота | 1 Прыжки из обруча в обруч.<br>2. Ходьба по наклонной доске<br>3. Ползание в туннеле<br>4. Метание мешочков вдаль |  |
| <b>Подвижные игры</b>   | «Светофор и автомобили»   | «Мыши в кладовой»  | «Поймай комара»   | «У медведя во бору»   |  |
| <b>Малоподвижные игры</b>   | Дыхательные упражнения<br>«Надуем шарик»  | «Угадай кто позвал»  | «Релаксация «В лесу»  | Дыхательные упражнения<br>«Пчелки»  |  |

**СРЕДНЯЯ ГРУППА      Сентябрь**

| Содержание организованной образовательной деятельности  |  |  |  |   | Интеграция образовательных областей   |
|---|--|--|--|---|---|
| Этапы   | 1-я неделя   | 2-я неделя   | 3-я неделя   | 4-я неделя  |   |
| <p><b>Планируемые результаты:</b> владеет основными видами движений и выполняет команды «вперёд, назад, вверх, вниз», умеет строиться в колонну по одному и ориентироваться в пространстве; владеет умением прокатывать мяч в прямом направлении; самостоятельно выполняет гигиенические процедуры, соблюдает правила поведения при их выполнении; знает и соблюдает правила безопасности при проведении занятий в спортивном зале и на улице</p> |  |  |  |   | <p><b><u>Физическое развитие:</u></b> формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр.</p> <p><b><u>Социально – коммуникативное развитие:</u></b> формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры; учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия, убирать свою одежду.</p> <p><b><u>Познавательное развитие:</u></b> формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения</p> |
| <b>Вводная часть</b>  | Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, врассыпную с высоким подниманием коленей, перестроение в три звена   |  |  |   |   |
| <b>ОРУ</b>  | Без предметов  |  | С мячом  |   |   |
| <b>Основные виды движений</b>   | <p>1. Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (длина – 3м, ширина – 15см).</p> <p>2. Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево (вокруг обруча).</p> <p>3. Ходьба и бег между двумя линиями (ширина – 10см).</p> <p>4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до флажка.</p> | <p>1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета».</p> <p>2. Прокатывание мячей друг другу, стоя на коленях.</p> <p>3. Повтор подпрыгивания.</p> <p>4. Ползание на четвереньках с подлезанием под дугу.</p> | <p>1. Прокатывание мячей друг другу двумя руками, исходное положение – стоя на коленях.</p> <p>2. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.</p> <p>3. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками.</p> <p>4. Подлезание под дугу, поточно 2 колоннами.</p> <p>5. Прыжки на двух ногах между кеглями</p> | <p>1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.</p> <p>2. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе.</p> <p>3. Ходьба по скамейке (высота – 15см), перешагивая через кубики, руки на поясе.</p> <p>4. Игровое упражнение с прыжками на месте на двух ногах</p> |   |
| <b>Подвижные игры</b>   | «Найди себе пару»  | «Пробеги тихо»   | «Огуречик, огуречик»   | «Подарки»   |   |
| <b>Малоподвижные игры</b>   | «Гуси идут купаться». Ходьба в колонне по одному   | «Карлики и великаны»   | «Капуста - редиска»  | «Пойдём в гости»  |   |

Октябрь

| Содержание организованной образовательной деятельности  |  |  |  |   | Интеграция образовательных областей   |
|---|--|--|--|---|---|
| Этапы   | 1-я неделя   | 2-я неделя   | 3-я неделя   | 4-я неделя  |   |
| <b>Планируемые результаты:</b> знает о пользе утренней зарядки и зарядки после сна; ориентируется в пространстве при изменении направления движения, при ходьбе и беге между предметами; умеет выполнять дыхательные упражнения при ходьбе на повышенной опоре; выразительно и пластично выполняет движения игры «Мыши за котом» и танцевальные движения игры «Чудо-остров» |  |  |  |   | <p><b><u>Физическое развитие:</u></b> рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики</p> <p><b><u>Социально – коммуникативное развитие:</u></b> обсуждать пользу утренней гимнастики в детском саду и дома, поощрять высказывания детей; учить готовить инвентарь перед началом проведения занятий и игр; учить готовить инвентарь перед началом проведения занятий и игр</p> <p><b><u>Познавательное развитие:</u></b> развивать глазомер и ритмичность шага при перешагивании через бруски.</p> <p><b><u>Художественно-эстетическое развитие:</u></b> разучивать упражнения под музыку в разном темпе, проводить музыкальные игры</p> |
| <b>Вводная часть</b>  | Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба в рассыпную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках                           |  |  |   |   |
| <b>ОРУ</b>  | Без предметов  |  | С кубиками   |   |   |
| <b>Основные виды движений</b>   | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – присесть.<br>2. Прыжки на двух ногах до предмета.<br>3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.<br>4. Прыжки на двух ногах до шнура, перепрыгнуть и пойти дальше | 1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.<br>2. Прокатывание мяча друг другу, исходное положение – стоя на коленях.<br>3. Прокатывание мяча по мостику двумя руками перед собой | 1. Подбрасывание мяча вверх двумя руками.<br>2. Подлезание под дуги.<br>3. Ходьба по доске (ширина – 15см) с перешагиванием через кубики.<br>4. Прыжки на двух ногах между набивными мячами, положенными в две линии | 1. Подлезание под шнур (40см) с мячом в руках, не касаясь руками пола.<br>2. Прокатывание мяча по дорожке.<br>3. Ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики.<br>4. Игровое задание «Кто быстрее». |   |
| <b>Подвижные игры</b>   | «Кот и мыши»   | «Цветные автомобили»   | «Совушка»  | «Мы – весёлые ребята», «Карусель»   |   |
| <b>Малоподвижные игры</b>   | «Дерево, кустик, травка»   | Ходьба в рассыпную по залу «По грибы, ягоды»   | «Повстречались»  | «Пропавшие ручки»   |   |

## Ноябрь

| Содержание организованной образовательной деятельности   |   |   |   |   | Интеграция образовательных областей  |
|--|---|---|---|---|--|
| Этапы  | 1-я неделя  | 2-я неделя  | 3-я неделя  | 4-я неделя  |  |
| <p><b>Планируемые результаты:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p> |   |   |   |   | <p><b><u>Физическое развитие:</u></b><br/>рассказывать о пользе закаливания, формировать навыки безопасного поведения во время перебрасывания мяча друг другу разными способами.</p> <p><b><u>Социально – коммуникативное развитие:</u></b><br/>обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.</p> <p><b><u>Познавательное развитие:</u></b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз</p> |
| <b>Вводная часть</b>   | Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал   |   |   |   |  |
| <b>ОРУ</b>   | Без предметов   | Со скакалками   | С кубиками  | С султанчиками  |  |
| <b>ОВД</b>   | 1. Прыжки на двух ногах через шнуры.<br>2. Перебрасывание мячей двумя руками снизу (расстояние 1,5м).<br>3. Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед, перепрыгивая через шнуры.<br>4. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками из-за головы (раст. 2м) | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики.<br>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.<br>3. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине.<br>4. Прыжки на двух ногах до кубика (расстояние 3м) | 1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе.<br>2. Прыжки через бруски (взмах рук).<br>3. Ходьба по шнуру (по кругу).<br>4. Прыжки через бруски.<br>5. Прокатывание мяча между предметами | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе.<br>2. Перебрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками.<br>3. Игра «Переправься через болото». Подвижная игра «Ножки». Игровое задание «Сбей кеглю» |  |
| <b>Подвижные игры</b>  | «Быстрее к своему флажку»   | «Подарки»   | «Лиса в курятнике»  | «У медведя во бору»   |  |
| <b>Малоподвижные игры</b>  | игра «Назови одежду и обувь» (игры с мячом)   | «На параде». Ходьба в колонне по одному за ведущим.   | «Звериная зарядка»  | «Три медведя»   |  |

## Декабрь

| Содержание организованной образовательной деятельности   |  |  |   |  | Интеграция образовательных областей  |
|--|--|--|---|--|--|
| Этапы  | 1-я неделя   | 2-я неделя   | 3-я неделя  | 4-я неделя   | <p><b><u>Физическое развитие:</u></b><br/>рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению упражнений на дыхание по методике А. Стрельниковой; учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре.</p> <p><b><u>Социально – коммуникативное развитие:</u></b><br/>обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения; формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками</p> |
| <p><b>Планируемые результаты:</b> владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям</p> |  |  |   |  |  |
| <b>Вводная часть</b>   | Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными в рассыпную), по гимнастической скамейке. Ходьба с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег в рассыпную с нахождением своего места в колонне                                |  |   |  |  |
| <b>ОРУ</b>   | Без предметов  | С малым мячом  | С кубиками  | С султанчиками   |  |
| <b>Основные виды движений</b>  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Прыжки со скамейки (20см).</li> <li>2. Прокатывание мячей между набивными мячами.</li> <li>3. Прыжки со скамейки (25см).</li> <li>4. Прокатывание мячей между предметами.</li> <li>5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см)</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу.</li> <li>2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке.</li> <li>3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ползание по наклонной доске на четвереньках, хват с боков (вверх, вниз).</li> <li>2. Ходьба по скамейке, руки на поясе.</li> <li>3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше.</li> <li>4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по гимнастич. скамейке (на середине сделать поворот кругом).</li> <li>2. Перепрыг. через кубики на двух ногах.</li> <li>3. Ходьба с перешагиван. через рейки лестницы высотой 25см от пола.</li> <li>4. Перебрасывание мяча друг другу стоя в шеренгах (2 раза снизу).</li> <li>5. Спрыгивание с гимнастической скамейки</li> </ol> |  |
| <b>Подвижные игры</b>  | «Птички и птенчики»  | «Птички в гнездышках»  | «Снежинки-пушинки»  | «Мороз красный нос»  |  |
| <b>Малоподв. игры</b>  | «Найдем воробышка»   | «Летает – не летает»   | «Кто дальше бросит снежок»  | «Елочка»   |  |

**Январь**

| Содержание организованной образовательной деятельности  |   |   |   |   | Интеграция образов. областей  |
|---|---|---|---|---|---|
| Этапы   | 1-я неделя  | 2-я неделя  | 3-я неделя  | 4-я/5-я неделя  |   |
| <p><b>Планируемые результаты:</b> владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать; владеет навыком самомассажа, умеет рассказать о пользе ходьбы по ребристой поверхности босиком; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх</p> |   |   |   |   | <p><b><u>Физическое развитие:</u></b><br/>рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить по ребристой поверхности.</p> <p><b><u>Социально – коммуникативное развитие:</u></b><br/>обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь;</p> <p><b><u>Познавательное развитие:</u></b><br/>формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта; учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр.</p> <p><b><u>Художественно – эстетическое развитие:</u></b><br/>учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки</p> |
| <b>Вводная часть</b>  | Ходьба в колонне по одному, между предметами на носках. Бег между предметами, врассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; со сменой ведущего, с вып, заданий  |   |   |   |   |
| <b>ОРУ</b>  | С мячом   | С веревкой  | С обручем   | Без предметов   |   |
| <b>Основные виды движений</b>   | <p>1. Отбивание мяча одной рукой о пол (4–5 раз), ловля двумя руками.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах (ноги врозь, ноги вместе) вдоль каната поточно.</p> <p>3. Ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд.</p> <p>4. Перебрасывание мячей друг другу (руки внизу)</p> | <p>1. Отбивание мяча о пол (10–12 раз) фронтально по подгруппам.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях (2–3 раза).</p> <p>3. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него слева и справа (2–3 раза)</p> | <p>1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола.</p> <p>2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – приседание, встать и пройти дальше, спрыгнуть.</p> <p>4. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета»</p> | <p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть.</p> <p>2. Перешагивание через кубики.</p> <p>3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 25см от пола).</p> <p>4. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах (руки внизу)</p> |   |
| <b>Подвижные игры</b>   | «Найди себе пару»   | «Самолёты»  | «Зайка беленький сидит»   | «Собери букет»  |   |
| <b>Малоподвижные игры</b>   | «Ножки отдыхают». Ходьба по ребрист. доске  | «Зимушка-зима». Танцевальн. движения  | «Жили – были зайчики»   | «Цветочек», (имитация)  |   |

## Февраль

| Содержание организованной образовательной деятельности  |   |   |   |   | Интеграция образовательных областей  |
|---|---|---|---|---|--|
| Этапы   | 1-я неделя  | 2-я неделя  | 3-я неделя  | 4-я неделя  |  |
| <p><b>Планируемые результаты:</b> умеет соблюдать правила безопасности во время ходьбы и бега с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры; умеет проявлять инициативу в подготовке и уборке места проведения занятий и игр; умеет считаться с интересами товарищей и соблюдать правила подвижной или спортивной игры</p> |   |   |   |   | <p><b>Физическое развитие:</b> учить прикрывать рот платком при кашле и обращаться к взрослым при заболевании.</p> <p><b>Социально – коммуникативное развитие:</b></p> |
| <b>Вводная часть</b>  | Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий, на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег между мячами. Бег в рассыпную с остановкой, перестроение в звенья   |   |   |   |  |
| <b>ОРУ</b>  | Без предметов   | С мячом   | С гантелями   | Без предметов   | <p><b>Познавательное развитие:</b> учить определять положение предметов в пространстве по отношению к себе: впереди-сзади, сверху-внизу</p>                            |
| <b>ОВД</b>  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Прыжки на двух ногах из обруча</li> <li>2. Прокатывание мяча между предметами.</li> <li>3. Прыжки через короткие шнуры (6–8 шт.).</li> <li>4. Ходьба по скамейке на носках (бег со спрыгиванием)</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Перебрасыв. мяча друг другу двумя руками из-за головы.</li> <li>2. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой руками (5–6 раз).</li> <li>3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях, коленях.</li> <li>4. Прыжки на двух ногах между кубиками, поставленными в ряд</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ползание по наклонной доске на четвереньках.</li> <li>2. Ходьба с перешагиван. через набивные мячи, высоко поднимая колени.</li> <li>3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 25см).</li> <li>4. Прыжки на правой и левой ноге до кубика (2м)</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба и бег по наклонной доске.</li> <li>2. Игровое задание «Перепрыгни через ручеек».</li> <li>3. Игровое задание «Пробеги по мостику».</li> <li>4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч</li> </ol> |  |
| <b>Подвижные игры</b>   | «Поход в музей»   | «Лохматый пес»  | Эстафетная игра «Наша армия сильна»   | «Плотники»  |  |
| <b>Малоподвижные игры</b>   | Ходьба в сочетании с прыжком на счёт «три»  | «Кошечка крадется»  | «Танки»   | «Маляры»  |  |



## Март

| Содержание организованной образовательной деятельности   |   |   |  |   | Интеграция образовательных областей  |
|--|---|---|--|---|--|
| Этапы  | 1-я неделя  | 2-я неделя  | 3-я - неделя   | 4-я неделя  |  |
| <b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места; умеет прокатывать мяч по заданию педагога: «далеко, близко, вперёд, назад», планировать последовательность действий и распределять роли в игре «Охотники и зайцы» |   |   |  |   | <p><b><u>Физическое развитие:</u></b> формировать навык оказания первой помощи при травме; учить соблюдать правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места и через кубики, ходьбы и бега по наклонной доске.</p> <p><b><u>Социально – коммуникативное развитие:</u></b> поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры.</p> <p><b><u>Познавательное развитие:</u></b> рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять кругозор</p> |
| <b>Вводная часть</b>   | Ходьба в колонне по одному; на носках, пятках, подскоком, врассыпную. Ходьба и бег парами «Лошадки» (по кругу); с выполнением заданий по сигналу; перестроение в колонну по три   |   |  |   |  |
| <b>ОРУ</b>   | С обручем   | С малым мячом   | С флажками   | С лентами   |  |
| <b>ОВД</b>   | 1. Прыжки в длину с места (фронтально).<br>2. Перебрасывание мешочков через шнур.<br>3. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы (расстояние до шнура 2м) и ловля после отскока (парами).<br>4. Прокатывание мяча друг другу (сидя, ноги врозь) | 1. Прокатывание мяча между кеглями, поставленными в один ряд (1м).<br>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.<br>3. Прокатывание мячей между предметами.<br>4. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочками на спине | 1. Лазание по наклонной лестнице, закрепленной за вторую рейку.<br>2. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки в стороны.<br>3. Перешагивание через шнуры (6–8), положенные в одну линию.<br>4. Лазание по гимнастич. стенке с продвижен. вправо, спуск вниз. | 1. Ходьба и бег по наклонной доске.<br>2. Перешагивание через набивные мячи.<br>3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, руки на поясе, на середине доски перешагивать через набивной мяч.<br>4. Прыжки на двух ногах через кубики |  |
| <b>Подвижные игры</b>  | Эстафетная игра «Собери набор»  | «Мы веселые ребята»   | «Ручеек»   | «Бег по дорожке»  |  |
| <b>Малоподв. И.</b>  | «Пузыри в стакане»  | «Мама спит, она устала»   | «Подснежники»  | «По камушкам»   |  |

## Апрель

| Содержание организованной образовательной деятельности  |   |   |  |   | Интеграция образовательных областей   |
|---|---|---|--|---|---|
| Этапы   | 1-я неделя  | 2-я неделя  | 3-я неделя   | 4-я/5 -я неделя   |   |
| <p><b>Планируемые результаты:</b> соблюдает правила безопасности во время метания мешочка и знает значение понятий «дальше, ближе»; умеет соблюдать дистанцию при построении и движении на площадке, выполняет команды «направо, налево, кругом»; владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методу К. Бутейко; умеет выполнять упражнения ритмической гимнастики под счёт и определённое количество раз</p> |   |   |  |   | <p><b><u>Физическое развитие:</u></b> рассказывать о пользе дыхательных упражнений по методике К. Бутейко; учить правилам безопасности при метании предметов разными способами в цель.</p>  |
| <b>Вводная часть</b>  | Ходьба и бег: по кругу, взявшись за руки; врассыпную, с изменением направления; с остановкой по сигналу с заданием; с перестроением в три звена, перестроением в пары; врассыпную между предметами, не задевая их |   |  |   |   |
| <b>ОРУ</b>  | Без предметов   | С мячом   | С косичкой   | Без предметов   | <p><b><u>Художественно – эстетическое развитие:</u></b> вводить элементы ритмической гимнастики; учить запоминать комплекс упражнений ритмической гимнастики; учить детей воспроизводить движения в творческой форме, развивать воображение</p> |
| <b>Основные виды движений</b>   | 1. Прыжки в длину с места (фронтально).<br>2. Бросание мешочков в горизонтальную цель (3–4 раза) поточно.<br>3. Метание мячей в вертикальную цель.<br>4. Отбивание мяча о пол одной рукой несколько раз           | 1. Метание мешочков на дальность.<br>2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях.<br>3. Прыжки на двух ногах до флажка между предметами, поставленными в один ряд | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики.<br>2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.<br>3. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, на середине – присесть, встать, пройти | 1. Ходьба по наклонной доске (ширина 15см, высота 35см).<br>2. Прыжки в длину с места.<br>3. Перебрасывание мячей друг другу.<br>4. Прокатывание мяча вокруг кегли двумя руками |   |
| <b>Подвижные игры</b>   | «Совушка»   | «Найди свой цвет»   | «Зайка серый умывается»  | «Прыжки на травке»  |   |
| <b>Малоподвижные игры</b>   | «Журавли летят».<br>Ходьба в колонне по одному на носках  | Игра с мячом «Назови бытовые приборы»   | «Будем здоровыми»  | «Дом»   |   |

## Май

| Содержание организованной образовательной деятельности  |   |  |   |   | Интеграция образовательных областей  |
|---|---|--|---|---|--|
| Этапы   | 1-я неделя  | 2-я неделя   | 3-я неделя  | 4-я неделя  |  |
| <p><b>Планируемые результаты:</b> владеет навыками лазания по гимнастической стенке, соблюдает правила безопасности при спуске; умеет метать предметы разными способами правой и левой рукой; владеет навыком самостоятельного счёта (до 5) прыжков через скамейку; через скакалку; планирует действия команды в игре «Удочка», соблюдает правила игры и умеет договариваться с товарищами по команде</p> |   |  |   |   | <p><b><u>Физическое развитие:</u></b> учить технике звукового дыхания во время выполнения ходьбы; учить соблюдать правила безопасности во время лазания по гимнастической стенке разными способами.</p> <p><b><u>Социально – коммуникативное развитие:</u></b> формировать навык ролевого поведения, учить выступать в роли капитана команды. формировать умение договариваться об условиях игры, объяснить правила игры</p> |
| <b>Вводная часть</b>  | Ходьба и бег: со сменой ведущего; между предметами; с высоко поднятыми коленями; в полуприседе; бег «Лошадка»   |  |   |   |  |
| <b>ОРУ</b>  | С кубиками  | С обручем  | С гимнастической палкой   | Без предметов   |  |
| <b>Основные виды движений</b>   | 1. Прыжки через скакалку на двух ногах на месте.<br>2. Перебрасывание мяча двумя руками снизу в шеренгах (2–3 м).<br>3. Метание правой и левой рукой на дальность | 1. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой.<br>2. Ползание на животе по гимнастической скамейке, хват с боков.<br>3. Прыжки через скакалку.<br>4. Подвижная игра «Удочка» | 1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой, на середине присесть и пройти дальше.<br>2. Прыжки на двух ногах между предметами.<br>3. Лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек | 1. Прыжки на двух ногах через шнуры.<br>2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.<br>3. Игровое задание «Один – двое».<br>4. Перебрасывание мячей друг другу – двумя руками снизу, ловля после отскока |  |
| <b>Подвижные игры</b>   | «Пчелки»  | «Собери букет»   | «Лягушки»   | «Прыжки на травке»  |  |
| <b>Малоподвижные игры</b>   | «Муравьишки»  | Дыхательное упр. «Одуванчик»   | «Угадай, где спрятано»  | «По дорожке»  |  |

**СТАРШАЯ ГРУППА    Сентябрь**

| <b>Содержание организованной образовательной деятельности</b>   |   |  |   |  | <b>Интеграция образовательных областей</b>  |
|---|---|--|---|--|---|
| <b>Этапы</b>  | <b>1-я неделя</b>   | <b>2-я неделя</b>  | <b>3-я неделя</b>   | <b>4-я неделя</b>  |   |
| <p><b>Планируемые результаты:</b> Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; аккуратно одевается и раздевается соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в подвижных играх; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку.</p> |   |  |   |  | <p><b><u>Физическое развитие:</u></b><br/>Проводить комплекс закаливающих процедур (воздушные ванны); формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физ.упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдать порядок в своем шкафу</p> <p><b><u>Социально – коммуникативное развитие:</u></b> Побуждать детей к самооценке и оценке действий; формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры;</p> <p><b><u>Речевое развитие:</u></b> поощрять речевую активность детей в процессе двиг. активности, обсуждать пользу соблюдения режима дня; убирать сп.инвентарь при проведении физ.упр</p> <p><b><u>Познавательное развитие:</u></b></p> |
| <b>Вводная часть</b>  | Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, на носках, пятках, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, враспынную с высоким подниманием коленей, бег до 1 мин перестроение в три звена  |  |   |  |   |
| <b>ОРУ</b>  | Без предметов   |  | С мячом   |  |   |
| <b>Основные виды движений</b>   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба с перешагиванием через кубики, через мячи.</li> <li>2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, змейкой между предметами.</li> <li>3. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, после удара мяча об пол подбрасывать вверх двумя руками (не прижимая к груди).</li> <li>4. Бег в среднем темпе до 1 минуты в чередовании с ходьбой, ползанием на четвереньках</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета».</li> <li>2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка</li> <li>3 Ползание на четвереньках по гимн. скамейке на ладонях и коленях, на предплечьях и коленях.</li> <li>4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе, с мешочком на голове</li> <li>5. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Подлезание в обруч в группировке, боком, прямо</li> <li>2. Перешагивание через бруки с мешочком на голове</li> <li>3. Ходьба с мешочком на голове.</li> <li>4. Прыжки на двух ногах между кеглями с мешочком между колен.</li> <li>5. Ходьба «Пингвин»</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.</li> <li>2. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе.</li> <li>3. Ходьба по скамейке (высота – 15см), перешагивая через кубики, руки на поясе.</li> <li>4. Игровое упражнение с прыжками на месте на двух ногах</li> </ol> |   |
| <b>Подвижные игры</b>   | «Запрещенное движение»  | «Удочка»   | «Мы веселые ребята»   | «Ловишки с ленточками»   |   |

|                    |                              |   |   |                     |   |
|--------------------|------------------------------|---|---|---------------------|---|
| Малоподвижные игры | «Тише едешь – дальше будешь» | «Гуси идут домой»<br>Спокойная ходьба в колонне по одному | Ходьба с выполнением заданий, дышат. упражнения | «Подойди не слышно» | формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения |
|--------------------|------------------------------|---|---|---------------------|---|

**Октябрь**

**Содержание организованной образовательной деятельности**

| Этапы   | 1-я неделя  | 2-я неделя  | 3-я неделя   | 4-я/5-я неделя  | Интеграция образовательных областей   |
|---|---|---|--|---|---|
|   |   |   |  |   | <u>Физическое развитие:</u><br>расширять представление о важных компонентах ЗОЖ (движение, солнце, воздух).<br><u>Социально – коммуникативное развитие:</u><br>создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества; обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимн., зависимость здоровья от правильного питания.<br><u>Познавательное развитие:</u><br>развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием ч/з кубики, мячи.<br><u>Художественно-эстетическое развитие:</u><br>вводить элементы ритмической гимнастик; проводить игры и упражнения под музыку__ |
| <b>Планируемые результаты:</b> владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку. |   |   |  |   |   |
| <b>Вводная часть</b>  | Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег в рассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.    |   |  |   |   |
| <b>ОРУ</b>  | Без предметов   | С гимнастической палкой   | С малым мячом  | С обручем   |   |
| <b>Основные виды движений</b>   | 1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги..<br>2. Переползание через препятствие<br>3 Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой.<br>4. Ползание на четвереньках, подлезание под дугу прямо и боком | 1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики.<br>2. Прыжки на двух ногах ч/з шнуры, прямо, боком<br>3 Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы.<br>4. Ходьба по скамейке, на середине приседание, встать и пройти дальше | 1. Пролезание через три обруча (прямо, боком).<br>2 Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком..<br>3. Перелезание с преодолением препятствия.<br>4. Ходьба по скамейке, на середине порот, перешагивание через мяч | 1.Ходьба по скамейке на носках в руках веревочка<br>2..Прыжки через предметы, чередуя на двух ногах, на одной ноге, продвигаясь вперед<br>3.Перебрасывание мяча друг другу, сидя по-турецки<br>4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед, ноги на вису |   |
| <b>Подвижн. игры</b>  | «Перелет птиц»  | «Зайцы в огороде»   | «Гуси-гуси»  | «Мы – весёлые ребята»   |   |

|                           |   |                  |                    |                    |  |
|---------------------------|---|------------------|--------------------|--------------------|--|
| <b>Малоподвижные игры</b> | Упражнение «Кто перепрыгнет ручеек в самом широком месте» | «Овощи и фрукты» | «Вершки и корешки» | «Летает-не летает» |  |
|---------------------------|---|------------------|--------------------|--------------------|--|

**Ноябрь**

**Содержание организованной образовательной деятельности**

| Этапы                          | 1-я неделя  | 2-я неделя   | 3-я неделя   | 4-я неделя  | <b>Интеграция образовательных областей</b>   |
|--------------------------------|---|--|--|---|--|
|                                |   |  |  |   | <p><u><b>Физическое развитие:</b></u><br/>рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой; формировать навыки безопасного поведения во время ползания на четвереньках и по гимнастической скамейке, перестроения в шеренгу, колонну, бега в рассыпную.</p> <p><u><b>Социально – коммуникативное развитие</b></u> побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр; обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.</p> <p><u><b>Познавательное развитие:</b></u><br/>ориентироваться в окружающем пространстве, понимать</p> |
| <b>Планируемые результаты:</b> | <p>владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физ.упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая поэтические и музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упр. ритм.гимн.и п/и.</p> |  |  |   |  |
| <b>Вводная часть</b>           | <p>Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег в рассыпную, с остановкой на сигнал</p>   |  |  |   |  |
| <b>ОРУ</b>                     | С малым мячом   | Без предмета   | С мячом большого диаметра  | На гимнастической скамейке  |  |
| <b>Основные виды движений</b>  | <p>1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягивание двумя руками</p> <p>2. Ведение мяча с продвижением вперед</p> <p>3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч</p> <p>4. Бег по наклонной доске</p>   | <p>1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета»</p> <p>2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка</p> <p>3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, предплечьях и коленях</p> <p>4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе мешочек на голове</p> | <p>1. Подлезание под шнур боком, прямо не касаясь руками пола</p> <p>2. Ходьба с мешочком на голове по гимнастической скамейке, руки на поясе</p> <p>3. Прыжки с места на мат, прыжки на правой и левой ноге между предметами</p> <p>4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо</p> | <p>1. Ходьба по гимн. скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками</p> <p>2. Спрыгивание со скамейки на мат.</p> <p>3. Ползание до флажка прокатывая мяч впереди себя</p> <p>4. Лазание по гимн. стенке разноименным способом</p> |  |
| <b>Подвижные игры</b>          | «Не оставайся на полу»  | «Круговая лапта»   | «Платочек»   | «Эстафета парами»   |  |

|                    |                    |                   |                       |                                 |   |
|--------------------|--------------------|-------------------|-----------------------|---------------------------------|---|
| Малоподвижные игры | «Угадай по голосу» | «Пропавшие ручки» | «Найди, где спрятано» | «Две ладошки».<br>(музыкальная) | смысл пространственных отношений (влево-вправо, вверх-вниз) |
|--------------------|--------------------|-------------------|-----------------------|---------------------------------|---|

### Декабрь

| Содержание организованной образовательной деятельности   |   |   |  |   | Интеграция образовательных областей  |
|--|---|---|--|---|--|
| Этапы  | 1-я неделя  | 2-я неделя  | 3-я неделя   | 4-я неделя  |  |
| <b>Планируемые результаты:</b> владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям. |   |   |  |   | <p><b>Физическое развитие:</b> рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению элементов упражнений на дыхание по методике А. Стрельниковой; учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре.</p> <p><b>Социально – коммуникативное развитие</b> формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками; обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения.</p> |
| <b>Вводная часть</b>   | Ходьба и бег между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом в другую сторону, ходьба в полуприседе, широким шагом, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасывании ног назад. Дыхательные упражнения                      |   |  |   |  |
| <b>ОРУ</b>   | С обручем   | С флажками  | Без предметов  | Без предметов   |  |
| <b>Основные виды движений</b>  | 1. Прыжки со скамейки (20см) на мат<br>2. Ходьба по наклонной доске, закрепленной на гимн. стенке<br>3. Перешагивание через бруски, справа и слева от него<br>4. Прокатывание мячей между предметами.<br>5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см) | 1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка.<br>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.<br>3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей<br>4. Лазание по гимн. стенке с переходом на другой пролет<br>5. Прыжки на двух ногах через шнур (две ноги по бокам- одна нога в середине) | 1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом (вверх, вниз).<br>2. Метание мешочков вдаль.<br>3. Ходьба по гимн. скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше.<br>4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч | 1. Ходьба по гимн. скамейке с перекатом мяча по талии<br>2. Прыжки с разбега на мат<br>3. Метание вдаль<br>4. Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь(кошечка) |  |
| <b>Подвижные игры</b>  | «Мороз Красный нос»   | «Уголки»  | «Ключи»  | «Два Мороза»  |  |

### Январь

|  |            |
|--|------------|
| Содержание организованной образовательной деятельности | Интеграция |
|--|------------|

| Этапы                         | 1-я - 2-я неделя  |  | 3-я неделя  | 4-я неделя   | образовательных областей  |
|-------------------------------|---|--|---|--|---|
|                               | <p><b>Планируемые результаты:</b> владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать; владеет навыком самомассажа, умеет рассказать о пользе ходьбы по ребристой поверхности босиком; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх</p> |  |   |  |   |
| <b>Вводная часть</b>          | Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, враспынную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; по кругу держась за шнур, с выполнением заданий, челночный бег   |  |   |  | <p><b>Социально – коммуникативное развитие:</b> формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей; формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта; учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр.</p> |
| <b>ОРУ</b>                    | С кубиками  | Со шнуром  | На гимнастической скамейке  | С обручем  | <p><b>Художественно-эстетическое развитие:</b> учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки</p>  |
| <b>Основные виды движений</b> | 1. Ходьба по наклонной доске(40см).<br>2. Прыжки на правой и левой ногах между кубиками.<br>3. Попади в обруч (правой и левой)<br>4. Ходьба по гимн. скамейке с перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую  | 1. Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове.<br>2. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед – ноги на вису<br>3. Прыжки в длину с места<br>4. Метание в цель | 1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола.<br>2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени, по гимн скамейке, на середине – приседание, встать и пройти дальше, спрыгнуть.<br>3. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета»<br>4. Метание вдаль | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть, с перешагиванием через рейки<br>2. Прыжки в длину с места.<br>3. Метание мяча в вертикальную цель<br>4. Пролезание в обруч правым и левым боком |   |
| <b>Подвижн. игры</b>          | «Ловишка с мячом»   | «Мышеловка»  | «Совушка»   | «Звериная зарядка»   |   |
| <b>Малоподвижные игры</b>     | «Ножки отдыхают». массаж стоп мячами  | «Зимушка-зима».  | Игровое упражнение «Веселые воробышки»  | «Почта»  |   |

Февраль



| Содержание организованной образовательной деятельности |  |   |  |   | Интеграция образовательных областей  |
|--|--|---|--|---|--|
| Этапы  | 1-я неделя   | 2-я неделя  | 3-я неделя   | 4-я неделя  |  |
| <b>Планируемые результаты:</b>                         | знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры |   |  |   | <p><b><u>Физическое развитие:</u></b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой; формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.</p> <p><b><u>Социально – коммуникативное развитие:</u></b> побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время игр; обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.</p> <p><b><u>Познавательное развитие:</u></b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз; учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр</p> |
| <b>Вводная часть</b>                                   | Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком (правое-левое плечо вперед), перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий   |   |  |   |  |
| <b>ОРУ</b>   | С гимнастической палкой  | С большим мячом   | На гимнастической скамейке   | Без предметов   |  |
| <b>Основные виды движений</b>                          | 1. Ходьба по скамейке раскладывая и собирая мелкие кубики<br>2. Прыжки через скакалку (неподвижную).<br>3. Прокатывание мяча между кеглями<br>4. Ползание по пластунски до обозначенного места   | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики.<br>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.<br>3. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине.<br>4. Прыжки на двух ногах до кубика (расстояние 3м) | 1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке<br>2. Прыжки через бруски правым боком<br>3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо<br>4 Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе.<br>2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками.<br>3. Прыжки через скамейку<br>4. Лазание по гимнастической стенке |  |
| <b>Подвижные игры</b>                                  | «Автомобили»   | «Охотники и зайцы»  | «У солдат порядок строгий»   | «Запрещенное движение»  |  |
| <b>Малоподвижные игры</b>                              | «Поезд»  | «Четыре стихии».  | Игровое упражнение: «Снайперы  | «Светофор»  |  |

## Март

| Содержание организованной образовательной деятельности   |   |   |  |  | Интеграция образовательных областей  |
|--|---|---|--|--|--|
| Этапы  | 1-я неделя  | 2-я неделя  | 3-я неделя   | 4-я неделя   |  |
| <p><b>Планируемые результаты:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p> |   |   |  |  | <p><b><u>Физическое развитие:</u></b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой; формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными</p> <p><b><u>Социально – коммуникативное развитие:</u></b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие); обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.</p> <p><b><u>Познавательное развитие:</u></b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз; учить правильно подбирать</p> |
| <b>Вводная часть</b>   | Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег в рассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы   |   |  |  |  |
| <b>ОРУ</b>   | С малым мячом   | Без предметов   | С кубиками   | Без предметов  |  |
| <b>Основные виды движений</b>  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове</li> <li>2. Перебрасывание мячей двумя руками с отскоком от пола(расстояние 1,5м).</li> <li>3. Прыжки из обруча в обруч</li> <li>4. Ползание по-пластунски в сочетании с перебежками</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой</li> <li>2. Метание мешочков в цель правой и левой рукой.</li> <li>3. Пролезание в обручи</li> <li>4. Прыжок в высоту с разбега</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по ограниченной поверхности боком, с хлопками перед собой</li> <li>2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола</li> <li>3. Ползание по скамейке по-медвежьи</li> <li>4. Прыжки через шнур две ноги в середине одна.</li> <li>5. Подлезание под дугу</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом</li> <li>2. Метание в горизонтальную цель</li> <li>3. Прыжки со скамейки на мат</li> <li>4. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом</li> </ol> |  |
| <b>Подвижные игры</b>  | Эстафета «Собери цветы»   | «Собери ручейки в речку»  | «Пожарные на ученье»   | «Ловишка с мячом»  |  |

|                    |                               |                               |          |                              |  |
|--------------------|-------------------------------|-------------------------------|----------|------------------------------|--|
| Малоподвижные игры | Психогимнастика «Ласкушенька» | «Солнышко, заборчик, камешки» | «Маляры» | Упражнение «Лучистые глазки» | предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр |
|--------------------|-------------------------------|-------------------------------|----------|------------------------------|--|

### Апрель

| Содержание организованной образовательной деятельности |  |   |   |   | Интеграция образовательных областей  |
|--|--|---|---|---|--|
| Этапы  | 1-я неделя   | 2-я неделя  | 3-я неделя  | 4-я/5-я неделя  |  |
| <b>Планируемые результаты:</b>                         | знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперед, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры |   |   |   | <p><b>Физическое развитие:</b> рассказывать о пользе ЗОЖ, формировать навыки безопасного поведения во время перебрасывания мяча друг другу разными способами</p> <p><b>Социально – коммуникативное развитие:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества; обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.</p> <p><b>Познавательное развитие:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз</p> <p><b>Художественно-эстетическое развитие:</b> развивать эмоциональную сферу ребенка, используя музыкальные композиции</p> |
| <b>Вводная часть</b>                                   | Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево   |   |   |   |  |
| <b>ОРУ</b>   | С гимнастической палкой  | С короткой скакалкой  | С малым мячом   | Без предметов   |  |
| <b>Основные виды движений</b>                          | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на кругом и передачей мяча перед собой на каждый шаг<br>2. Прыжки из обруча в обруч.<br>3. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой<br>4. Вис на гимнастической стенке  | 1. Ходьба по ограниченной опоре с перебрасыванием малого мяча перед собой<br>2. Пролезание в обруч боком<br>3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями<br>4. Прыжки в высоту | 1. Ходьба по скамейке спиной вперед<br>2. Прыжки через скакалку<br>3. Метание вдаль набивного мяча<br>4. Ползание по туннелю.<br>5. Прокатывание обручей друг другу | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе.<br>2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками.<br>3. Лазанье по гимн.стенке с переходом на другой пролет<br>4. Прыжки через длинную скакалку |  |
| <b>Подвижные игры</b>                                  | «Медведи и пчелы»  | «Полет»   | Эстафета «Картошка в ложке»   | «Ловишка с ленточками»  |  |
| <b>Малоподвижные игры</b>                              |  | «Кто на чем полетит»  | Дыхательное упражнение «Буря в стакане»   |   |  |

**Май**

| Содержание организованной образовательной деятельности   |   |   |   |   | Интеграция образовательных областей   |
|--|---|---|---|---|---|
| Этапы  | 1-я неделя  | 2-я неделя  | 3-я неделя  | 4-я неделя  |   |
| <p><b>Планируемые результаты:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p> |   |   |   |   | <p><b><u>Физическое развитие:</u></b> развивать у детей интерес к своему здоровью; учить заботиться о себе; закреплять культурно – гигиенические навыки и знания по охране жизни и здоровья.</p> <p><b><u>Социально – коммуникативное развитие:</u></b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие); обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.</p> <p><b><u>Познавательное развитие:</u></b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз</p> |
| <b>Вводная часть</b>   | Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед |   |   |   |   |
| <b>ОРУ</b>   | Без предметов   | С флажками  | С мячом   | С обручем   |   |
| <b>Основные виды движений</b>  | <p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.</p> <p>2. Прыжки в длину с разбега).</p> <p>3. Метание набивного мяча.</p> <p>4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней</p>                   | <p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.</p> <p>3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы</p> <p>4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед</p> | <p>1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе.</p> <p>2. Лазание по гимнастической стенке</p> <p>3. Прыжки через бруски.</p> <p>4. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию</p> | <p>1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе</p> <p>3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед</p> <p>4. Лазание по гимнастической стенке</p> |   |
| <b>Подвижные игры</b>  | «Разведчики»  | «Парашют» (с бегом)   | «Медведь и пчелы»   | Эстафета «Дружба»   |   |
| <b>Малоподвижные игры</b>  | Игровое упражнение «Меткие стрелки»   | «Море волнуется»  | Игровое упражнение «Муравьи»  | Игра с парашютом  |   |

**ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА Сентябрь**

| Содержание организованной образовательной деятельности  |  |   |   |  | Интеграция образовательных областей  |
|---|--|---|---|--|--|
| Темы  | 1-я неделя   | 2-я неделя  | 3-я неделя  | 4-я неделя   |  |
| <b>Планируемые результаты:</b> ходьба и бег в колонне по 1му с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняют равновесие на повышенной опоре, ходьба по скамейке прямо с мешочком на голове; правильно выполняют все виды основных движений; прыгают на 2х ногах из обруча в обруч, перебрасывают мяч друг другу.: 2мя руками снизу, из-за головы 3м.; самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности сверстников, в том числе п/и, уверенно анализируют их |  |   |   |  | <p><b>Физическое развитие:</b> проводить комплекс закаливающих процедур (воздушные ванны); формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физ.упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдать порядок в своем шкафу</p> <p><b>Социально-коммуникативное развитие:</b> Переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и своих сверстников, её, успешных результатов, сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам; формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры; поощрять речевую активность детей в процессе двиг.активности, обсуждать пользу соблюдения режима дня; убирать сп.инвентарь при</p> |
| <b>Вводная часть</b>  | Построение в колонну по одному, расчет на первый второй, перестроение из одной в две колонны, ходьба на носках, пятках, с разным положением рук, бег в колонне, на носках, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасыванием их назад, челночный бег, с высоким подниманием колен. |   |   |  |  |
| <b>ОРУ</b>  | С малым мячом  |   | С палками   |  |  |
| <b>Основные виды движений</b>   | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием (бокром приставным шагом).<br>2. Прыжки с места на мат ( через набивные мячи)<br>3.Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, (из-за головы)<br>4. Ползание на животе по гимнастической скамейке                 | 1.Прыжки с поворотом «кругом», доставанием до предмета.<br>2. Метание в горизонтальную цель, в вертикальную цель<br>3 Пролезание в обруч разноименными способами, пол шнур<br>4. Ходьба по гимнастической скамейке с перекатыванием перед собой мяча двумя руками, с мешочком на голове | 1. Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа<br>2. Перебрасывание мяча через сетку<br>3. Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием на одной ноге другой махом вперед сбоку скамейки<br>4. Прыжки через скакалку с вращением перед собой | 1. Ползание по гимнастической скамейке на животе с подтягиванием руками<br>2.Ходьба по наклонной доске и спуск по гимн стенке<br>3.Прыжки с места вдали<br>4. Перебрасывание мяча из одной руки в другую<br>5. Упражнение «крокодил» |  |
| <b>Подвижные игры</b>   | «Совушка»  | «Перемени предмет»  | «Ловишка, бери ленту»   | «Горелки»  |  |
| <b>Заключит. часть</b>  | «Найди и промолчи»   | «Дует, дует ветерок»  | Ходьба с выполнением заданий дыхательные упражнения   | «Подойди не слышно»  |  |

|  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  | проведении физ.упр.<br><b><u>Познавательное развитие:</u></b><br>формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения |
|--|--|--|--|--|--|

**Октябрь**

| Содержание организованной образовательной деятельности  |  |  |  |   | Интеграция образовательных областей  |
|---|--|--|--|---|--|
| Этапы   | 1-я неделя   | 2-я неделя   | 3-я неделя   | 4-я неделя  |  |
| <b>Планируемые результаты:</b> владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений .ритмической гимн. д музыки. |  |  |  |   |  |
| <b>Вводная часть</b>  | Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег враспынную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.                                    |  |  |   | <b><u>Физическое развитие:</u></b><br>расширять представление о важных компонентах ЗОЖ (движение, солнце, воздух).<br><b><u>Социально-коммуникативное развитие:</u></b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие); обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимн., зависимость здоровья от правильного питания; учить следить за чистотой спортивного инвентаря<br><b><u>Познавательное развитие:</u></b> развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием ч/з кубики, мячи.<br><b><u>Художественно-эстетическое воспитание:</u></b> продолжать |
| <b>ОРУ</b>  | Без предметов  |  | С султанчиками (под музыку)  |   |  |
| <b>Основные виды движений</b>   | 1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги..<br>2. Ходьба по скамейке с высоким подниманием прямой ноги схлопком<br>3 Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой.<br>4. Ползание на четвереньках, подлезание под дугу прямо и боком | 1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики<br>2. Прыжки на двух ногах с мешочком зажатым между ног<br>3 Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы.<br>4.Лазание по гимн стенке | 1. Пролезание через три обруча (прямо, боком).<br>2 Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком..<br>3. Перелезание с преодолен.препятствий<br>4. Ходьба по скамейке, на середине порот, перешагивание через мяч | 1.Ходьба по узкой скамейке<br>2..Прыжки через веревочку на одной ноге, с продвиж.<br>3.Перебрасывание мяча друг другу на ходу<br>4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед, ноги на вису |  |
| <b>Подвижные игры</b>   | «Удочка»   | «Жмурки»   | «Гуси-гуси»  | «Мы – весёлые ребята»   |  |

|                            |                            |                                   |                    |                    |   |
|----------------------------|----------------------------|-----------------------------------|--------------------|--------------------|---|
| Малопод-<br>вижные<br>игры | «Съедобное – не съедобное» | «Чудо-остров». Танцевальные движ. | «Найди и промолчи» | «Летает-не летает» | вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку__ |
|----------------------------|----------------------------|-----------------------------------|--------------------|--------------------|---|

### Ноябрь

| Содержание организованной образовательной деятельности   |  |   |  |  | Интеграция образовательных областей   |
|--|--|---|--|--|---|
| Этапы  | 1-я неделя   | 2-я неделя  | 3-я неделя   | 4-я неделя   |   |
| <b>Планируемые результаты:</b> владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая поэтические и музыкальные произведения, сопровождающие выполнением упражнений ритмической гимнастики и п/и. |  |   |  |  | <p><b>Физическое развитие:</b> рассказывать о пользе закаливания, формировать навыки безопасного поведения во время ползания на четвереньках и по гимнастической скамейке, перестроения в шеренгу, колонну, бега в рассыпную.</p> <p><b>Социально-коммуникативное развитие:</b> побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр; обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.</p> <p><b>Познавательное развитие:</b> ориентироваться в окружающем пространстве, понимать смысл пространственных отношений (влево-вправо, вверх-вниз); следить за опрятностью своей</p> |
| <b>Вводная часть</b>   | Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег в рассыпную, с остановкой на сигнал |   |  |  |   |
| <b>ОРУ</b>   | Со скакалкой   | С обручем   | Без предметов  | Парами с палкой  |   |
| <b>Основные виды движений</b>  | 1. Прыжки через скамейку<br>2. Ведение мяча с продвижением вперед<br>3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч<br>4. Бег по наклонной доске  | 1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета»<br>2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка с кружением вокруг себя<br>3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, предплечьях и коленях<br>4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе мешочек на голове | 1. Подлезание под шнур боком, прямо не касаясь руками пола<br>2. Ходьба с мешочком на голове по гимнастической скамейке, руки на поясе<br>3. Прыжки с места на мат,<br>4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо | 1. Ходьба по гимн. скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками<br>2. Спрыгивание со скамейки на мат.<br>3. Ползание до флажка прокатывая мяч впереди себя<br>4. Лазание по гимн. стенке разноименным способом |   |

|                           |                                 |             |                                      |                              |  |
|---------------------------|---------------------------------|-------------|--------------------------------------|------------------------------|--|
| <b>Подвижные игры</b>     | «Быстро возьми, быстро положи»  | «Удочка»    | «Кто скорее до флажка докатит обруч» | «Эстафета парами»            | физкультурной формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование |
| <b>Малоподвижные игры</b> | «Самомассаж» ног мячами ежиками | «Затейники» | «Найди, где спрятано»                | «Две ладошки». (музыкальная) |  |

## ДЕКАБРЬ

| Содержание организованной образовательной деятельности  |  |   |   |  | Интеграция образовательных областей  |
|---|--|---|---|--|--|
| Этапы   | 1-я неделя   | 2-я неделя  | 3-я неделя  | 4-я неделя   |  |
| <b>Планируемые результаты:</b> владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям |  |   |   |  | <p><b><u>Физическое развитие:</u></b> рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению элементов упражнений на дыхание по методике А. Стрельниковой; учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре.</p> <p><b><u>Социально-коммуникативное развитие:</u></b> формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками; обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения; следить за опрятностью своей физкультурной</p> |
| <b>Вводная часть</b>  | Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени. Дыхательные упражнения |   |   |  |  |
| <b>ОРУ</b>  | Без предметов  | С мячом   | С обручами  | С султанчиками под музыку  |  |
| <b>Основные виды движений</b>   | 1. Прыжки из глубокого приседа<br>2. Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием<br>3. Метание набивного мяча вдаль<br>4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед  | 1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка.<br>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.<br>3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей<br>4. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет<br>5. Прыжки на двух ногах через шнур (две ноги по бокам - одна нога в середине) | 1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом (вверх, вниз).<br>2. Метание мешочков в даль правой и левой рукой.<br>3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше.<br>4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с отбиванием мяча о пол<br>2. Прыжки с разбега на мат<br>3. Метание в цель<br>4. Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь (кошечка) и с мешочком на спине |  |



|                           |               |                             |                       |              |  |
|---------------------------|---------------|-----------------------------|-----------------------|--------------|--|
| <b>Подвижные игры</b>     | «Хитрая лиса» | «Охотники и зайцы»          | «Пожарные на ученьях» | «Два мороза» | формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование |
| <b>Малоподвижные игры</b> | «Фигуры»      | «Тише-едешь, дальше-будешь» | «Найди и промолчи»    | «Подарки»    |  |

### Январь

| Содержание организованной образовательной деятельности   |   |   |   |   | Интеграция образовательных областей   |
|--|---|---|---|---|---|
| Темы   | 1-я неделя  | 2-я неделя  | 3-я неделя  | 4-я неделя  |   |
| <p><b>Планируемые результаты:</b> владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега; владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и,.; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх</p> |   |   |   |   | <p><b>Физическое развитие:</b> рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности.</p> <p><b>Социально-коммуникативное развитие:</b> обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь; учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр; формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей.</p> <p><b>Познавательное развитие:</b> формировать умение двигаться в заданном направлении, используя</p> |
| <b>Вводная часть</b>   | Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени с выполнением заданий, челночный бег |   |   |   |   |
| <b>ОРУ</b>   | С палкой  | С мячом   | С гирями  | С султанчиками под музыку   |   |
| <b>Основные виды движений</b>  | 1. Ходьба по наклонной доске(40см).<br>2. Прыжки в дл. с места<br>3. Метание в обруч из положения стоя на коленях (правой и левой)<br>4. Ходьба по гимн. скамейке с перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую  | 1. Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове.<br>2. Ползание по гимн. скамейке спиной вперед ноги на вису<br>3. Прыжки через веревочку (две ноги с боку – одна в середине)<br>4. Ведение мяча на ходу (баскетбольный вариант) | 1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола.<br>2. Ходьба по узенькой рейке прямо и боком<br>3. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета»<br>4. Перебрасывание мяча снизу друг другу<br>5. Кружение парами | 1. Ходьба по гимн. скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть, с перешагиванием через рейки<br>2. Прыжки в длину с места.<br>3. Метание мяча в вертикальную цель<br>4. Пролезание в обруч правым и левым боком |   |

|                           |                                      |                                       |                 |                           |  |
|---------------------------|--------------------------------------|---------------------------------------|-----------------|---------------------------|--|
| <b>Подвижные игры</b>     | «Ловишка с мячом»                    | «Догони свою пару»                    | «Ловля обезьян» | «Мы веселые ребята»       | систему отсчёта.<br><b><u>Художественно-эстетическое воспитание:</u></b> учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки |
| <b>Малоподвижные игры</b> | «Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами | «Зимушка-зима». Танцевальные движения | «Затейники»     | «Две ладошки» музыкальная |  |

### Февраль

#### Содержание организованной образовательной деятельности

| Этапы                          | 1-я неделя   | 2-я неделя   | 3-я неделя  | 4-я неделя   | <b>Интеграция образовательных областей</b>   |
|--------------------------------|--|--|---|--|--|
|                                |  |  |   |  | <b><u>Физическое развитие:</u></b> рассказывать о пользе закаливания; формировать навыки безопасного поведения во время перебрасывания мяча друг другу разными способами.  |
| <b>Планируемые результаты:</b> | знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры |  |   |  | <b><u>Социально-коммуникативное развитие:</u></b> побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время игр обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.<br><b><u>Познавательное развитие:</u></b> учить двигаться в заданном направлении по |
| <b>Вводная часть</b>           | Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком (правое-левое плечо вперед), перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий   |  |   |  |  |
| <b>ОРУ</b>                     | Без предметов  | Со скакалками  | С палками парами  | С султанчиками под музыку  |  |
| <b>Основные виды движений</b>  | 1. Ходьба по скамейке боком приставным шагом<br>2. Прыжки в длину с разбега<br>3. Отбивание мяча правой и левой рукой<br>4. Ползание по пластунски до обозначенного места  | 1. Ходьба по гимн. скамейке, перешагивая через набивные мячи.<br>2. Ползание по гимн. скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.<br>3. Лазание по гимн. стенке с использованием перекрестного движения рук и ног | 1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке<br>2. Прыжки через бруски правым боком<br>3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо<br>4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней<br>5. Перебрасывание набивных мячей | 1. Ходьба по гимнастич скамейке с мешочком на голове, руки на поясе.<br>2. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении<br>3. Прыжки через скамейку<br>4. Лазание по гимнастической стенке |  |

|                           |                             |                    |                        |                                      |                                     |
|---------------------------|-----------------------------|--------------------|------------------------|--------------------------------------|-------------------------------------|
|                           |                             | 4. Прыжки в высоту |                        |                                      | сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз |
| <b>П. игры</b>            | «Ключи»                     | «Охотники и зайцы» | «Не оставайся на полу» | «Кто быстрее» эстафета с мячом «Хоп» |                                     |
| <b>Малоподвижные игры</b> | «Самомассаж» лица, шеи, рук | «Найди и промолчи» | «Море волнуется»       | «Стоп»                               |                                     |

**Март**

| Содержание организованной образовательной деятельности  |   |   |   |   | Интеграция образовательных областей  |
|---|---|---|---|---|--|
| Этапы   | 1-я неделя  | 2-я неделя  | 3-я неделя  | 4-я неделя  |  |
| <b>Планируемые результаты:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры |   |   |   |   | <b>Физическое развитие:</b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.  |
| <b>Вводная часть</b>  | Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег в рассыпную, бег до 2 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы |   |   |   | <b>Социально-коммуникативное развитие:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие); обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. |
| <b>ОРУ</b>  | Без предметов   | Со скакалками   | С обручем   | С султанчиками под музыку   | <b>Познавательное развитие:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз  |
| <b>Основные виды движений</b>   | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги хлопком под ней<br>2. Метание в цель из разных исходных положений<br>3. Прыжки из обруча в обруч<br>4. Подлезание в обруч разными способами            | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой<br>2. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы.<br>3. Ползание на спине по гимнастической скамейке<br>4. Прыжки на одной ноге через шнур | 1. Ходьба по узкой поверхности боком, с хлопками над головой<br>2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола<br>3. Ползание по скамейке по-медвежьему<br>4. Прыжки через шнур двумя ногами в середине одна. | 1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с хлопками за спиной<br>2. Прыжки со скамейки на мат<br>3. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом |  |
| <b>Подвижные игры</b>   | «Горелки»   | «Пожарные на учении»  | «Бездомный заяц»  | «Караси и щука»   |  |
| <b>Малоподвижные игры</b>   | «Мяч ведущему»  | «Море волнуется»  | «Подойди не слышно»   | «Самомассаж» лица, шеи, рук   |  |

Апрель

| Содержание организованной образовательной деятельности   |  |   |  |  | Интеграция образовательных областей   |
|--|--|---|--|--|---|
| Этапы  | 1-я неделя   | 2-я неделя  | 3-я неделя   | 4-я неделя   |   |
| <p><b>Планируемые результаты:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p> |  |   |  |  | <p><b>Физическое развитие:</b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.</p> <p><b>Социально-коммуникативное развитие:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие); обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.</p> <p><b>Познавательное развитие:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз; учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр</p> |
| <b>Вводная часть</b>   | Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево                         |   |  |  |   |
| <b>ОРУ</b>   | Без предметов  | С обручем   | С кольцом  | С мешочками  |   |
| <b>Основные виды движений</b>  | <p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой на каждый шаг и за спиной</p> <p>2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура</p> <p>3. Переброска мячей в шеренгах</p> <p>4. Вис на гимнастической стенке</p> | <p>1. Ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове</p> <p>2. Пролезание в обруч боком</p> <p>3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями</p> <p>4. Прыжки через короткую скакалку</p> | <p>1. Ходьба по скамейке спиной вперед</p> <p>2. Прыжки в длину с разбега</p> <p>3. Метание вдаль набивного мяча</p> <p>4. Прокатывание обручей друг другу</p> | <p>1. Ходьба по гимнастической скамейке мешочком на голове, руки на поясе через предметы</p> <p>2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками.</p> <p>3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет</p> <p>4. Прыжки через длинную скакалку</p> |   |
| <b>Подвижные игры</b>  | «Догони свою пару»   | «Удочка»  | «Мышеловка»  | «Ловишка с ленточками»   |   |

|                    |        |                    |           |            |  |
|--------------------|--------|--------------------|-----------|------------|--|
| Малоподвижные игры | «Стоп» | «Найди и промолчи» | «Парашют» | «Кто ушел» |  |
|--------------------|--------|--------------------|-----------|------------|--|

### Май

| Содержание организованной образовательной деятельности |  |  |  |  | Интеграция образовательных областей   |
|--|--|--|--|--|---|
| Этапы  | 1-я неделя   | 2-я неделя   | 3-я неделя   | 4-я неделя   |   |
| <b>Планируемые результаты:</b>                         | знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учетом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперед, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры |  |  |  | <p><b><u>Физическое развитие:</u></b> формировать основы ЗОЖ рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.</p> <p><b><u>Социально-коммуникативное развитие:</u></b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие); обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.</p> <p><b><u>Познавательное развитие:</u></b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз; учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых</p> |
| <b>Вводная часть</b>                                   | Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед  |  |  |  |   |
| <b>ОРУ</b>   | Без предметов  | Со скакалками  | С палками  | С обручами под музыку  |   |
| <b>Основные виды движений</b>                          | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.<br>2. Прыжки в длину с разбега).<br>3. Метание набивного мяча.<br>4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней   | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи.<br>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.<br>3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы.<br>4. Прыжки на одной ноге через скакалку | 1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе.<br>2. Лазание по гимнастической стенке<br>3. Прыжки через бруски.<br>4. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию | 1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками.<br>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе<br>3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед<br>4. Лазание по гимнастической стенке |   |
| <b>Подвижные игры</b>                                  | «Быстрые и меткие»   | «Парашют» (с бегом)  | «Вышибалы»   | «Эстафета парами»  |   |

|                           |                    |                  |                       |                             |                 |
|---------------------------|--------------------|------------------|-----------------------|-----------------------------|-----------------|
|                           |                    |                  |                       |                             | и подвижных игр |
| <b>Малоподвижные игры</b> | «Найди и промолчи» | «Море волнуется» | «Релаксация» «В лесу» | «Тише едешь- дальше будешь» |                 |

## **2.2. Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений**

|  |                         |
|--|-------------------------|
| <b>Направления развития:</b>               | Физическое развитие     |
| <b>Наименование парциальной программы:</b> | «Детский фитнес»        |
| <b>Авторы:</b>                             | Сулим Е.В.              |
| <b>Выходные данные:</b>                    | ТЦ «Сфера», 2014г.      |
| <b>Рецензенты:</b>                         | кпн доцент Ерохова Н.В. |
| <b>Краткая характеристика программы:</b>   |                         |

Программа «Детский фитнес» предназначена для детей старшего дошкольного возраста и направлена на укрепление опорно-двигательного аппарата, содействует оздоровлению различных функций и систем организма.

### **Методика Е.В.Сулим «Детский фитнес»**

Фитнес – тренировка состоит из трех частей: вводной, основной и заключительной.

Первая часть фитнес – занятия направлена на организацию занимающихся, сосредоточение их внимания, формирование эмоционального и психологического настроения. Это достигается с помощью специальных упражнений: различные виды ходьбы, бега, прыжков, а так же заранее разученных и хорошо освоенных комплексов по аэробике, степ-аэробике или музыкально-ритмических композиций.

Вторая (основная) часть включает силовую тренировку – важную составляющую любого фитнес-режима. Она способствует наращиванию мышечной массы, что помогает поддерживать нормальную массу тела. Силовая тренировка включает упражнения с предметами, упражнения на степ-платформе, с атлетическими мячами, отжимания от пола, подтягивания и т.д. Элементы акробатики, спортивной гимнастики также способствуют развитию силы; занятия в стиле Step by step направлены на освоение навыков равновесия. Подвижные

игры – одна из составляющих основной части занятия. Их подбирают с учетом двигательных действий и интересов детей.

Цель третьей (заключительной) части занятия – восстановление организма после физических нагрузок и переход к другим видам деятельности. В этой части занятия используются дыхательные упражнения, упражнения на релаксацию, игровой стретчинг. Они помогают снять напряжение в мышцах.

Для поддержания интереса используются стихи, загадки, речевки.

**Формы работы** (направления) детского фитнеса:

- «Зверобика» - аэробика подражательного характера, веселая и интересная маленьким детям; развивает воображение и фантазию;
- «Лого - аэробика» - физические упражнения с одновременным произношением звуков и четверостиший; развивает координацию движений и речь ребенка;
- Step by step - освоение навыков равновесия, обучение правильной ходьбе, развитие мелкой моторики;
- Baby top – упражнения на укрепление свода стопы, незаменимые для детей с развивающимся плоскостопием;
- Упражнения с фитболом – гимнастика на больших разноцветных мячах; развивает опорно – двигательный аппарат малыша;
- Детская йога – благотворно влияет на психоэмоциональное состояние;
- First step – занятия на освоение навыков равновесия, развитие памяти, речи, мелкой моторики.



## Комплексно-тематический план «Детский фитнес»

|                 | Тема   | Задачи  | Содержание   |
|-----------------|--|---|--|
| <b>Сентябрь</b> |  |   |  |
| 1.              | Вводное занятие – знакомство «Покажи, что ты умеешь» | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Знакомство с историей фитнеса, с понятием «фитнес»;</li> <li>• закреплять умение согласованно двигать руками и ногами;</li> <li>• содействовать развитию внимания, выносливости;</li> <li>• воспитывать волевые качества: выдержку, настойчивость, смелость.</li> </ul>    | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Беседа с детьми «Что такое фитнес»</li> <li>2. Ритмическая гимнастика «Зверобика»</li> <li>3. Свободная самостоятельная деятельность со спортивным оборудованием.</li> <li>4. Стретчинг «Тик - так».</li> <li>5. Игра малой подвижности «Море волнуется»</li> </ol>  |
| 2.              | Знакомимся со степами «Веселые ножки»                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Формирование правильной осанки.</li> <li>• развитие подвижности различных суставов.</li> <li>• усиление вентиляции и чистоты легких, улучшение органов ЖКТ.</li> </ul>   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Гимнастические упражнения «Солдатики»</li> <li>2. Суставная гимнастика «Горошины цветные»</li> <li>3. Силовая гимнастика на степ-платформе.</li> <li>4. Элементы художественной гимнастики.</li> <li>5. Пальчиковая гимнастика «Колокольчики»</li> <li>6. Дыхательная гимнастика (по Стрельниковой)</li> </ol>   |
| 3.              | «Знакомимся с обручами»                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Формировать умение раскручивать обруч на правой и левой руке;</li> <li>• закреплять умение согласовывать движения рук и ног;</li> <li>• содействовать развитию памяти, внимания, выносливости;</li> <li>• испытывать волевые качества: выдержку, настойчивость.</li> </ul> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вводная часть: различные виды ходьбы и бега.</li> <li>2. Степ – аэробика с обручем.</li> <li>3. Силовая гимнастика на степ – платформе.</li> <li>4. Художественная гимнастика «Играем с обручем».</li> <li>5. Пальчиковая гимнастика «Колокольчик».</li> <li>6. Прокатывание обруча по прямой.</li> <li>7. Игра малой подвижности «Море волнуется»</li> <li>8. Стретчинг.</li> </ol> |
| 4.              | «Знакомимся с обручами»                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Учить раскручивать обруч на талии;</li> <li>• развивать умение выполнять движения ритмично и выразительно;</li> <li>• развивать мышечную силу и выносливость;</li> <li>• воспитывать волю и терпение при выполнении упражнений.</li> </ul>                                 | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вводная часть: различные виды ходьбы и бега.</li> <li>2. Степ – аэробика с обручем.</li> <li>3. Дыхательная гимнастика «Шары летят».</li> <li>4. Силовая гимнастика на степ-платформе.</li> <li>5. Художественная гимнастика с обручем.</li> <li>6. Подвижная игра «Бабка-ежка».</li> <li>7. Игра малой подвижности с</li> </ol>   |

|                |                       |  |   |
|----------------|-----------------------|--|---|
|                |                       |  | использованием упражнений игрового стретчинга.  |
| <b>Октябрь</b> |                       |  |   |
| 1.             | Аэробика и акробатика | <ul style="list-style-type: none"> <li>Учить ползать на низких четвереньках, толкая мяч головой;</li> <li>упражнять в равновесии;</li> <li>упражнять в освоении составных элементов основных движений, уделяя внимание согласованной работе всех частей тела;</li> <li>учить соблюдать правила при выполнении физических упражнений и подвижных игр.</li> </ul>  | <ol style="list-style-type: none"> <li>Различные виды ходьбы и бега.</li> <li>Силовая гимнастика на степ-платформе с атлетическим мячом.</li> <li>Дыхательная гимнастика «Гуси шипят».</li> <li>Акробатика.</li> <li>Игровое упражнение «Резвая лошадка».</li> <li>Подвижная игра «Щука».</li> <li>Игра малой подвижности «Тик-так».</li> </ol> |
| 2.             | «Укрепляем тело»      | <ul style="list-style-type: none"> <li>Формировать умение перебрасывать мяч способом из-за головы, сидя на степ-платформе;</li> <li>упражнять в ползании на четвереньках, толкая мяч головой;</li> <li>упражнять в освоении составных элементов основных движений, уделяя внимание согласованной работе всех частей тела;</li> <li>воспитывать ответственное отношение к правилам при выполнении физических упражнений и подвижных игр.</li> </ul> | <ol style="list-style-type: none"> <li>«Зверобика».</li> <li>Силовая гимнастика на степ-платформе с гантелями.</li> <li>Дыхательная гимнастика «Гуси шипят».</li> <li>Акробатика.</li> <li>Подвижная игра «Бабка-ежка».</li> <li>Игра малой подвижности «Море волнуется».</li> <li>Стретчинг.</li> </ol>  |
| 3.             | «Ловкие ребята»       | <ul style="list-style-type: none"> <li>Учить ходьбе по мягкому бревну;</li> <li>закреплять навык отталкивания при выполнении прыжков;</li> <li>содействовать развитию всех групп мышц;</li> <li>развивать волю и терпение при выполнении упражнений.</li> </ul>  | <ol style="list-style-type: none"> <li>Различные виды ходьбы и бега.</li> <li>Степ-аэробика.</li> <li>Дыхательная гимнастика «Ветер».</li> <li>Силовая гимнастика с гантелями.</li> <li>Акробатика.</li> <li>Подвижная игра «Возьми платочек».</li> <li>Игра малой подвижности «Тихо-громко».</li> <li>Стретчинг.</li> </ol>                    |
| 4.             | «Ловкие ребята»       | <ul style="list-style-type: none"> <li>Формировать умение в ползании на животе;</li> <li>совершенствовать навык отталкивания при выполнении прыжков;</li> <li>содействовать развитию всех групп мышц;</li> <li>развивать волю, терпение во время выполнения упражнений.</li> </ul>   | <ol style="list-style-type: none"> <li>Игровые упражнения «Веселые ножки».</li> <li>Степ-аэробика.</li> <li>Дыхательная гимнастика «Ветер».</li> <li>Силовая гимнастика с гантелями.</li> <li>Акробатика.</li> <li>Игровое упражнение «Верблюд».</li> <li>Игра малой подвижности «Тихо-громко».</li> </ol>                                      |
| <b>Ноябрь</b>  |                       |  |   |
| 1.             | Аэробика и акробатика | <ul style="list-style-type: none"> <li>Учить правильному перехвату за перекладины</li> </ul>   | <ol style="list-style-type: none"> <li>Различные виды ходьбы и бега.</li> <li>Аэробика «Зоопарк».</li> </ol>  |

|                |                                |   |  |
|----------------|--------------------------------|---|--|
| 2.             | Игра – путешествие «В зоопарк» | <p>гимнастической стенки перед выполнением вися;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• развивать умение ловли мяча с хлопком в ладоши;</li> <li>• закреплять навык подтягивания во время ползания;</li> <li>• формировать чувство радости и удовлетворения от выполнения физических упражнений.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Учить подбрасывать мяч и ловить его сидя;</li> <li>• закреплять навык правильного перехвата перекладин гимнастической стенки;</li> <li>• развивать навык равновесия;</li> <li>• формировать чувство радости и удовлетворения от выполнения физических упражнений.</li> </ul> | <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Пальчиковая гимнастика «Сидит белка на тележке».</li> <li>4. Силовая гимнастика с атлетическим мячом.</li> <li>5. Упражнение из восточной гимнастики Дао-инь «Ласточки»</li> <li>6. Школа мяча с большим резиновым мячом.</li> <li>7. Акробатика.</li> <li>8. Игра малой подвижности «Петрушка» с элементами стретчинга.</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Зверобика».</li> <li>2. Аэробика «Зоопарк».</li> <li>3. Пальчиковая гимнастика «Ежик».</li> <li>4. Силовая гимнастика.</li> <li>5. Упражнение из восточной гимнастики Дао-инь «Ласточки».</li> <li>6. Школа мяча.</li> <li>7. Акробатика.</li> <li>8. Подвижная игра «Зоопарк».</li> <li>9. Игра малой подвижности «Петрушка» с элементами стретчинга.</li> </ol> |
| 3.             | «Школа мяча»                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Учить ловле мяча после удара его о скамейку;</li> <li>• упражнять в ползании спиной вперед по гимнастической скамейке и держа мяч;</li> <li>• развивать красоту, грациозность выполнения физических упражнений под музыку;</li> <li>• способствовать формированию положительных эмоций, активности в двигательной деятельности.</li> </ul>   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Игровое упражнение «Шагают ножки».</li> <li>2. Аэробика.</li> <li>3. Дыхательная гимнастика «вырасти большой».</li> <li>4. Школа мяча.</li> <li>5. Акробатика.</li> <li>6. Подвижная игра «Возьми платочек».</li> <li>7. Игра малой подвижности «Ровным кругом» с элементами стретчинга.</li> </ol>  |
| 4.             | «Школа мяча» и акробатика      | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Развивать координацию, ловкость движений, глазомер;</li> <li>2. закреплять навык ползания спиной вперед, держа мяч на животе;</li> <li>3. развивать красоту, грациозность выполнения упражнений под музыку;</li> <li>4. способствовать формированию положительных эмоций, активности в двигательной деятельности.</li> </ol>  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Игровое упражнение «Шагают ножки»</li> <li>2. Аэробика.</li> <li>3. Силовая гимнастика на степ-платформе.</li> <li>4. Школа мяча и акробатика.</li> <li>5. Подвижная игра «Два Яшки».</li> <li>6. Игра малой подвижности «Все движенья узнаем».</li> </ol>   |
| <b>Декабрь</b> |                                |   |  |
| 1.             | Степ-аэробика и                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Формировать умение</li> </ul>  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Различные виды ходьбы и бега.</li> <li>2. Степ-аэробика.</li> </ol>  |

|               |                            |   |   |
|---------------|----------------------------|---|---|
|               | акробатика                 | <p>сохранять правильную осанку при выполнении упражнений;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• формировать навык выполнения точных движений при работе с мячом;</li> <li>• укреплять опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую и дыхательную системы;</li> <li>• развивать психофизические качества детей: способность к быстрому переключению внимания, точному зрительному и мышечному восприятию и воспроизведению движений, координацию, ловкость.</li> </ul>                        | <p>3. Силовая гимнастика на степ-платформе.</p> <p>4. Школа мяча и акробатика.</p> <p>5. Дыхательная гимнастика «Шары летят».</p> <p>6. Игра малой подвижности «Все движенья узнаем» с использованием упражнений игрового стретчинга.</p>   |
| 2.            | Степ-аэробика и акробатика | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Формировать умение сохранять правильную осанку при выполнении упражнений;</li> <li>• формировать навык выполнения точных движений при работе с мячом;</li> <li>• укреплять опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую и дыхательную системы;</li> <li>• развивать психофизические качества детей: способность к быстрому переключению внимания, точному зрительному и мышечному восприятию и воспроизведению движений, координацию, ловкость.</li> </ul> | <p>1. Игровое упражнение «Три медведя».</p> <p>2. Степ-аэробика.</p> <p>3. Дыхательная гимнастика «Радуга».</p> <p>4. Силовая гимнастика с гантелями.</p> <p>5. Акробатика.</p> <p>6. Подвижная игра «Колобок».</p> <p>Игра малой подвижности «Дружные пингвины»</p>  |
| 3.            | «Школа мяча»               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Закреплять умение подбрасывать и ловить мяч, стоя на степ – платформе;</li> <li>• упражнять в отбивании мяча от пола;</li> <li>• развивать мышечную силу и выносливость;</li> <li>• воспитывать эмоциональную раскрепощенность.</li> </ul>   | <p>1. Вводная часть «Зверобика».</p> <p>2. Степ – аэробика с большим мячом.</p> <p>3. Силовая гимнастика на степ – платформе.</p> <p>4. Школа мяча.</p> <p>5. Игра малой подвижности «Мой мяч».</p> <p>6. Стретчинг.</p>  |
| <b>Январь</b> |                            |   |   |
| 3.            | «Школа мяча»               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Формировать умение перебрасывать мяч друг другу, сидя на степ – платформе;</li> <li>• развивать мышечную силу и выносливость;</li> <li>• воспитывать эмоциональную раскрепощенность.</li> </ul>  | <p>1. Различные виды ходьбы и бега.</p> <p>2. Степ – аэробика с большим мячом.</p> <p>3. Дыхательная гимнастика «Трубач».</p> <p>4. Силовая гимнастика на степ – платформе.</p> <p>5. Пальчиковая гимнастика «Гриб».</p> <p>6. Школа мяча.</p> <p>7. Игра малой подвижности «Мой мяч» с использованием упражнений</p> |

|                |                    |  | стретчинга  |
|----------------|--------------------|--|---|
| 4.             | «Веселая аэробика» | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Укреплять мышцы верхнего плечевого пояса;</li> <li>• развивать координацию, ловкость движений, глазомер;</li> <li>• способствовать общему укреплению организма детей;</li> <li>• тренировать и укреплять функции дыхательной и сердечно-сосудистой систем организма;</li> <li>• содействовать воспитанию умения эмоционального выражения.</li> </ul>  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Аэробика «Зоопарк».</li> <li>2. Различные виды бега.</li> <li>3. Степ – аэробика.</li> <li>4. Дыхательная гимнастика «Поехали»</li> <li>5. Силовая гимнастика на степ – платформе</li> <li>6. Стретчинг</li> <li>7. Силовая гимнастика с гантелями</li> <li>8. Художественная гимнастика с обручем</li> <li>9. Игра малой подвижности «Будь внимателен»</li> </ol>                |
| <b>Февраль</b> |                    |  |   |
| 1.             | «Веселая аэробика» | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Укреплять мышцы верхнего плечевого пояса;</li> <li>• развивать координацию, ловкость движений, глазомер;</li> <li>• повышать умственную и физическую работоспособность;</li> <li>• тренировать и укреплять функции дыхательной и сердечно – сосудистой систем организма;</li> <li>• оказывать благотворное влияние на психосоматическую сферу ребенка.</li> </ul>   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Аэробика «зоопарк»</li> <li>2. Степ – аэробика</li> <li>3. Дыхательная гимнастика «Поехали»</li> <li>4. Силовая гимнастика на степ – платформах</li> <li>5. Стретчинг</li> <li>6. Силовая гимнастика с гантелями</li> <li>7. Художественная гимнастика с мячом</li> <li>8. Игра малой подвижности «Бабочка»</li> </ol>  |
| 2.             | «Мы – атлеты!»     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Формировать умение перебрасывать малый мяч из правой руки в левую с подбрасыванием его вверх и отскоком от пола;</li> <li>• упражнять в перепрыгивании через препятствия с разбега способом «Ножницы»;</li> <li>• развивать силу основных мышечных групп, способствовать укреплению и растяжению мышц и связок;</li> <li>• воспитывать волевые качества: уверенность в своих силах, настойчивость.</li> </ul> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Различные виды ходьбы и бега.</li> <li>2. Силовая гимнастика «Мы – атлеты!» с использованием гантель</li> <li>3. Пальчиковая гимнастика «сидит белка на тележке»</li> <li>4. Художественная гимнастика с малым мячом</li> <li>5. Акробатика</li> <li>6. Дыхательная гимнастика «Ветер»</li> <li>7. Игра малой подвижности «Походка и настроение»</li> <li>8. Стретчинг</li> </ol> |
| 3.             | «Мы – атлеты!»     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Формировать умение подбрасывать и ловить мяч с хлопком и вращением кистей рук;</li> <li>• закреплять умение энергично отталкиваться и правильно приземляться при выполнении прыжков;</li> </ul>   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Различные виды ходьбы и бега.</li> <li>2. Силовая гимнастика «Мы атлеты!»</li> <li>3. Художественная гимнастика с малым мячом</li> <li>4. Акробатика</li> <li>5. Дыхательная гимнастика «Ветер»</li> <li>6. Подвижная ига «Два Яшки»</li> <li>7. Игра малой подвижности «Сделай</li> </ol>  |

|             |                       |  |   |
|-------------|-----------------------|--|---|
|             |                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• развивать силу основных мышечных групп, способствовать укреплению и растяжению мышц и связок;</li> <li>• воспитывать волевые качества: уверенность в своих силах, настойчивость.</li> </ul>   | <p>фигуру»</p> <p>8. Стретчинг</p>  |
| 4.          | «Здоровые ножки»      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнять в освоении составных элементов основных движений, уделяя внимание согласованной работе всех частей тела;</li> <li>• продолжать учить ловить мяч двумя руками из различных исходных положений и различными способами;</li> <li>• обеспечить высокую двигательную активность, способствующую тренировке всех функций организма;</li> <li>• формировать чувство радости и удовлетворения от выполнения физических упражнений.</li> </ul>   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Различные виды ходьбы и бега.</li> <li>2. Степ – аэробика</li> <li>3. Дыхательная гимнастика «Еж»</li> <li>4. Школа мяча</li> <li>5. Силовая гимнастика с атлетическим мячом</li> <li>6. Игра малой подвижности «сделай фигуру»</li> <li>7. Стретчинг</li> </ol>  |
| <b>Март</b> |                       |  |   |
| 1.          | «Здоровые ножки»      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнять в освоении составных элементов основных движений, уделяя внимание согласованной работе всех частей тела;</li> <li>• формировать умение ловить мяч двумя руками из различных исходных положений и различными способами;</li> <li>• обеспечить высокую двигательную активность, способствующую тренировке всех функций организма;</li> <li>• формировать чувство радости и удовлетворения от выполнения физических упражнений.</li> </ul> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Различные виды ходьбы и бега.</li> <li>2. Степ – аэробика</li> <li>3. Дыхательная гимнастика «Еж»</li> <li>4. Школа мяча</li> <li>5. Силовая гимнастика с атлетическим мячом</li> <li>6. Подвижная игра «Колобок»</li> <li>7. Игра малой подвижности «Сделай фигуру»</li> </ol>                                     |
| 2.          | Аэробика и акробатика | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Формировать умение ползать на животе, подтягиваясь руками.</li> <li>• упражнять в отбивании мяча при ходьбе по гимнастической скамейке;</li> <li>• закреплять умение энергично отталкиваться во время прыжков;</li> <li>• развивать умение двигаться</li> </ul>   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Различные виды ходьбы и бега.</li> <li>2. Аэробика.</li> <li>3. Дыхательная гимнастика "Шары летят".</li> <li>4. Силовая гимнастика с гантелями.</li> <li>5. Школа мяча.</li> <li>6. Акробатика "Полоса препятствий".</li> <li>7. Игра малой подвижности "Путаница" с выполнением упражнений стретчинга.</li> </ol> |

|               |   |  |  |
|---------------|---|--|--|
| 3.            | "Такие разные мячи"                         | <p>ритмично и выразительно;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• формировать потребность в систематических занятиях физическими упражнениями.</li> <li>• Учить перебрасывать атлетический мяч друг другу;</li> <li>• закреплять умение владеть обручем;</li> <li>• развивать физические качества: силу, гибкость;</li> <li>• вызывать положительные эмоции, создавать бодрое настроение.</li> </ul>                          | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Игровые упражнения "Веселые ножки".</li> <li>2. Степ-аэробика с большим мячом.</li> <li>3. Дыхательная гимнастика "Шуршит змея".</li> <li>4. Силовая гимнастика с атлетическим мячом.</li> <li>5. художественная гимнастика с обручем.</li> <li>6. Игра малой подвижности "Скажи ласковое слово".</li> <li>7. Стретчинг.</li> </ol>  |
| 4.            | "Такие разные мячи"                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Формировать умение передавать друг другу мяч ногами;</li> <li>• совершенствовать умение владения обручем;</li> <li>• развивать психофизические качества: силу, гибкость;</li> <li>• вызывать положительные эмоции, создавая бодрое настроение.</li> </ul>   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Различные виды ходьбы и бега.</li> <li>2. Степ – аэробика с большим мячом</li> <li>3. Дыхательная гимнастика «Шуршит змея»</li> <li>4. Силовая гимнастика с атлетическим мячом</li> <li>5. Художественная гимнастика с обручем.</li> <li>6. Игра малой подвижности «Скажи ласковое слово»</li> <li>7. Стретчинг</li> </ol>   |
| <b>Апрель</b> |   |  |  |
| 1.            | «Ловкие ребята»                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнять в координации работы рук при ловле и бросании мяча;</li> <li>• содействовать повышению физической работоспособности;</li> <li>• формировать потребность в систематических занятиях физическими упражнениями.</li> </ul>   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Веселая зарядка»</li> <li>2. Степ – аэробика</li> <li>3. Силовая гимнастика на степ-платформе</li> <li>4. Школа мяча</li> <li>5. Пальчиковая гимнастика «Сидит белка на тележке»</li> <li>6. Акробатика</li> <li>7. Игра малой подвижности «Краски»</li> <li>8. Стретчинг</li> </ol>  |
| 2.            | Игра – путешествие «Космическое пришествие» | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Развивать точность и скорость координационных движений;</li> <li>• развивать внимание, умение его переключать, быстроту реакций;</li> <li>• развивать ориентировку в пространстве при выполнении строевых упражнений;</li> <li>• развивать мышечную силу, подвижность суставов и связок;</li> <li>• развивать физические качества: силу, гибкость;</li> </ul> <p>Вызывать положительные</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Построение в шеренгу, фигурная маршировка «На старт».</li> <li>2. Степ аэробика «Космонавты».</li> <li>3. Дыхательная гимнастика «В открытом космосе».</li> <li>4. Силовая гимнастика с атлетическим мячом.</li> <li>5. Художественная гимнастика с малым мячом.</li> <li>6. Акробатика.</li> <li>7. Подвижная игра «Космонавты».</li> <li>8. Игра малой подвижности «Скажи наоборот»</li> </ol> |

|            |                                  |   |   |
|------------|----------------------------------|---|---|
| 3.         | «Ловкие ребята»                  | <p>эмоции, создавать бодрое настроение.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнять в координации работы рук при ловле и бросании мяча;</li> <li>• содействовать повышению физической работоспособности;</li> <li>• формировать потребность в систематических занятиях физическими упражнениями.</li> </ul>  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Веселая зарядка»</li> <li>2. Степ – аэробика</li> <li>3. Силовая гимнастика на степ-платформе</li> <li>4. Школа мяча</li> <li>5. Пальчиковая гимнастика «Сидит белка на тележке»</li> <li>6. Акробатика</li> <li>7. Игра малой подвижности «Краски»</li> <li>8. Стретчинг</li> </ol>   |
| 4.         | «Ловкие ребята»                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Учить вису на гимнастической стенке;</li> <li>• упражнять в координации работы рук при ловле и бросании мяча;</li> <li>• содействовать повышению физической работоспособности</li> <li>• формировать потребность в систематических занятиях физическими упражнениями.</li> </ul>   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Зверобика»</li> <li>2. Степ – аэробика</li> <li>3. Силовая гимнастика на степ-платформе</li> <li>4. Игровое упражнение «Бычок»</li> <li>5. Школа мяча</li> <li>6. Акробатика</li> <li>7. Игра малой подвижности «Путаница»</li> </ol>  |
| <b>Май</b> |                                  |   |   |
| 1.         | «Ловкие ребята»                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Учить вису на гимнастической стенке с одновременным выполнением движений;</li> <li>• упражнять в координации работы рук при ловле и бросании мяча;</li> <li>• содействовать повышению физической работоспособности;</li> <li>• формировать потребность в систематических занятиях физическими упражнениями.</li> </ul>                               | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Веселая зарядка»</li> <li>2. Степ – аэробика</li> <li>Дыхательная гимнастика «Шарик красный»</li> <li>3. Силовая гимнастика на степ-платформе</li> <li>4. Школа мяча</li> <li>5. Акробатика</li> <li>6. Игра малой подвижности «Краски»</li> <li>7. Стретчинг</li> </ol>   |
| 2.         | Игра – путешествие «В лесу»      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Учить удерживать прямые ноги в висячем положении на гимнастической стенке;</li> <li>• упражнять в отбивании мяча с одновременным выполнением прыжков;</li> <li>• развивать физические качества: координацию, ловкость и равновесие;</li> <li>• развивать способность испытывать эстетическое удовольствие от изящно выполненных движений.</li> </ul> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Игровое упражнение «Три медведя».</li> <li>2. Степ – аэробика с большим мячом.</li> <li>3. Пальчиковая гимнастика «Колокольчики»</li> <li>4. игровые упражнения «канатоходцы»</li> <li>5. Акробатика «Полоса препятствий»</li> <li>6. Дыхательная гимнастика «В лесу»</li> <li>7.Игра малой подвижности «Скажи наоборот»</li> <li>8. Стретчинг</li> </ol> |
| 3.         | Игра – путешествие «По морскому» | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнять в выполнении различных висов на гимнастической стенке;</li> <li>• закреплять умение ловить и</li> </ul>  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Различные виды ходьбы и бега.</li> <li>2. Степ – аэробика «Морские обитатели».</li> <li>3. Пальчиковая гимнастика «Рыбки».</li> </ol>   |



|    |                                      |  |  |
|----|--------------------------------------|--|--|
|    | дну»                                 | <p>бросать мяч;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• тренировать координации, ловкость и равновесие;</li> <li>• развивать способность испытывать эстетическое удовольствие от изящно выполненных упражнений.</li> </ul>  | <p>4. Школа мяча.<br/>5. Акробатика «Полоса препятствий».<br/>6. Подвижная игра «Акула»<br/>7. Игра малой подвижности «Скажи наоборот».<br/>8. Стретчинг.</p>  |
| 4. | Итоговое занятие «Чему мы научились» | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнять в использовании различного оборудования и способов выполнения упражнений;</li> <li>• развивать силу основных мышечных групп, способствовать растяжению и укреплению мышц и связок;</li> <li>• воспитывать ответственное отношение к правилам при выполнении физических упражнений и подвижных игр.</li> </ul> | <p>1. Различные виды ходьбы и бега.<br/>2. Аэробика.<br/>3. Силовая гимнастика с использованием различного спортивного оборудования.<br/>4. Школа мяча.<br/>5. Подвижная игра «Четыре цапли».<br/>6. Игра малой подвижности «Веселая зарядка» с выполнением упражнений стретчинга.</p> |

### III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

#### 3.1. Обязательная часть

##### 3.1.1. Описание материально-технического обеспечения Программы, обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания.

#### Музыкально-спортивный зал

| №  | Наименование оборудования   | Количество |
|----|---|------------|
| 1  | Мешочки для метания (100–120 г)   | 20 шт.     |
| 2  | Конусы (набор из 2-х конусов разной высоты)   | 4шт.       |
| 3  | Палки гимнастические  | 40шт.      |
| 4  | Флажки разноцветные   | 30шт.      |
| 5  | Теннисные мячи  | 10шт.      |
| 6  | Мячи резиновые (диаметр 25 см.)   | 30шт.      |
| 7  | Гантели гимнастические пластмассовые (весом 500 гр.)  | 32шт.      |
| 8  | Скакалки  | 20шт.      |
| 9  | Фитбол (диаметр не менее 45 см)   | 8шт.       |
| 10 | Дорожка со следочками с фиксированным расположением стоп  | 1шт.       |
| 11 | Лестница деревянная (150*30 см.)  | 1шт.       |
| 12 | Скамейка гимнастическая (200*20*30см.)  | 2шт.       |
| 13 | Скамейка гимнастическая (150*25*15см.)  | 1шт.       |
| 14 | Шведская стенка   | 1шт.       |
| 15 | Набор мягких модулей для спортивных игр и соревнований (20 элементов: поролоновые фигуры различных геометрических форм) | 1шт.       |
| 16 | Обруч пластмассовый диаметром 65 см   | 6шт.       |
| 17 | Обруч пластмассовый диаметром 50 см   | 10шт.      |

|                                   |  |        |
|-----------------------------------|--|--------|
| 18                                | Кольцо пластмассовое плоское 15 см                   | 30шт.  |
| 19                                | Кубики пластмассовые (5*5*5 см)                      | 50 шт. |
| 20                                | Корзина (высота 40, диаметр 25 см.)                  | 2шт.   |
| 21                                | Корзина круглая (высота 40, диаметр 50 см.)          | 3шт.   |
| 22                                | Дуги металлические (3 шт. разной высоты)             | 2шт.   |
| 23                                | Маты гимнастические                                  | 6шт.   |
| 24                                | Мешки для прыжков                                    | 3шт.   |
| <b>Нестандартное оборудование</b> |  |        |
| 25                                | Степ-платформы                                       | 10 шт. |
| 26                                | Корзина для мячей (70*50*70см.)                      | 1шт.   |
| 27                                | Ворота футбольные                                    | 2шт.   |
| 28                                | Пособие «Волшебный парашют»                          | 1шт.   |
| 29                                | Мягкие дорожки (150*25)                              | 2шт.   |
| 30                                | Оборудование для подвижных игр и игр-эстафет (набор) | 1шт.   |
| 31                                | Мячи маленькие вязаные                               | 20шт.  |

### **Спортивная площадка:**

| <b>№</b> | <b>Наименование оборудования</b>      | <b>Количество</b> |
|----------|---------------------------------------|-------------------|
| 1        | Лестница для лазания (3-х секционная) | 1шт.              |
| 2        | Яма с песком для прыжков              | 1шт.              |
| 3        | Бумы                                  | 1шт.              |
| 4        | Баскетбольное кольцо                  | 2шт.              |
| 5        | Волейбольная сетка                    | 1шт.              |

### **Физкультурно-оздоровительные центры в групповых комнатах.**

Оформление зоны подвижных игр и упражнений зависит от возраста детей.

Для младших дошкольников спортивный уголок выделяется в игровой зоне. Из предметов в общем доступе — мячи различных размеров (в т. ч. фитбол), ступеньки, горка, качалки и игрушки-каталки.

В **средней группе** активно расширяется дидактическая база спортивного уголка: для рассматривания подходят альбомы с картинками и плакаты на темы «Зимние виды спорта», «Игры на улице», «Игры с мячом», «Командные виды спорта». В свободном доступе хранятся наборы для спортивных игр: дартс (безопасный с мячиками), кегли.

Для **старших дошкольников** становится оформлением физкультурного уголка материалами, иллюстрирующими события спортивной жизни в России и в мире: фотографии с прошедших чемпионатов, статьи о достижениях и новых рекордах. Воспитанники тренируются выполнять упражнения и вспоминать правила подвижных игр самостоятельно. Для этого в уголке вывешиваются схемы-напоминания (последовательность выполнения действий в картинках).

1) Атрибуты для организации подвижных игр и проведения утренней гимнастики: маски, рули, ленты, флажки, платочки, султанчики.

2) Атрибуты для игр с прыжками: скакалки, фитболы.

3) Атрибуты для игр с бросанием, ловлей и метанием: кегли, обручи средние, обручи малые, кольцебросы, мешочки с песком, мячи резиновые большие, мячи резиновые средние, мячи пластиковые малые, мячи волейбольные, футбольные, дартс.

Наряду со стандартным оборудованием, в группах имеется много **нестандартного оборудования** платочки, ленточки, верёвочки, бутылочки, разнообразные дорожки, цветные палочки, и т.д., которое постоянно пополняется.

#### Методическое обеспечение:

| №<br>п/п                   | Наименование  | Количество |
|----------------------------|---|------------|
| <b>Физическое развитие</b> |   |            |
| 1.                         | Е.А.Синкевич, Т.В.Большева «Физкультура для малышей», СПб, «Детство-Пресс», 2005г.  | 1          |
| 2.                         | Л.Н.Сивачева «Физкультура – это радость!», СПб, «Детство-Пресс», 2005г.   | 1          |
| 3.                         | «Физкультурно-оздоровительная работа детского сада в контексте новых федеральных требований» под ред.Н.В.Микляевой М., УЦ «Перспектива», 2011г. | 1          |

|     |  |   |
|-----|--|---|
| 4.  | Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет», М., «Мозаика-Синтез», 2010г.  | 1 |
| 5.  | Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду» средняя группа М., «Мозаика-Синтез», 2010г.  | 1 |
| 6.  | Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду» старшая группа М., «Мозаика-Синтез», 2010г.  | 1 |
| 7.  | Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду» подготовительная группа М., «Мозаика-Синтез», 2010г.   | 1 |
| 8.  | Е.А.Покровский «Русские детские подвижные игры» СПб «Речь», 2011г.   | 1 |
| 9.  | Э.Я.Степаненкова «Сборник подвижных игр» (2-7 лет) М., «Мозаика-Синтез», 2011г.  | 1 |
| 10. | Н.В.Нищева «Подвижные и дидактические игры на прогулке» СПб, «Детство-Пресс», 2012г.   | 1 |
| 11. | В.А.Деркунская Образовательная область «Здоровье», СПб «Детство-Пресс», 2012г.   | 1 |
| 12. | Т.С.Грядкина Образовательная область «Физическая культура», СПб, «Детство-Пресс», 2012г.   | 1 |
| 13. | Е.А.Мартынова, Н.А.Давыдова, Н.Р.Кислюк «Физическая культура» (планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-7 лет по программе «Детство») Волгоград, «Учитель», 2013г. | 1 |
| 14. | Е.И. Подольская «Оздоровительная гимнастика: игровые комплексы. Вторая младшая группа» Волгоград, «Учитель», 2012г.  | 1 |
| 15. | О.Е.Громова «Спортивные игры для детей» Москва «Сфера» 2009г.  | 1 |
| 16. | О.М.Литвинова, С.В.Лесина «Оздоровительная гимнастика» Волгоград, «Учитель», 2012г.  | 1 |
| 17. | Л.Н.Волошина «Игровые технологии в системе физического воспитания дошкольников» Волгоград, «Учитель», 2012г.   | 1 |
| 18. | В.Н.Зимонина «Расту здоровым» Часть 1, часть 2 Москва «Сфера», 2013г.  | 1 |
| 19. | С.В. Реутский «Физкультурные комплексы дома и в детском саду» М.: ТЦ Сфера, 2015г.   | 1 |
| 20. | Н.В. Микляева «Физическое развитие дошкольников» М.: ТЦ Сфера, 2015г.  | 1 |
| 21. | Л.Л.Соколова «Комплексы сюжетных утренних гимнастик для дошкольников» СП.: «Детство-пресс», 2016г.   | 1 |
| 22. | С.Ю.Федорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет» М.: «Мозаика-синтез», 2017г.   | 1 |

### 3.1.2. Организация режима пребывания детей в ДОУ

Режим работы детского сада -5-ти дневная рабочая неделя;

Выходные дни - суббота, воскресенье, праздничные дни;

Время работы: с 7.00 до 20.00 часов.

Режим дня отвечает требованиям СанПиН, составлен с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей, допускается изменение режима в связи с

сезонными изменениями (холодный и теплый период года), в каникулярное время с отклонениями в пользу самостоятельной деятельности детей и прогулки.

**Режим дня (холодный период года)  
2 группа раннего возраста**

| <b>Время в режиме дня</b> | <b>Режимные моменты</b>                                 |
|---------------------------|---|
| 7.00-8.00                 | Прием, осмотр, самостоятельная деятельность, игры детей |
| 8.10-8.30                 | 1 завтрак   |
| 8.30-8.40                 | Самостоятельная деятельность, игры                      |
| 8.40-9.00                 | НОД (по подгруппам)                                     |
| 9.00-9.20                 | Игры, самостоятельная деятельность                      |
| 9.20-9.30                 | 2 завтрак   |
| 9.30-11.00                | Подготовка к прогулке, прогулка                         |
| 11.00-11.30               | Подготовка к обеду, самостоятельная деятельность        |
| 11.30-12.00               | Обед  |
| 12.00-15.15               | Подготовка ко сну, дневной сон                          |
| 15.15-15.30               | Подъем детей, самостоятельная деятельность              |
| 15.30-16.00               | Уплотненный полдник                                     |
| 16.00-16.20               | НОД (по подгруппам)                                     |
| 16.20-20.00               | Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой       |

**Режим дня (холодный период года)  
1 младшая группа**

| <b>Время в режиме дня</b> | <b>Режимные моменты</b>                                 |
|---------------------------|---|
| 7.00-8.00                 | Прием, осмотр, самостоятельная деятельность, игры детей |
| 8.10-8.30                 | 1 завтрак   |
| 8.30-8.40                 | Самостоятельная деятельность, игры                      |
| 8.40-9.00                 | НОД (по подгруппам)                                     |
| 9.00-9.20                 | Игры, самостоятельная деятельность                      |
| 9.20-9.30                 | 2 завтрак   |
| 9.30-11.00                | Подготовка к прогулке, прогулка                         |
| 11.00-11.30               | Подготовка к обеду, самостоятельная деятельность        |
| 11.30-12.00               | Обед  |
| 12.00-15.15               | Подготовка ко сну, дневной сон                          |
| 15.15-15.30               | Подъем детей, самостоятельная деятельность              |
| 15.30-16.00               | Уплотненный полдник                                     |
| 16.00-16.20               | НОД (по подгруппам)                                     |
| 16.20-20.00               | Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой       |

**Режим дня (холодный период года)  
2 младшая группа**

| <b>Время в режиме дня</b> | <b>Режимные моменты</b>                                 |
|---------------------------|---|
| 7.00-8.00                 | Прием, осмотр, самостоятельная деятельность, игры детей |
| 8.00-8.05                 | Утренняя гимнастика                                     |
| 8.05-8.30                 | Самостоятельная деятельность детей                      |
| 8.30-9.00                 | 1 завтрак   |
| 9.00-9.15                 | НОД   |
| 9.15-9.25                 | Самостоятельная деятельность детей                      |
| 9.25-9.40                 | НОД   |

|                    |   |
|--------------------|---|
| <b>9.40-9.50</b>   | Самостоятельная деятельность детей  |
| <b>9.50-10.00</b>  | 2 завтрак   |
| <b>10.00-12.00</b> | Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей             |
| <b>12.00-12.20</b> | Возвращение с прогулки, водные процедуры, подготовка к обеду                    |
| <b>12.20-12.50</b> | Обед  |
| <b>12.50-15.00</b> | Подготовка ко сну, сон  |
| <b>15.00-15.30</b> | Постепенный подъем, гимнастика после сна, водные процедуры                      |
| <b>15.30-16.00</b> | Уплотненный полдник   |
| <b>16.00-16.30</b> | Игры, самостоятельная деятельность детей  |
| <b>16.30-20.00</b> | Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой |

**Режим дня (холодный период года)  
средняя группа**

| <b>Время в режиме дня</b> | <b>Режимные моменты</b>  |
|---------------------------|--|
| <b>7.00-8.00</b>          | Прием, осмотр, самостоятельная деятельность, игры детей  |
| <b>8.00-8.20</b>          | Самостоятельная деятельность детей   |
| <b>8.20-8.28</b>          | Утренняя гимнастика  |
| <b>8.28-8.55</b>          | Подготовка к завтраку, 1 завтрак   |
| <b>8.55-9.20</b>          | Подготовка к НОД, 1 НОД  |
| <b>9.20-9.30</b>          | Самостоятельная деятельность детей   |
| <b>9.30-9.50</b>          | 2 НОД  |
| <b>9.50-10.00</b>         | Подготовка ко 2 завтраку, 2 завтрак  |
| <b>10.00-12.00</b>        | Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей                                  |
| <b>12.00-12.15</b>        | Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей   |
| <b>12.15-12.50</b>        | Подготовка к обеду, обед   |
| <b>12.50-15.00</b>        | Подготовка ко сну, сон   |
| <b>15.00-15.30</b>        | Постепенный подъем, гимнастика после сна, водные процедуры, игры, самостоятельная деятельность детей |
| <b>15.30-16.00</b>        | Подготовка к полднику, уплотненный полдник   |
| <b>16.00-16.30</b>        | НОД, самостоятельная деятельность детей  |
| <b>16.30-20.00</b>        | Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой                      |

**Режим дня (холодный период года)  
старшая группа**

| <b>Время в режиме дня</b> | <b>Режимные моменты</b>  |
|---------------------------|--|
| <b>7.00-8.15</b>          | Прием детей, игры, самостоятельная деятельность  |
| <b>8.15-8.25</b>          | Утренняя гимнастика  |
| <b>8.25-8.50</b>          | Подготовка к завтраку, завтрак   |
| <b>8.50-9.00</b>          | Самостоятельная деятельность   |
| <b>9.00-9.25</b>          | 1 НОД  |
| <b>9.25-9.35</b>          | Самостоятельная деятельность   |
| <b>9.35-9.55</b>          | 2 НОД  |
| <b>9.55-10.05</b>         | Подготовка ко 2 завтраку, 2 завтрак  |
| <b>10.05-10.25</b>        | Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке  |
| <b>10.25-12.40</b>        | Прогулка, самостоятельная деятельность детей   |
| <b>12.40-13.10</b>        | Подготовка к обеду, обед   |
| <b>13.10-15.10</b>        | Подготовка ко сну, сон   |
| <b>15.10-15.35</b>        | Постепенный подъем, гимнастика после сна, водные процедуры, игры, самостоятельная деятельность детей |
| <b>15.35-16.00</b>        | Подготовка к полднику, уплотненный полдник   |
| <b>16.00-16.25</b>        | НОД, кружковая работа  |

|             |   |
|-------------|---|
| 16.25-20.00 | Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой |
|-------------|---|

**Режим дня (холодный период года)  
подготовительная к школе группа**

| Время в режиме дня | Режимные моменты   |
|--------------------|--|
| 7.00-8.25          | Прием детей, игры, самостоятельная деятельность  |
| 8.25-8.35          | Утренняя гимнастика  |
| 8.35-8.50          | Подготовка к завтраку, завтрак   |
| 8.50-9.00          | Самостоятельная деятельность   |
| 9.00-10.10         | НОД  |
| 10.10-10.20        | 2 завтрак  |
| 10.20-10.55        | Подготовка к НОД, 2 НОД  |
| 10.55-12.30        | подготовка к прогулке, прогулка  |
| 12.30-12.45        | Возвращение с прогулки, подготовка к обеду   |
| 12.45-13.15        | обед   |
| 13.15-15.15        | Подготовка ко сну, сон   |
| 15.15-15.30        | Постепенный подъем, гимнастика после сна, водные процедуры, игры, самостоятельная деятельность детей |
| 15.30-16.00        | Подготовка к полднику, уплотненный полдник   |
| 16.00-16.30        | НОД, кружковая работа  |
| 16.30-20.00        | Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой                |

**2 группа раннего возраста (теплый период года)**

| Время в режиме дня | Режимные моменты  |
|--------------------|---|
| 7.00-8.00          | Прием, осмотр, самостоятельная деятельность, игры детей |
| 8.00-8.20          | 1 завтрак   |
| 8.20-8.40          | Самостоятельная деятельность, игры                      |
| 8.40-9.00          | НОД (по подгруппам)                                     |
| 9.00-9.20          | Игры, самостоятельная деятельность                      |
| 9.20-9.30          | 2 завтрак   |
| 9.30-11.00         | Подготовка к прогулке, прогулка                         |
| 11.00-11.30        | Подготовка к обеду, самостоятельная деятельность        |
| 11.30-12.00        | Обед  |
| 12.00-15.15        | Подготовка ко сну, дневной сон                          |
| 15.15-15.30        | Подъем детей, самостоятельная деятельность              |
| 15.30-16.00        | Уплотненный полдник                                     |
| 16.00-16.20        | НОД (по подгруппам)                                     |
| 16.20-20.00        | Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой       |

**1 младшая группа (теплый период года)**

| Время в режиме дня | Режимные моменты  |
|--------------------|---|
| 7.00-8.00          | Прием, осмотр, самостоятельная деятельность, игры детей |
| 8.00-8.20          | 1 завтрак   |
| 8.20-9.20          | Самостоятельная деятельность, игры                      |
| 9.20-9.30          | 2 завтрак   |
| 9.30-11.00         | Подготовка к прогулке, прогулка                         |
| 11.00-11.30        | Подготовка к обеду, самостоятельная деятельность        |
| 11.30-12.00        | Обед  |
| 12.00-15.15        | Подготовка ко сну, дневной сон                          |
| 15.15-15.30        | Подъем детей, самостоятельная деятельность              |
| 15.30-16.00        | Уплотненный полдник                                     |
| 16.00-16.20        | Самостоятельная деятельность, игры                      |



|                    |   |
|--------------------|---|
| <b>16.20-20.00</b> | Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой |
|--------------------|---|

**2 младшая группа (теплый период года)**

| <b>Время в режиме дня</b> | <b>Режимные моменты</b>   |
|---------------------------|---|
| <b>7.00-8.00</b>          | Прием, осмотр, самостоятельная деятельность, игры детей                         |
| <b>8.00-8.05</b>          | Утренняя гимнастика   |
| <b>8.05-8.30</b>          | Самостоятельная деятельность детей  |
| <b>8.30-9.00</b>          | 1 завтрак   |
| <b>9.00-9.40</b>          | Игры, самостоятельная деятельность детей  |
| <b>9.40-9.50</b>          | 2 завтрак   |
| <b>9.50-11.50</b>         | Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей             |
| <b>11.50-12.15</b>        | Возвращение с прогулки, водные процедуры, подготовка к обеду                    |
| <b>12.15-12.40</b>        | Обед  |
| <b>12.40-15.10</b>        | Подготовка ко сну, сон  |
| <b>15.10-15.30</b>        | Постепенный подъем, гимнастика после сна, водные процедуры                      |
| <b>15.30-16.00</b>        | Уплотненный полдник   |
| <b>16.00-16.15</b>        | Игры, самостоятельная деятельность детей  |
| <b>16.15-20.00</b>        | Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой |

**Средняя группа (теплый период года)**

| <b>Время в режиме дня</b> | <b>Режимные моменты</b>   |
|---------------------------|---|
| <b>7.00-8.00</b>          | Прием, осмотр, самостоятельная деятельность, игры детей                         |
| <b>8.00-8.08</b>          | Утренняя гимнастика   |
| <b>8.08-8.30</b>          | Самостоятельная деятельность детей  |
| <b>8.30-8.55</b>          | 1 завтрак   |
| <b>8.55-9.45</b>          | Игры, самостоятельная деятельность детей  |
| <b>9.45-9.55</b>          | 2 завтрак   |
| <b>9.55-12.00</b>         | Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей             |
| <b>12.00-12.20</b>        | Возвращение с прогулки, водные процедуры, подготовка к обеду                    |
| <b>12.20-12.40</b>        | Обед  |
| <b>12.40-15.10</b>        | Подготовка ко сну, сон  |
| <b>15.10-15.30</b>        | Постепенный подъем, гимнастика после сна, водные процедуры                      |
| <b>15.30-15.50</b>        | Уплотненный полдник   |
| <b>15.50-16.10</b>        | Игры, самостоятельная деятельность детей  |
| <b>16.10-20.00</b>        | Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой |

**Старшая группа (теплый период года)**

| <b>Время в режиме дня</b> | <b>Режимные моменты</b>   |
|---------------------------|---|
| <b>7.00-8.00</b>          | Прием, осмотр, самостоятельная деятельность, игры детей                         |
| <b>8.00-8.10</b>          | Утренняя гимнастика   |
| <b>8.10-8.35</b>          | Самостоятельная деятельность детей  |
| <b>8.35-9.00</b>          | 1 завтрак   |
| <b>9.00-9.50</b>          | Игры, самостоятельная деятельность детей  |
| <b>9.50-10.00</b>         | 2 завтрак   |
| <b>10.00-12.15</b>        | Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей             |
| <b>12.15-12.30</b>        | Возвращение с прогулки, водные процедуры, подготовка к обеду                    |
| <b>12.30-12.45</b>        | Обед  |
| <b>12.45-15.00</b>        | Подготовка ко сну, сон  |
| <b>15.00-15.30</b>        | Постепенный подъем, гимнастика после сна, водные процедуры                      |
| <b>15.30-15.45</b>        | Уплотненный полдник   |
| <b>15.45-16.05</b>        | Игры, самостоятельная деятельность детей  |
| <b>16.05-20.00</b>        | Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой |

### Подготовительная к школе группа (теплый период года)

| Время в режиме дня | Режимные моменты  |
|--------------------|---|
| 7.00-8.00          | Прием, осмотр, самостоятельная деятельность, игры детей                         |
| 8.00-8.12          | Утренняя гимнастика   |
| 8.12-8.35          | Самостоятельная деятельность детей  |
| 8.35-9.00          | 1 завтрак   |
| 9.00-9.50          | Игры, самостоятельная деятельность детей  |
| 9.50-10.00         | 2 завтрак   |
| 10.00-12.15        | Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей             |
| 12.15-12.30        | Возвращение с прогулки, водные процедуры, подготовка к обеду                    |
| 12.30-12.45        | Обед  |
| 12.45-15.00        | Подготовка ко сну, сон  |
| 15.00-15.30        | Постепенный подъем, гимнастика после сна, водные процедуры                      |
| 15.30-15.45        | Уплотненный полдник   |
| 15.45-16.05        | Игры, самостоятельная деятельность детей  |
| 16.05-20.00        | Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой |

### 3.1.3 Пояснительная записка к учебному плану

Учебный план разработан в соответствии с:

- «Законом об образовании РФ» (принят № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года)
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования» (зарегистрирован в Минюсте РФ 26 сентября 2013 г., рег. № 30038);
- «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных организаций» 2.4.1.3049-13 (постановление Главного государственного санитарного врача РФ от от 15 мая 2013 г. N 26);
- «Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утв. приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155, регистрационный № 30384 от 14 ноября 2013 г. Министерства юстиции РФ).

*Непосредственно образовательная деятельность* – это процесс организации различных видов детской деятельности.

Виды детской деятельности в соответствии с ФГОС дошкольного образования

|              |                |                                     |
|--------------|----------------|-------------------------------------|
| Младенческий | Ранний возраст | Дошкольный возраст (3 года - 8 лет) |
|--------------|----------------|-------------------------------------|

| возраст<br>(2 месяца - 1 год)  | (1 год - 3 года)  |   |
|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- непосредственное эмоциональное общение с взрослым;</li> <li>- манипулирование с предметами и познавательные-исследовательские действия;</li> <li>- восприятие музыки, детских песен и стихов;</li> <li>- двигательная активность и тактильно-двигательные игры</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- предметная деятельность и игры с составными и динамическими игрушками;</li> <li>- экспериментирование с материалами и веществами (песок, вода, тесто и пр.);</li> <li>- общение с взрослым и совместные игры со сверстниками под руководством взрослого;</li> <li>- самообслуживание и действия с бытовыми предметами-орудиями (ложка, совок, лопатка и пр.);</li> <li>- восприятие смысла музыки, сказок, стихов;</li> <li>- рассматривание картинок;</li> <li>- двигательная активность</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- игровая, включая сюжетно-ролевую игру, игру с правилами и другие виды игры;</li> <li>- коммуникативная (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками);</li> <li>- познавательная-исследовательская (исследования объектов окружающего мира и экспериментирования с ними);</li> <li>- восприятие художественной литературы и фольклора;</li> <li>- самообслуживание и элементарный бытовой труд (в помещении и на улице);</li> <li>- конструирование из разного материала, включая конструкторы, модули, бумагу, природный и иной материал;</li> <li>- изобразительная (рисование, лепка, аппликация);</li> <li>- музыкальная (восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах)</li> <li>- двигательная (овладение основными движениями).</li> </ul> |

*Формы организации детей в рамках непосредственно образовательной деятельности*

| Формы организации                             | Особенности  |
|---|--|
| <i>Индивидуальная</i>                         | <i>Позволяет индивидуализировать обучение (содержание, методы, средства), однако требует от ребенка больших нервных затрат; создает эмоциональный дискомфорт; неэкономичность обучения; ограничение сотрудничества с другими детьми.</i> |
| <i>Групповая (индивидуально-коллективная)</i> | <i>Группа делится на подгруппы. Основания для комплектации: личная симпатия, общность интересов, но не по уровням развития. При этом педагогу, в первую очередь, важно обеспечить взаимодействие детей в процессе обучения.</i>          |
| <i>Фронтальная</i>                            | <i>Работа со всей группой. Достоинствами формы являются четкая организационная структура, простое управление, возможность</i>  |

В летний период НОД не проводится. Проводятся спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии познавательно-исследовательская деятельность, увеличивается продолжительность прогулок.

Проектирование образовательного процесса предусматривает и предполагает:

1. Решение 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 образования;

2. Построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми в виде игр, бесед, чтения, наблюдений и др.

3. Комплексно-тематический подход в построении образовательного процесса с учетом реализации принципа интеграции образовательных областей.

План образовательной деятельности составлен с учетом соотношения основных направлений развития ребенка: физическое, социально-коммуникативное, познавательное, речевое и художественно-эстетическое.

Общие требования к проведению непосредственно образовательной деятельности:

1. Соблюдение гигиенических требований (помещение должно быть проветрено, свет должен падать с левой стороны; оборудование, инструменты и материалы и их размещение должны отвечать педагогическим, гигиеническим и эстетическим требованиям).

2. Длительность непосредственно образовательной деятельности должна соответствовать установленным нормам, а время использовано полноценно. Большое значение имеет начало НОД, организация детского внимания.

3. Подготовка к непосредственно образовательной деятельности (воспитатель должен хорошо знать программу, владеть методикой обучения, знать возрастные и индивидуальные особенности и возможности детей своей группы).

4. Использование игровых методов и приемов обучения в работе с детьми.
5. Использование разнообразных форм организации детей (индивидуальный, подгрупповой, групповой).
6. Обязательное проведение физкультминутки в середине непосредственно образовательной деятельности.

Организационной основой реализации перспективного плана является Календарь тематических недель (утвержден основной общеобразовательной программой СП «детский сад «Березка»).

Комплексная педагогическая диагностика как адекватная форма оценивания результатов освоения Программы детьми дошкольного возраста проводится: -в течение первых двух недель в сентябре и в последние 2 недели мая в группах общеразвивающей направленности и в группах для детей с ЗПР;

-в течение 3-4 недель в группах для детей с ОНР в сентябре (до образовательной работы) и мае (после образовательной работы).

В соответствии с п. 3.2.1. ФГОС «при реализации Программы может проводиться оценка индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

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

- 1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребёнка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- 2) оптимизации работы с группой детей».

Непосредственно образовательная деятельность реализуется через организацию различных видов детской деятельности (игровой, двигательной, познавательно-исследовательской, коммуникативной, изобразительной, музыкальной, восприятия художественной литературы и фольклора и др.) или их

интеграцию с использованием разнообразных форм и методов работы, выбор которых осуществляется педагогами самостоятельно в зависимости от контингента детей, уровня освоения Программы и решения конкретных образовательных задач.

Содержание образовательного процесса включает совокупность 5 образовательных областей, которые обеспечивают разностороннее развитие детей с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей, реализуются в рамках основных направлений развития ребёнка – физического, социально-коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического и предполагает интеграцию образовательных областей и обеспечивают организацию различных видов детской деятельности в соответствии с ФГОС дошкольного образования.

### План непосредственно образовательной деятельности на учебный год

| Образовательная область                            | Вид детской деятельности                                   | В неделю в содержании НОД |                    | В учебный год в содержании НОД (36 недель по тематическому плану) |                        |
|--|--|---------------------------|--------------------|---|------------------------|
|  |  | Количество                | Объем времени, мин | Количество  | Объем времени, мин/час |
| <b>в группе детей раннего возраста (1-3 года)</b>  |  |                           |                    |   |                        |
| Физическое развитие                                | Двигательная деятельность                                  | 2                         | 20                 | 62  | 620/10,3               |
| <b>в группе детей 3-4 года</b>                     |  |                           |                    |   |                        |
| Физическое развитие                                | Двигательная (по СанПин - занятие по физическому развитию) | 3                         | 45                 | 99  | 1485/24,75             |
| <b>в группе детей 4-5 лет</b>                      |  |                           |                    |   |                        |
| Физическое развитие                                | Двигательная (по СанПин - занятие по физическому развитию) | 3                         | 60                 | 99  | 1980/33                |
| <b>в старшей группе (5-6 лет)</b>                  |  |                           |                    |   |                        |
| Физическое развитие                                | Двигательная (по СанПин - занятие по физическому развитию) | 3                         | 75                 | 99  | 2475/41,25             |
| <b>в подготовительной к школе группе (6-7 лет)</b> |  |                           |                    |   |                        |
| Физическое развитие                                | Двигательная (по СанПин - занятие по физическому развитию) | 3                         | 90                 | 99  | 2970/49,5              |

### 3.1.4. Календарно-учебный график

#### Расписание занятий по физическому воспитанию на 2021-2022 уч.год

| понедельник                        | вторник                               | среда                                  | четверг                            | Пятница   |
|------------------------------------|---------------------------------------|--|------------------------------------|---|
| <i>1 половина дня</i>              |                                       |  |                                    |   |
| 8.40-8.50<br>1 мл.гр.<br>Чимарова  | 9.45-9.05<br>средняя гр.<br>Самойлова | 8.40-8.50<br>1 мл.гр.<br>Чимарова      | -                                  | 8.40-8.50<br>1 мл.гр.<br>Кондралева               |
| 9.00-9.15<br>2 мл.гр.<br>Кочеткова | 9.10-9.25<br>2 мл.гр.<br>Климкина     | 9.00-9.20<br>средняя.гр.<br>Гаврилова  | 9.00-9.20<br>ср.гр.<br>Самойлова   |   |
| -                                  | -                                     | 9.30-9.45<br>2 мл.гр.<br>Кочеткова     |                                    | 9.25-9.40<br>2 мл.гр. Климкина                    |
| -                                  | -                                     | 9.55-10.20<br>ст.гр. Лязина            | 9.45-10.10<br>ст.гр. Канакова      | 9.50-10.10<br>ср.гр. Гаврилова                    |
| 10.30-11.00<br>подг. Коннова       | -                                     | -                                      | 10.20-10.50<br>подг. Коннова       | -   |
| <i>2 половина дня</i>              |                                       |  |                                    |   |
| 15.15-15.40<br>ст.гр. Лязина       | 15.15-15.40<br>ст.гр. Канакова        | -                                      | 15.15-15.45<br>подг.гр.<br>Силаева | 15.15-15.45<br>Кружок<br>«Спортивная<br>игротека» |
| -                                  | 15.50-16.20<br>подг.гр.<br>Силаева    | 15.50-16.00<br>1 мл. гр.<br>Кондралева | -                                  | 15.45-16.15<br>РАЗВЛЕЧЕНИЯ                        |

**Циклограмма работы инструктора по физической культуре Дудиной Ю.В. на 2021-2022 уч.год**

| <b>Понедельник</b>  | <b>Вторник</b>   | <b>Среда</b>  | <b>Четверг</b>  | <b>Пятница</b>  |
|---|--|---|---|---|
| <b>8.00 – 8.45 – утренняя гимнастика</b>  |  |   |   |   |
| <b>8.45 – 9.15 –<br/>НОД</b>  | <b>8.45 – 10.30 –<br/>НОД</b>                                  | <b>8.45 – 10.20 –<br/>НОД</b>   | <b>8.45 – 10.50 –<br/>НОД</b>   | <b>8.45 – 10.10 –<br/>НОД</b>   |
| <b>9.15 – 10.30 –<br/>индивидуальная работа</b>                                       | <b>10.30 – 11.30 –<br/>физическая культура на<br/>прогулке</b> | <b>10.20 – 12.30 –<br/>индивидуальная работа</b>  | <b>10.50 – 12.30 –<br/>физическая культура<br/>на прогулке</b>                            | <b>10.10 – 12.30 –<br/>физическая культура<br/>на прогулке</b>                      |
| <b>10.30 – 11.00 –<br/>НОД</b>  | <b>11.30 – 12.30 –<br/>индивидуальная работа</b>               | <b>12.30 – 15.00 –<br/>Работа с документацией</b>   | <b>12.30 – 15.00 –<br/>Подбор материала к<br/>НОД</b>                                     | <b>12.30 – 14.00 –<br/>подготовка и<br/>изготовление пособий<br/>к физ. досугам</b> |
| <b>11.00 – 12.30 –<br/>контроль двигательной<br/>активности детей на<br/>прогулке</b> | <b>12.30 – 15.00 –<br/>работа с документацией</b>              | <b>15.00 – 15.10 –<br/>Гимнастика после сна<br/>(контроль)</b>                                | <b>15.00 – 15.15 –<br/>Гимнастика после сна<br/>(контроль)</b>                            | <b>14.00 – 15.15 –<br/>работа с педагогами</b>                                      |
| <b>12.30 – 14.00 –<br/>работа с документацией</b>                                     | <b>15.00 – 15.15 –<br/>Гимнастика после сна<br/>(контроль)</b> | <b>15.15 – 15.50 –<br/>подготовка к физ.<br/>досугу, изготовление<br/>пособий и атрибутов</b> | <b>15.15 – 15.45 –<br/>НОД</b>  | <b>15.15 – 15.45 –<br/>Кружок «Спортивная<br/>игротека»</b>                         |
| <b>14.00 – 15.00 –<br/>работа с педагогами</b>  | <b>15.15 – 16.20 –<br/>НОД</b>                                 | <b>15.50 – 16.00 –<br/>НОД</b>  | <b>15.35 – 17.00 –<br/>контроль<br/>двигательной<br/>активности детей на<br/>прогулке</b> | <b>15.45 – 17.00 –<br/>физкультурный досуг</b>                                      |
| <b>15.00 – 15.15 –<br/>Гимнастика после сна<br/>(контроль)</b>                        | <b>16.20 -17.00<br/>индивидуальная работа</b>                  | <b>16.00 – 17.00 –<br/>подготовка к физ.<br/>досугу, изготовление<br/>пособий и атрибутов</b> |   |   |
| <b>15.15 -15.40 –<br/>НОД</b>   |  |   |   |   |
| <b>15.40 – 17.00 –<br/>работа с родителями</b>  |  |   |   |   |



## Организация образовательной деятельности по приобщению детей 3–4 лет к физической культуре

| Основные формы и методы   | Периодичность и особенности организации детей                                      |
|---|--|
| Занятия по физическому развитию   | 3 раза в неделю с группой или подгруппой детей (один раз — на улице). 12–15 мин    |
| Эмоционально-стимулирующая утренняя гимнастика. Составляется комплекс общеразвивающих упражнений (далее — ОРУ) с предметами и без них. Через каждые две недели он меняется. В него входят упражнения: для развития и укрепления кистей рук, мышц плечевого пояса, спины, гибкости позвоночника, мышц брюшного пресса и ног. | Ежедневно с подгруппой или группой детей (в теплое время года — на улице). 5–7 мин |
| Подвижные игры и физические упражнения на прогулке.   | Ежедневно с группой или подгруппой детей. 10–12 мин                                |
| Оздоровительная гимнастика пробуждения после дневного сна с включением ОРУ.   | Ежедневно с группой детей. 7–10 мин  |
| Самостоятельная двигательная деятельность детей.  | Ежедневно в разные отрезки режима дня.   |

## Организация образовательной деятельности по приобщению детей 4–5 лет к физической культуре

| Основные формы и методы  | Периодичность и особенности организации детей                                   |
|--|---|
| Занятия по физическому развитию.   | 3 раза в неделю с группой или подгруппой детей (один раз — на улице). 15–20 мин |
| Эмоционально-стимулирующая утренняя гимнастика. Составляется комплекс ОРУ с предметами и без них. Через каждые две недели он меняется. В него входят упражнения: для развития и укрепления кистей рук, мышц плечевого пояса, спины, гибкости позвоночника, мышц брюшного пресса и ног. | Ежедневно с подгруппой детей (в теплое время года — на улице). 7–10 мин         |
| Подвижные игры и физические упражнения на прогулке.  | Ежедневно с группой или подгруппой детей. 10–12 мин                             |
| Оздоровительная гимнастика пробуждения после дневного сна с включением ОРУ.  | Ежедневно с группой детей. 10–12 мин  |

|  |                                       |
|--|---------------------------------------|
| Самостоятельная двигательная деятельность детей. | Ежедневно в разные отрезки режима дня |
|--|---------------------------------------|

### **Организация образовательной деятельности по приобщению детей 5-6 лет к физической культуре**

| <b>Основные формы и методы</b>   | <b>Периодичность и особенности организации детей</b>                                 |
|--|--|
| Занятия по физическому развитию.   | 3 раза в неделю с группой или с подгруппой детей (один раз — на улице). 25 мин       |
| Эмоционально-стимулирующая утренняя гимнастика. Составляется комплекс ОРУ с предметами и без них. Через каждые две недели он меняется. В него входят упражнения: для развития и укрепления кистей рук, мышц плечевого пояса, спины, гибкости позвоночника, мышц брюшного пресса и ног. | Ежедневно с подгруппой или группой детей (в теплое время года — на улице). 10–12 мин |
| Подвижные игры и физические упражнения на прогулке.  | Ежедневно с подгруппой детей. 12–15 мин  |
| Оздоровительная гимнастика пробуждения после дневного сна с включением ОРУ.  | Ежедневно с группой детей. 10–12 мин   |
| Самостоятельная двигательная деятельность детей.   | Ежедневно в разные отрезки режима дня.   |

### **Организация образовательной деятельности по приобщению детей 6-7 лет к физической культуре**

| <b>Основные формы и методы</b>   | <b>Периодичность и особенности организации детей</b>                                 |
|--|--|
| Занятия по физическому развитию.   | 3 раза в неделю с группой или с подгруппой детей (один раз — на улице). 30 мин       |
| Эмоционально-стимулирующая утренняя гимнастика. Составляется комплекс ОРУ с предметами и без них. Через каждые две недели он меняется. В него входят упражнения: для развития и укрепления кистей рук, мышц плечевого пояса, спины, гибкости позвоночника, мышц брюшного пресса и ног. | Ежедневно с подгруппой или группой детей (в теплое время года — на улице). 10–15 мин |
| Подвижные игры и физические упражнения на прогулке.  | Ежедневно с подгруппой детей. 12–15 мин  |
| Оздоровительная гимнастика пробуждения после дневного сна с включением ОРУ.  | Ежедневно с группой детей. 12–15 мин   |
| Самостоятельная двигательная деятельность детей.   | Ежедневно в разные отрезки режима дня.   |

### 3.1.5. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

Задача воспитателя — наполнить ежедневную жизнь детей увлекательными и полезными делами, создать атмосферу радости общения, коллективного творчества, стремления к новым задачам и перспективам.

Для организации традиционных событий эффективно использование сюжетно-тематического планирования образовательного процесса. Темы определяются исходя из интересов и потребностей детей, необходимости обогащения детского опыта и интегрируют содержание, методы и приемы из разных образовательных областей.

Единая тема отражается в организуемых воспитателем образовательных ситуациях детской практической, игровой, изобразительной деятельности, в музыке, в наблюдениях и общении воспитателя с детьми.

В организации образовательной деятельности учитывается также принцип сезонности. Тема «Времена года» находит отражение как в планировании образовательных ситуаций, так и в свободной, игровой деятельности детей. В организации образовательной деятельности учитываются также доступные пониманию детей сезонные праздники, такие как Новый год, проводы Зимы и т. п., общественно-политические праздники (День народного единства, День защитника Отечества, Международный женский день, День Победы и др.).

Для развития детской инициативы и творчества воспитатель проводит отдельные дни необычно — как День космических путешествий, День волшебных превращений, День лесных обитателей. В такие дни виды деятельности и режимные процессы организуются в соответствии с выбранным тематическим замыслом и принятыми ролями: «космонавты» готовят космический корабль, снаряжение, готовят космический завтрак, расшифровывают послания инопланетян, отправляются в путешествие по незнакомой планете и пр. В общей игровой, интересной, совместной деятельности решаются многие важные образовательные задачи.

В это время планируются также тематические вечера досуга, свободные игры и самостоятельная деятельность детей по интересам, театрализованная

деятельность, слушание любимых музыкальных произведений по заявкам детей, чтение художественной литературы, доверительный разговор и обсуждение с детьми интересующих их проблем.

### **3.1.4. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды**

Предметно-развивающая среда группового помещения – неотъемлемая часть целостной образовательной среды. Развитие ребенка зависит от предметной среды в такой же мере, как и от воспитывающих его взрослых. Для педагогов нашего детского сада открыта возможность гибкого проектирования предметно-пространственной среды с учетом возможностей и особенностей своей группы. Воспитатель – реальный проектировщик-дизайнер, деятельность которого направлена на формирование среды в единстве ее функциональных и эстетических качеств. Среда представлена не просто как объект художественного оформления, а как неотъемлемая часть целостной образовательной среды, с учетом особенностей психофизического развития и индивидуальных особенностей детей, эффективности и безопасности, полоролевой специфики.

**Основным условием организации** является

- *Принцип соответствия предметно-развивающей среды форме и содержанию образовательного процесса.*
- *Принцип полифункциональности среды:* возможность разнообразного использования различных составляющих предметной среды: детская мебель, маты, мягкие модули, ширмы.
- *Принцип трансформируемости среды:* возможность изменений, позволяющих, по ситуации, вынести на первый план ту или иную функцию пространства.
- *Принцип вариативности:* разнообразные материалы, игры, игрушки, оборудование, обеспечивающие свободный выбор детей.

- *Принцип доступности среды:* доступность всех помещений, игр, игрушек, игровых пособий, в том числе для детей с ОВЗ.
- *Принцип безопасности среды:* соответствие всех элементов РППС требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования.

За основу взята рамочная конструкция предметно-пространственной среды группового помещения, адекватная специфике и общей структуре образовательного процесса в дошкольном возрасте, предложенная Н.А.Коротковой, Т.Н.Дороновой. Вся пространственная среда в групповой комнате разделена на 3 зоны:

- Рабочая зона;
- Спокойная зона;
- Активная зона.

Все части пространства, в зависимости от конкретных задач момента, обладают возможностью изменяться по объему – сжиматься и расширяться, то есть иметь подвижные, трансформируемые границы. Каждая зона пространства располагает детей к нескольким видам деятельности.

Имеющееся в детском саду оборудование подобрано для осуществления игровой, продуктивной, познавательно-исследовательской, коммуникативной, музыкально-художественной, двигательной деятельности детей. Оборудование отвечает санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам, гигиеническим, педагогическим и эстетическим требованиям.

### **3.2. Часть, формируемая участниками образовательных отношений**

#### **3.2.1. Методическая литература, позволяющая ознакомиться с содержанием парциальной программой Е.В.Суслим «Детский фитнес»**

##### **Методическое обеспечение:**

| <b>№ п/п</b>               | <b>Наименование</b>  | <b>Количество</b> |
|----------------------------|--|-------------------|
| <b>Физическое развитие</b> |  |                   |
| 1.                         | Бабаева Т.И., Гогоберидзе А.Г. Михайлова З.А. «Мониторинг в детском саду». Научно-методическое пособие. СПб, ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2011г. | 1                 |
| 2.                         | Безруких М.М. «Здоровьеформирующее физическое развитие. Двигательные программы для детей 5-6 лет». СПб, ВЛАДОС, 2001г.             | 1                 |
| 3.                         | Голицина Н.С. «Нетрадиционные занятия в детском саду». М., Скрипторий, 2004г.  | 1                 |
| 4.                         | Моргунова О.Н. «Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ». Воронеж, учитель, 2005г.                                      | 1                 |
| 5.                         | Машукова Ю.М. «Степ-гимнастика в детском саду». Журнал «Инструктор по физкультуре». 2009г. №4.                                     | 1                 |
| 6.                         | Суслим Е.В. «Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 3-5 лет». ТЦ Сфера, 2014г.  | 1                 |
| 7.                         | Суслим Е.В. «Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 5-7 лет». ТЦ Сфера, 2014г.  | 1                 |
| 8.                         | Утробина К.К. «Занимательная физкультура в детском саду 5-7 лет». М.Гном и Д., 2003г.  | 1                 |
| 9.                         | Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Лечебно-профилактический танец «Фитнес - Данс», учебное пособие СПб, «Детство-пресс», 2007г           | 1                 |
| 10.                        | Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г, «Са-Фи-Дансе», танцевально-игровая гимнастика для детей». СПб, «Детство-пресс», 2001г.                 | 1                 |

#### **3.1.1. Особенности организации образовательного процесса парциальной программы Е.В. Сулим «Детский фитнес»**

- занятия проводятся 1 раз в неделю, продолжительность 25-30 минут;
- форма занятий - групповая.
- возраст занимающихся 5-7 лет (старшая и подготовительная к школе группа);

При формировании групп необходимо учитывать:

- принадлежность к медицинской группе;
- психофизиологические особенности ребенка.

### **3.2.3. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды в части, формируемой участниками образовательных отношений**

1. Спортивное оборудование:

мячи различного вида (массажные, большого диаметра «фитболы» резиновые), гантели,

мягкие модули,

степ – платформы,

тренажеры и т.д.;

2. Картотека комплексов упражнений общеразвивающего воздействия;

3. Картотека комплексов специального воздействия;

4. Аудиотека для музыкального сопровождения.

#### **IV. Дополнительный раздел программы**

##### *Краткая презентация программы*

1) Возрастные и иные категории детей, на которых ориентирована Программа.

Основная общеобразовательная программа – образовательная программа дошкольного образования ДОО «Структурное подразделение «детский сад «Березка» ГБОУ СОШ № 10 г.о. Чапаевск ориентирована на детей в возрасте от 1 года до 7 лет, которые организованы в следующие группы:

1) 2 группа раннего возраста № 1 (1-2 года)

2) 2 группа раннего возраста № 2 (1-2 года)

3) 1 младшая группа № 1 (2-3 года)

4) 1 младшая группа № 2 (2-3 года)

5) 2 младшая группа № 1 (3-4 года)

6) 2 младшая группа № 2 (3-4 года)

7) Средняя группа № 1 (4-5 лет) комбинированной направленности

8) Средняя группа № 2 (4-5 лет) комбинированной направленности

9) старшая группа № 1 (5-6 лет) комбинированной направленности

10) старшая группа № 2 (5-6 лет) комбинированной направленности

11) подготовительная группа № 1 (6-7 лет) комбинированной направленности

12) подготовительная группа № 2 (6-7 лет) комбинированной направленности

С детьми с общим недоразвитием речи работают следующие специалисты: учитель-логопед, педагог-психолог, воспитатели, музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре.

С детьми с задержкой психического развития работают следующие специалисты: учитель-дефектолог, учитель-логопед, педагог-психолог, воспитатели, музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре.



## 2) Используемые образовательные программы:

- Примерная основная образовательная программа дошкольного образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию протокол от 20 мая 2015г. № 2/15)
- Комплексная образовательная программа дошкольного образования «Детство» под редакцией Т.И.Бабаевой, А.Г.Гогоберидзе, О.В.Солнцевой., Санкт-Петербург, «Детство-Пресс», 2016г.
- Н.В.Нищева «Основная адаптированная образовательная программа для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7 лет, Санкт-Петербург, «Детство-Пресс», 2015г.
- «Подготовка детей к школе с задержкой психического развития» под ред. С.Г.Шевченко, Р.Д.Тригер, Г.М.Капустиной М., «Школьная Пресса», 2005г.
- Л.Л.Тимофеева «Формирование культуры безопасности» СПб, «Детство-Пресс», 2014-2016гг.
- Е.В.Колесникова «Математические ступеньки», М., ТЦ «Сфера», 2017г.
- О.В.Дыбина «Я живу на Самарской Земле», Ульяновск, 2014г.
- Н.В.Нищева «Обучение грамоте детей дошкольного возраста», СПб, «Детство-Пресс», 2020г.

## 3) Характеристика взаимодействия педагогического коллектива с семьями детей.

Признание приоритета семейного воспитания требует новых отношений семьи и дошкольного учреждения. Новизна этих отношений определяется понятиями «сотрудничество», «взаимодействие» и «социальное партнерство». Сотрудничество - это общение «на равных», где никому не принадлежит привилегия указывать, контролировать, оценивать. Взаимодействие представляет собой способ организации совместной деятельности, которая осуществляется на основании социальной перцепции и с помощью общения. Социальное

партнерство - особый тип совместной деятельности между субъектами образовательного процесса, характеризующийся доверием, общими целями и ценностями, добровольностью и долговременностью отношений, а также признанием взаимной ответственности сторон за результат их сотрудничества и развития.

В настоящее время нами решается задача по установлению с семьями воспитанников партнерских отношений.

На основе анализа психолого-педагогической литературы, современных подходов к организации взаимодействия семьи и дошкольного образовательного учреждения, анкетирования родителей и педагогов на тему: «Социальное партнерство детского сада и семей воспитанников», в СП «детский сад «Березка» разработана модель взаимодействия детского сада с семьями воспитанников на основе социального партнерства, которая отражает специфику организации процесса взаимодействия с семьями воспитанников.

Целью взаимодействия является создание единого образовательного пространства «детский сад - семья», обеспечивающего целостное развитие личности дошкольника, через организацию взаимодействия детского сада с семьями воспитанников на основе социального партнерства.

**Для реализации данной цели решаются следующие задачи:**

1. Создание документационного обеспечения взаимодействия детского сада и семьи на основе законодательных актов федерального, регионального и муниципального уровней;
2. Повышение профессиональной компетентности педагогов по вопросу взаимодействия с семьями воспитанников на основе социального партнерства;
3. Сбор и анализ сведений о родителях (законных представителях) и детях, изучение семей, их трудностей и запросов; выявление готовности семьи ответить на запросы дошкольного учреждения;
4. Создание условий для формирования доверительных отношений родителей с педагогическим коллективом детского сада в процессе повседневного общения и

специально-организованных мероприятий;

5. Планирование и реализация психолого–педагогической поддержки важнейших социальных функций семьи: правовой, воспитательной, досуговой, влияющих на качество семейного воспитания;

6. Внедрение эффективных технологий сотрудничества детского сада с семьями в практику психолого-педагогического партнёрства, способствующих повышению потенциала взаимодовверительных и равноответственных отношений.

В СП «детский сад «Березка» в соответствии с планом поэтапно создаются психолого-педагогические и социальные условия организации эффективного взаимодействия:

- установление интересов каждого из партнеров;
- согласие родителей на активное включение в образовательный процесс и понимание важности участия родителей в образовательной деятельности;
- совместное формирование целей и задач деятельности (документационное обеспечение);
- выработка четких правил действий в процессе сотрудничества (планирование);
- владение педагогами методами обучения родителей;
- использование образовательного и творческого потенциала социума;
- использование активных форм и методов общения;
- обязательная обратная связь педагогов с родителями для оценки эффективности взаимодействия;
- постоянный анализ процесса взаимодействия семьи и детского сада.

**Организация процесса взаимодействия основана на принципах:**

- значимость социального партнерства для каждой из сторон;
- единство реализации цели в вопросах развития личности ребенка;

- равноправие и равноответственность родителей и педагогов;
- взаимное доверие во взаимоотношениях педагогов и родителей;
- открытость и добровольность;
- уважение и доброжелательность друг к другу;
- индивидуальный и дифференцированный подход к каждой семье.

Основными направлениями взаимодействия с учетом запросов и потребностей каждой из сторон являются:

1. Информационно-аналитическое (сбор и анализ сведений о родителях и детях, изучение семей, их трудностей и запросов, а также выявление готовности семьи ответить на запросы детского сада);
  2. Практическое (повышение правовой и педагогической культуры родителей и вовлечение родителей в образовательный процесс);
  3. Контрольно-оценочное направление (анализ эффективности (количественный и качественный) мероприятий, которые проводятся педагогами детского сада).
- Результатом реализации данной модели является единое образовательное пространство «детский сад - семья», обеспечивающее целостное развитие личности дошкольника.

## Диагностические тесты двигательной активности детей

### Тесты для определения скоростных качеств

- 1. Бег на 10 м с хода** (тест позволяет оценить скоростные качества ребенка и его реакцию). На асфальтированной дорожке намечаются линии старта и финиша. За линией финиша (6-7 м от неё) ставится ориентир (яркий предмет – кегля, кубик), для того чтобы ребенок, пересекая линию финиша, не делал резкой остановки. Предлагаются 2 попытки, отдых между ними 5 минут. Наилучший результат заносится в индивидуальную карту (табл. 8). Ребенок по команде «на старт» подходит к черте и занимает удобную позу. Воспитатель стоит сбоку от линии старта с секундомером. В момент пересечения линии старта воспитатель включает секундомер и выключает его тогда, когда ребенок добегает до линии финиша.
- 2. Бег на 30 м со старта** (тестируются скоростные качества). Задание проводится на беговой дорожке (длина не менее 40 м, ширина 3 м).на дорожке отмечается линия старта и линия финиша. Тестирование проводят двое взрослых, один находится с флажком на линии старта, второй (с секундомером) – на линии финиша. За линией финиша на расстоянии 5-7 м ставится яркий ориентир. По команде воспитателя «внимание» ребенок подходит к линии старта и принимает стартовую позу. Затем следует команда «марш» - взмах флажком (он должен даваться сбоку от ребенка). В это время воспитатель, стоящий на линии финиша, включает секундомер. Во время короткого отдыха (3-5 минут) проводится спокойная ходьба с дыхательными упражнениями. Предлагается две попытки, фиксируется наилучший результат. *Внимание!* Во время бега не следует торопить ребенка, корректировать его бег.

### Тесты для определения скоростно-силовых качеств

#### 1. Прыжок в длину с места.

Этот тест можно проводить в физкультурном зале на поролоновом мате, на котором нанесена разметка через каждый 10 см. Тестирование проводят два человека – первый объясняет задание, следит за тем, как ребенок принял исходное положение для прыжка, дает команду «прыжок»; второй воспитатель замеряет длину прыжка (с помощью сантиметровой ленты). Ребенок встает у линии старта, отталкивается двумя ногами, делая интенсивный взмах руками, и прыгает на максимальное расстояние. При приземлении нельзя опираться сзади руками. Второй воспитатель измеряет расстояние от линии старта до пятки «ближней ноги» с

точностью до 1 см.

Делается две попытки, в карту заносится лучший результат. Следует давать качественную оценку прыжка по основным элементам движения: исходное положение, энергичное отталкивание ногами, взмах руками при отталкивании, группировка во время полета, мягкое приземление с перекатом с пятки на всю стопу.

*Внимание!* Если ребенок после приземления упал или сделал шаг назад, то следует засчитывать попытку и фиксировать тот результат, который отмечается в момент постановки ног на опору.

Для повышения активности и интереса детей целесообразно разместить несколько ярких предметов на расстоянии 15-20 см за матом и предложить ребенку допрыгнуть до самого дальнего из них.

## **2. Прыжок вверх с места.**

Ребенок подпрыгивает вверх, стараясь достать предмет, находящийся выше поднятой руки.

Например, воспитатель держит флажок над головой ребенка. Результат определяется с помощью натянутой сантиметровой ленты, прикрепленной к поясу ребенку. В карту обследования заносится лучший результат из двух попыток.

## **3. Прыжок в длину с разбега** (тест позволяет оценить скоростно- силовые качества и ловкость).

Ребенок разбегается, при этом его корпус слегка наклонён вперед, руки согнуты в локтях. Приземляться нужно на две полусогнутые ноги с перекатом в пятки на носок. Важно сохранить при этом равновесие.

Даются две попытки, между ними отдых (3-5 минут). Фиксируется лучший результат.

## **4. Бросок набивного мяча весом 1 кг способом из-за головы двумя руками стоя**

(тестируются уровень физического развития детей, их ориентировочные реакции и координационные способности).

Ребенок встает у контрольной линии, берет мяч и бросает его как можно дальше, при этом одна нога впереди, другая сзади. При броске мяча ступни ног ребенка не должны отрываться от пола (земли).

Делаются два броска подряд, фиксируется лучший результат.

## **5. Бросок теннисного мяча удобной рукой** (тест позволяет определить скоростную реакцию ребенка). Метание мяча производится любой рукой, способом «из-за спины через плечо».

Метание осуществляется на дорожке шириной 4-5 м, длиной 2- м с линиями деления через каждый 0,5 м.

Из двух попыток фиксируется лучший результат.

### **Тесты для определения ловкости и координационных способностей.**

## **1. Челночный бег 3 раза по 10 м**(определяется способность быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки). Ребенок встает у

контрольный линии, по сигналу

«марш» (в этот момент воспитатель включает секундомер) трехкратно преодолевает 10-метровую дистанцию, на которой по прямой линии расположены кубики (5 шт.). Ребенок обегает каждый кубик, не задевая его. Фиксируется общее время бега.

**2. Статическое равновесие** (тест выявляет и тренирует координационные возможности детей).

Ребенок встает в стойку - носок сзади стоящей ноги вплотную примыкает к пятке впереди стоящей ноги – и пытается при этом сохранить равновесие. Ребенок выполняет задание с открытыми глазами. Время удержания равновесия фиксируется секундомером.

Из двух попыток фиксируется лучший результат.

**3. Подбрасывание и ловля мяча** (тест на ловкость и координацию). Ребенок принимает исходное

положение (ноги на ширине плеч) и двумя руками подбрасывает вверх мяч диаметром 15-20 см как можно большее количество раз. Ребенку предлагается сделать 2 попытки. Фиксируется лучший результат.

**4. Отбивание мяча от пола** (тестируются ловкость, скорость реакции, устойчивость позы).

Ребенок стоит в исходном положении (ноги на ширине плеч) и одной рукой отбивает мяч от пола максимальное количество раз (руки можно чередовать). При выполнении задания не разрешается сходить с места. Даются две попытки. Фиксируется лучший результат из двух попыток.

**5. Прыжки через скакалку** (тестируются ловкость, гибкость, выносливость). Принимается

исходное положение: ноги вместе, руки внизу, в руках скакалка. Затем ребенок прыгает вперед через скакалку. Воспитатель считает количество прыжков.

Делается две попытки, засчитывается лучший результат.

*Внимание!* Важно правильно подобрать скакалку для каждого ребенка. Если скакалка выбрана правильно, то, когда ребенок встает обеими ногами на середину скакалки и натягивает её, концы скакалки достают до подмышек.

**6. Гибкость** (тест характеризует подвижность всех звеньев опорно-двигательного аппарата, эластичность мышц и связок).

Тест проводится двумя воспитателями. Ребенок становится на гимнастическую скамейку

(поверхность скамейки соответствует нулевой отметке). Задание: наклониться вниз, стараясь не сгибать колени (при необходимости их может придерживать один из воспитателей). Второй воспитатель по линейке, установленной перпендикулярно скамье, регистрирует тот уровень, до которого дотянулся ребенок кончиками пальцев. Если ребенок не дотягивается до нулевой отметки (поверхности скамьи), то результат засчитывается со знаком минус. Во время выполнения данного теста можно использовать игровой момент «достань игрушку».

### **Тесты для определения выносливости.**

**1. Бег на выносливость** (определяется функциональная устойчивость нервных центров, координирующих функциональную активность двигательного аппарата). Тест проводится с небольшой подгруппой (5-7

человек), сформированной с учетом уровня ДА детей. Участвуют два воспитателя и медсестра, которая следит за самочувствием детей.

Воспитателю заранее необходимо измерить дистанцию беговой дорожки (в метрах) и разметить её – отметить линию старта и половину дистанции.

Дорожка может быть расположена вокруг дошкольного учреждения. Дети подходят к линии старта. Воспитатель группы дает команду «на старт» и включает секундомер. Воспитатель по физической культуре бежит впереди колонны в среднем темпе 1-2 круга, дети бегут за ним, затем дети бегут самостоятельно, стараясь не менять темпа. Бег продолжается до появления первых признаков усталости. Тест считается правильно выполненным, если ребенок пробежал всю дистанцию без остановок. В индивидуальную карту записываются два показателя: продолжительность бега и длина дистанции, которую пробежал ребенок.

### **Тесты для определения силы и силовой выносливости.**

#### **1. Измерение мышечной силы кистей рук с помощью ручного механистического динамометра.**

Перед обследованием необходимо познакомить детей с прибором (динамометром) и рассказать, как им пользоваться. Во время тестирования ребенок принимает исходное положение: стоя, руки опущены вниз.

Воспитатель дает указание взять в руку динамометр, при этом рука ребенка опущена и немного отведена в сторону. Затем воспитатель использует игровой прием и предлагает ребенку поднять «сетку картошки» - сильно сжать прибор. Делается по две попытки каждой рукой, между попытками делается 1-2 минуты отдыха. Результаты измерений фиксируются с точностью до 0,1 кг.

#### **2. Подъем из положения лежа на спине (тест для определения силовой выносливости).**

Ребенок лежит на гимнастическом мате 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.



**План взаимодействия специалистов на 2021-2022учебный год**

**Подготовительная к школе группа**

| <i>Месяц</i>   | <i>Тема недели</i>                      | <i>Учитель - логопед</i>   | <i>Воспитатель</i> | <i>Инструктор по физической культуре</i>  | <i>Музыкальный руководитель</i>  | <i>Педагог-психолог</i>   |
|----------------|---|--|--------------------|---|--|---|
| <b>ОКТАБРЬ</b> | «Осень. Признаки осени. Деревья осенью» | Л/г упр. «Разноцветные листочки»<br>Цель: формировать навык образования и употребления относительных прилагательных по данной теме.                                |                    | Игра «Разложи в корзинки»<br>Цель: совершенствовать двигательные умения и навыки, расширять и активизировать словарный запас детей по данной теме, развивать мышление | Прослушивание этюда «Старый гриб»<br>Цель: Развивать ладо-мелодический слух, чувство ритма   | Дидактическая игра «С какой ветки детки»<br>Цель: развивать аналитико-синтетическое мышление. |
|                | «Огород. Овощи»                         | Игра «Чего не стало».<br>Цель: формировать навык употребления существительных в форме Р.п. в единственном и множественном числе.<br>Звуки [п, пь, б, бь]. Буква Бб |                    | П/и «С кочки на кочку». Эстафета «Соберем грибы в корзины». Игровое упражнение с перебрасыванием мяча «Слова - родственники»  | Песня — хоровод «На горе то калина». Этюд на сострадание «Старый гриб». Игровое упражнение «Чьи детки». Координация речи с движением «За грибами». | Дидактическая игра «Угадай, что спрятано»<br>Цель: развивать зрительное восприятие.           |
|                | «Сад. Фрукты»                           | Игра «Ёжик гуляет»<br>Цель: развивать навыки фонематического анализа путём определения места звука в слове.<br>Звуки [п, пь, б, бь]. Буква Бб                      |                    | Игра м/п «Сбей и назови». Эстафета «Бег в калошах».   | Русская народная песня «Сошьем Дуне сарафан». Игровое упражнение «Что из чего?»<br>Шуточная эстафета «какая я нарядная!»                           | Дидактическая игра «Фруктовая корзина»<br>Цель: развивать зрительную память.                  |
|                | «Лес. Грибы. Ягоды»                     | Л/г упр. «У кого сколько?»<br>Цель: формировать навык согласования существительного с  |                    | П/и «Мы веселые ребята»<br>Игра м/п «Иди – стой»<br>П/и «Кто ловкий»  | Этюды на выражение эмоции «Хорошее настроение»<br>«Стыдно», «Встреча с   | Дидактическая игра «Что лишнее?»<br>Цель: развивать наглядно-действенное                      |

|               |           |   |  |   |  |   |
|---------------|-----------|---|--|---|--|---|
|               |           | числительным в роде и числе в И.п.<br>Звуки [д, дь, т, ть]. Буква Дд  |  |   | другом».   | мышление.   |
| <b>НОЯБРЬ</b> | «Одежда»  | Игра с мячом «Скажи наоборот»<br>Цель: формировать навык подбора антонимов (к глаголам и прилагательным).<br>Звуки [д, дь, т, ть] |  | П/и «Посудная лавка».<br>Игра с мячом «Считай и называй».   | Игровое упражнение «Что из чего сделано»   | Игра «Одежда для мальчиков и девочек»<br>Цель: закрепить представления о половой принадлежности.      |
|               | «Обувь»   | Игра «Кто скорее»<br>Цель: развивать навык звукового синтеза на материале слогов.<br>Звуки [г, гь, к, кь]. Буква Гг               |  | Игра м/п «Игра в стадо»<br>«На водопой»   | Русская народная попевка «Украл котик клубочек»<br>Музыкальная подвижная игра «Кот и мыши»<br>Игровое упражнение «Чей, чья»        | Дидактическая игра «Чей сапожок?»<br>Цель: развивать наглядно-действенное мышление                    |
|               | «Игрушки» | Игра «Художники»<br>Цель: формировать навык согласования прилагательных с существительным в роде и числе.<br>Звуки [г, гь, к, кь] |  | П/и «Хитрая лиса»<br>«Займи свой домик»<br>«Медведь»  | Попевки «Лиса по лесу ходила»,<br>«Скок поскок»<br>Игровое упражнение «Чей, чья»<br>Этюд «Звери».                                  | Дидактическая игра «Магазин игрушек»<br>Цель: развивать связную речь детей, умение взаимодействовать. |
|               | «Посуда»  | Игра с мячом «Раздели на слоги»<br>Цель: формировать навык слогового анализа слов.<br>Звуки [в, вь, ф, фь]. Буква Вв              |  | Подвижная игра «Ветер, туча, солнце»<br>Цель: совершенствовать двигательные умения и навыки, расширять и активизировать словарный запас детей по данной теме. | Прослушивание песни «Здравствуй осень»<br>Цель: учить детей воспринимать и передавать радостный, нежный, лирический характер песни | Дидактическая игра «Магазин посуды»<br>Цель: развивать связную речь детей, умение взаимодействовать.  |

|         |                           |  |  |   |   |   |
|---------|---------------------------|--|--|---|---|---|
| ДЕКАБРЬ | «Зима. Зимующие птицы»    | Игра с мячом «Слова одной семейки»<br>Цель: формировать навык образования однокоренных слов.<br>Звуки [ф, фь, в, вь]. Буква Вв                   |  | Игра м/п «Съедобное - несъедобное»<br><br>Игра с мячом «Считай и называй»                     | Речь с движением «Как варить суп»<br><br>Скороговорка «Саше дали кашу, а Ксюше простоквашу»<br>Русская народная песня «Блины» | Дидактическая игра «Найди двух одинаковых птиц»<br>Цель: развивать внимание, наблюдательность.                |
|         | «Домашние животные зимой» | Игра «Будь внимательным»<br>Цель: формировать навык употребления существительных с суффиксами –онок-, -енок-, -ат-, -ят.<br>Звуки [ф, фь, в, вь] |  | Развитие координации движений, креативных способностей «Магазин игрушек»<br>Эстафета с мячом. | Этюд «Прослушай музыку и изобрази игрушку»<br>«Угадай музыкальные игрушки по звуку».  | Пластический этюд «Домашние животные»<br>Цель: развивать мимику, пантомимику.                                 |
|         | «Дикие животные зимой»    | Игра «Кого не стало?»<br>Цель: формировать навык образования и употребления существительных в Р.п.<br>Звуки [ф, фь, в, вь]                       |  |   |   | Пластический этюд «Дикие животные»<br>Цель: развивать мимику, пантомимику, умение взаимодействовать в группе. |
| ЯНВАРЬ  | «Мебель»                  | Игра «Будь внимательным»<br>Цель: формировать навык употребления существительного с предлогами.<br>Звуки [х, хь, к, кь, г, гь]                   |  | П/и «Два мороза»<br>Эстафета «На лыжах».  | Этюд на выражение радости, удовольствия «Первый снег»<br>Скороговорка «У маленькой Саши санки едут сами»<br>Попевка «Снежок»  | Дидактическая игра «Мебельная фабрика»<br>Цель: развивать умение описывать мебель по схеме-плану.             |
|         | «Транспорт»               | Игра «Один-много»<br>Цель: формировать навык образования формы множественно числа существительных.<br>Звук [ы]. Буква Ыы                         |  | П/и «Перелет птиц»<br>«Считай и называй»<br>«Птицы, по домам»                                 | Скороговорка «Сорок сорок»<br>Закличка «Среди сизых голубей»  | Подвижная игра «Плавает-летает-ездит»<br>Цель: развивать умение классифицировать предметы.                    |

|         |                           |  |  |   |   |  |
|---------|---------------------------|--|--|---|---|--|
|         |                           |  |  |   |   |  |
|         | «Профессии на транспорте» | Игра «Разноцветные вагоны»<br>Цель: развивать фонематические представления на материале звуков [ы]-[и] и дифференциация их.<br>Звуки [ы]-[и]. Буква Ыы |  | Подвижная игра «Кого встретили зимой в лесу»<br>Цель: совершенствовать технику метания, образовывать существительные с уменьшительно-ласкательными суффиксами | Игра «Волк и волчата»<br>Цель: развивать чувство темпа и ритма  | Игра с мячом «Назови профессию»<br>Цель: закрепить знания о профессиях на транспорте.                |
| ФЕВРАЛЬ | «Детский сад. Профессии»  | Игра «Нужные предметы»<br>Цель: формировать навык образования и употребления существительных в Р.п. и Т.п.<br>Зуки [с, съ]. Буква Сс.                  |  | П/и «Пешеход и водители»<br>«Мотоциклисты»  | Попевка «Пароход гудит» (муз. Т. Пановой)<br>Скороговорка «Вез корабль карамель, наскочил корабль на мель. И матросы три недели карамель на мели ели» | Игра с мячом «Назови профессию»<br>Цель: закрепить знания о профессиях в детском саду.               |
|         | «Профессии. Швея»         | Игра «Свяжи пары»<br>Цель: совершенствовать навык составления сложноподчинённых предложений со словами <i>для того чтобы</i> .<br>Звуки [с, съ].       |  | Подвижная игра «Поезд»<br>Цель: совершенствовать динамическое равновесие  | Упражнение на эмоции «Угадай профессию»<br>Цель: расширять слова по теме  | Дидактическая игра «Волшебный сундучок»<br>Цель: закрепить знания о профессии шве и ее инструментах. |
|         | «Профессии на стройке»    | «Раздели и собери»<br>Цель: совершенствовать навыки звукового анализа слов.<br>Звуки [з, зь]. Буква Зз.  |  | П/и «Парашютисты и пограничники»<br>игра м/п «Поймай мяч и назови война»<br>Эстафета «Донесение»  | П/и «Бери флажок» (муз. Н.Метлова)<br>Развлечение «День защитника отечества»  | Игра «Отгадай»<br>Цель: закрепить знания о профессиях на стройке.                                    |
|         | «Наша армия»              | Игра «Волшебные буквы»<br>Цель: развивать навыки звукобуквенного анализа.<br>Звуки [с, съ, з, зь].   |  | Игра малой подвижности «Высокие - низкие»<br>Цель: совершенствовать двигательные умения и   | Попевка «Лесенка»<br>Цель: учить детей точно определять и интонировать движение   | Подвижная игра «Танки-самолеты-корабли»<br>Цель: закрепить   |

|      |                                   |  |  |  |   |  |
|------|-----------------------------------|--|--|--|---|--|
|      |                                   |  |  | навыки, расширять и активизировать словарный запас детей по данной теме.   | мелодии сверху вниз, снизу вверх  | знания об армии.   |
| МАРТ | «Моя мама лучше всех»             | Игра «Весёлые утята»<br>Цель: развивать фонематический анализ путём определения места звука в слове.<br>Звуки [ш]. Буква Шш. |  | Игра малой подвижности «Что кому нужно»<br>Цель: совершенствовать двигательные умения и навыки, расширять и активизировать словарный запас детей по данной теме. | Праздник «8 Марта»  | Игра «Продолжи предложение»<br>Цель: развивать речь детей, умение описывать свою маму.               |
|      | «Комнатные растения»              | Игра «Шифровки»<br>Цель: развивать навыки звукобуквенного анализа слов.<br>Звуки [с, ш].                                     |  | Игра на внимание «Где мы были, мы не скажем»<br>Цель: Совершенствовать двигательные умения и навыки детей  | Слушание песни «Детский сад»<br>Цель: активировать словарь детей по данной теме   | Дидактическая игра «Составь цветок»<br>Цель: развивать наглядно-действенное мышление.                |
|      | «Аквариумные и пресноводные рыбы» | Игра «Стайка»<br>Цель: совершенствовать навыки составления и чтения предложений.<br>Звук [ж]. Буква Жж.                      |  | Подвижная игра «Что это?»<br>Цель: совершенствовать технику метания  | Попевка на слог «ТА-ТА-ТА»  | Игра «Где живут рыбы»<br>Цель: развивать наглядно-действенное мышление и наглядно-образное мышление. |
|      | «Наш город»                       | Игра «Поможем Жене и Шуре»<br>Цель: формировать навык дифференциации звуков [ш, ж] в словах.<br>Звуки [ш, ж].                |  | Подвижная игра «Ручейки и озера»<br>Цель: совершенствовать технику ловли и броска маяча, развивать координацию движений  | Песня «Песенка о весне», «Весенняя песенка»<br>Цель: совершенствовать у детей умение чисто интонировать поступенное и скачкообразное движение мелодии | Игра «Составь рассказ о городе»<br>Цель: развивать связную речь детей.                               |

|        |  |  |   |  |   |  |
|--------|--|--|---|--|---|--|
|        |  |  |   |  |   |  |
| АПРЕЛЬ | «Весенние сельскохозяйственные работы» | Упражнение «Кто чем пользуется?»<br>Цель: формировать навык образования и употребления существительных в Т.п.<br>Звуки [з, ж]. |   | Подвижная игра «Перелет птиц»<br>Цель: совершенствовать технику лазания по гимнастической стенке, расширять словарь по данной теме | Игра «Какой, какая, какие»<br>Цель: тренировать подбор слов                                 | Игра «Что где сажают»<br>Цель: развивать связную речь, наглядно-образное мышление.     |
|        | «Космос»                               | Упражнение «Посмотри и назови»<br>Цель: формировать навык согласования числительных с существительными. Звук [э]. Буква Ээ.    |   | П/и «Мы веселые ребята»,<br>игра м/п «летим, плывем, едем»   | Песня «Край в котором ты живешь» (муз. Гладкова)  | Пластический этюд «Космонавты»<br>Цель: развивать пантомимику детей, знания о космосе. |
|        | «Хлеб»                                 | Игра «Наведём порядок»<br>Цель: формировать навык образования существительных с суффиксом –иц-.<br>Звуки [с, з, ш, ж].         |   | П/и «займи свой дом»<br>игра м/п «Найди свой дом» с использованием плана   | Скороговорка «до города дорога в гору, от города с горы»<br>песня «Наш город» (Е.Тиличеева) | Дидактическая игра «Откуда хлеб к нам пришел»<br>Цель: закрепить знания о хлебе.       |
|        | «Почта»                                | Игровое упражнение «Есть-нет»<br>Цель: формировать навык согласования числительных с существительными.<br>Звуки [к, г, х].     |   | Подвижная игра "Препятствие на пути к дому"<br>И/у «Муравьишки»  | Пение песни "Чапаевск родной"   | Игра –драматизация «Лесная почта»<br>Цель: закрепить знания о работе почты.            |
| МАЙ    | «Правила дорожного движения»           | Упражнение «Закончи предложение»<br>Цель: формировать навык составления предложений с противительным союзом <i>а</i> .         | Развлечение «9 Мая»<br>Цель: совершенствовать двиг. умения и навыки, расширять и активизировать словарный запас детей | Развлечение «День победы».<br><br>Экскурсия к Вечному огню   | Подвижная игра «Красный-желтый-зеленый»<br>Цель: закрепить знания о правилах                |  |

|                      |   |  |   |                    |  |
|----------------------|---|--|---|--------------------|--|
|                      | Звуки [в, ф].   |  | по данной теме.                                     |                    | дорожного движен.  |
| «Насекомые и пауки»  | Упражнение «Подбери схему»<br>Цель: развивать навыки фонематического анализа.                     |  | Развлечение «На прогулке»<br><br>Игра "На прогулке" | Пение песни "Лето" | Дидактическая игра «Что лишнее»<br>Цель: закрепить знания о насекомых.                     |
| «Времена года. Лето» | Игра «Кто скорее»<br>Цель: формировать навык слогового анализа слов.                              |  |   |                    | Игра «Продолжи предложение»<br>Цель: закрепить знания о временах года.                     |
| «Полевые цветы»      | Упражнение «Скажи наоборот»<br>Цель: формировать навык образования и употребления слов-антонимов. |  |   |                    | Дидактическая игра «Чего не хватает?»<br>Цель: развивать аналитико-синтетическое мышление. |

**План взаимодействия специалистов СП «детский сад «Березка» на 2021-2022 учебный год**

**Старшая группа комбинированной направленности**

| месяц  | Учитель-логопед   | Учитель - дефектолог  | Воспитатель  | Инструктор по физической культуре  | Музыкальный руководитель  | Психолог   |
|--|---|---|--|--|---|--|
| Сентябрь<br>3 неделя<br>лексическая тема:<br>«Наш детский сад» | Игра «Писатель»<br>Цель: расширение словаря по теме   | Игра:»Кто, кем работает»<br>Цель: уточнять и расширять знания детей по теме                             | Игра: «Кто что делает?»<br>Цель: расширение словаря действий по теме       | Игра малой подвижности «Назови правильно»<br>Цель: совершенствовать двигательные умения и навыки, расширять и активизировать словарный запас детей по данной теме. | Песня «Наш детский сад»<br>Цель: учить исполнять песню разнохарактерно                  | Игра малой подвижности «Назови правильно»<br>Цель: совершенствовать двигательные умения и навыки, расширять и активизировать словарный запас детей по данной теме. |
| Сентябрь<br>4 неделя<br>лексическая тема<br>«Семья»            | Игра «Назови ласково»<br>Цель: закреплять, уточнять и расширять представления детей по теме | Игра «Расскажи, с кем ты живешь?»<br>Цель: закреплять, уточнять и расширять представления детей по теме | Дидактическая игра «Дружная семья»<br>Цель: активизировать словарь по теме | Игра малой подвижности «Назови правильно»<br>Цель: совершенствовать двигательные умения и навыки, расширять и активизировать словарный запас по данной теме        | Игра «Накрой стол»<br>Развлечение<br>Цель: активизировать словарный запас детей по теме | Дидактическая игра «Угадай, что спрятано»<br>Цель: пополнять словарный запас детей по теме, развивать зрительное восприятие  |
| Октябрь<br>1 неделя<br>лексическая тема:                       | Составление рассказа «Осень»<br>Цель: закреплять  | Игра «Какое время года»<br>разучивание  | Дидактическая игра «Что вырастили люди»                                    | Подвижная игра «Кто быстрее соберет» (желтый)  | Песня «Осень»<br>Цель: учить исполнять песню  | Дидактическая игра «Посмотри, запомни»   |



|  |   |  |   |   |  |   |
|--|---|--|---|---|--|---|
| «Осенняя пора, очей очарованье»                              | знания детей о времени года   | физминутки «Капля раз.....»<br>Цель: развитие временных представлений              | Цель: закрепить знания детей о труде.<br>Осень объемная аппликация «Времена года»   | лист, красный лист)<br>Цель: закрепить технику отбивания мяча о пол на месте, расширять и активизировать словарный запас детей по данной теме   | разнохарактерно  | Цель: развивать память  |
| Октябрь<br>2 неделя<br>лексическая тема: «Есть у нас огород» | Игра «Скажи ласково», «Угадай по описанию»<br>Цель: закреплять, уточнять и расширять представления детей об овощах, образовывать существительные с уменьшительно-ласкательными суффиксами | Игра «Угадай на ощупь»<br>Цель: развитие тактильного восприятия                    | Дидактическая игра «Что в корзину соберем»<br>Цель: рассказать детям об овощах, их заготовке, консервировании, вкусе, тренировать умение согласовывать прилагательные с существительными<br>Лепка «Компот из фруктов» | Общеразвивающее упражнение «Подставь солнышку бочок», «Рады урожаю»<br>Цель: совершенствовать двигательные умения и навыки, расширять и активизировать словарный запас детей по данной теме | Песня «Вейся, капуста моя»<br>Цель: учить петь выразительно              | Дидактическая игра «Угадай, что спрятано»<br>Цель: пополнять словарный запас детей по теме, развивать зрительное восприятие |
| Октябрь<br>3 неделя<br>лексическая тема: «Ателье»            | «Игра с мячом»<br>Цель: учить детей правильно называть предметы верхней одежды  | Игра «Назови детали своего изделия»<br>Цель: развитие зрительного внимания, памяти | Дидактическая игра «Ателье»<br>Цель: тренировать умение детей классифицировать одежду по сезонному признаку, учить связно описывать предмет.<br>Аппликация  | Игра малой подвижности «Сбей и назови»<br>Цель: совершенствовать технику прокатывания набивных мячей, расширять словарь по данной теме  | Игра «Малыш на прогулке»<br>Цель: активизировать словарный запас по теме | Упражнение «Назови, покажи»<br>Цель: развивать наблюдательность   |

|  |  |   |  |  |  |  |
|--|--|---|--|--|--|--|
|  |  |   | «Девочка в одежде»   |  |  |  |
| Октябрь<br>4 неделя<br>лексическая тема:<br>«Если хочешь<br>быть здоров» | Беседа: «Здоровая<br>пища»<br>Цель: расширять<br>знания детей по<br>теме   | Игра «Гимнастика<br>веселых человечков»<br>Цель: развитие<br>общей моторики.<br>Пальчиковая<br>гимнастика | Дидактическая<br>игра «Четвертый<br>лишний»<br>Цель: развивать<br>мышление<br>Рисование «Дети<br>делают зарядку»   | Игра «Хлоп –<br>стоп»<br>Цель:<br>совершенствовать<br>двигательные<br>умения и навыки,<br>расширять и<br>активизировать<br>словарный запас<br>детей по данной<br>теме, развивать<br>мышление | Песня<br>«Физкультура»   | Дидактическая<br>игра «Будь<br>внимателен»<br>Развивать<br>слуховую память,<br>внимание, умение<br>слушать |
| Октябрь<br>5 неделя<br>лексическая тема:<br>«откуда стол<br>пришел»      | Игра «Много<br>чего?»<br>Цель: уточнять и<br>расширять знания<br>детей об основных<br>видах мебели,<br>образовывать<br>существительные<br>множественного<br>числа                          | Игра «Где что<br>стоит»<br>Цель: развитие<br>пространственной<br>ориентации                               | Сюжетно-ролевая<br>игра «Новоселье»<br>Цель: рассказать<br>детям о том, что<br>одинаковые по<br>назначению вещи<br>могут быть<br>сделаны из<br>разного материала | Подвижная игра<br>«Выставка<br>мебели»<br>Цель:<br>совершенствовать<br>технику метания,<br>образовывать<br>существительные<br>с уменьшительно-<br>ласкательными<br>суффиксами                | Игра «Пылесос»<br>Цель: развивать<br>чувство темпа и<br>ритма  | Дидактическая<br>игра «Продолжи<br>ряд»<br>Цель: развивать<br>аналитическое<br>мышление                    |
| Ноябрь<br>1 неделя<br>лексическая тема:<br>«Федорина<br>неделя»          | Игра «Что из чего<br>сделано?»<br>Цель: закреплять<br>названия и<br>назначение<br>отдельных<br>предметов посуды,<br>согласовывать<br>прилагательные с<br>существительными,<br>образовывать | Игра «Что<br>изменилось»<br>Цель: развитие<br>зрительного<br>внимания и памяти                            | Сюжетно-ролевая<br>игра «Праздник»<br>Цель: расширять<br>знания детей по<br>данной теме<br>Лепка «Посуда для<br>кафе»  | Подвижная игра<br>«Самый меткий»<br>Цель:<br>совершенствовать<br>двигательные<br>умения и навыки,<br>расширять и<br>активизировать<br>словарный запас<br>детей по данной<br>теме             | Игра «Накрой стол<br>для мишки»<br>Развлечение<br>«Зайкин праздник»<br>Цель:<br>активизировать<br>словарный запас<br>детей по данной<br>теме | Игра «Дорисуй»<br>Цель: развивать<br>мышление  |

|   |  |   |   |  |  |  |
|---|--|---|---|--|--|--|
|   | относительные<br>прилагательные  |   |   |  |  |  |
| Ноябрь<br>2 неделя<br>лексическая тема:<br>«Поездка на<br>ферму»      | Игра «Узнай по<br>описанию»,<br>«Назови<br>детеныша»<br>Цель: уточнять и<br>расширять<br>представления<br>детей о домашних<br>животных и их<br>детенышах | Игра «Найди пару»<br>Цель: развитие<br>зрительного<br>внимания<br>«Кто чем питается»<br>Цель: накопление<br>знаний и<br>представлений об<br>окружающем  | Сюжетно-ролевая<br>игра<br>«Ветеринарная<br>больница»<br>Цель: закреплять<br>знания детей о<br>домашних<br>животных<br>Лепка<br>«Деревенское<br>подворье» | Подвижная игра<br>«Кто это?»<br>Цель:<br>совершенствовать<br>технику метания,<br>называть<br>детенышей<br>животных   | Песня «Конь»,<br>подвижная игра<br>«Лошадь»<br>Цель:<br>активизировать<br>словарный запас у<br>детей по теме   | Дидактическая<br>игра «Сравни<br>картинки»<br>Цель: учить<br>анализировать                                       |
| Ноябрь<br>3 неделя<br>лексическая тема:<br>«Кто в теремочке<br>живет» | Игра «Кто где<br>живет», «Кто это?»<br>Цель: закреплять<br>знания детей о<br>диких животных<br>(внешний вид,<br>пища, жилище)                            | Беседа по теме.<br>Игра «Слова –<br>действия»<br>Цель: развитие<br>глагольного словаря<br>по теме   | Дидактическая<br>игра «Что умеют<br>делать звери»<br>Цель: закреплять<br>знания детей о<br>диких животных<br>Рисование «Белка»                            | Подвижная игра<br>«Кто это?»<br>Цель:<br>совершенствовать<br>технику метания,<br>называть<br>детенышей<br>животных   | Попевка «Скок,<br>скок», игра «Зайцы<br>и лиса»<br>Цель: развивать<br>эмоциональное<br>восприятие музыки   | Дидактическая<br>игра «Какие звери<br>попали не в свою<br>компанию»<br>Цель: развивать<br>понятийное<br>мышление |
| Ноябрь<br>4 неделя<br>лексическая тема:<br>«Письмо осени»             | Игра «Когда это<br>бывает»<br>Цель: закрепить<br>представления<br>детей об осени, ее<br>признаках  | Беседа по теме с<br>использованием<br>картинок – схем для<br>составления рассказа<br>Цель: развитие<br>связной речи и<br>аналитико-<br>синтетической<br>деятельности<br>Игра «Повтори, не<br>ошибись»<br>Цель: развитие<br>слуховой памяти,<br>внимания | Дидактическая<br>игра «Собери<br>картину»<br>Аппликация<br>«Венок для осени»  | Подвижная игра<br>«Ветер, туча,<br>солнце»<br>Цель:<br>совершенствовать<br>двигательные<br>умения и навыки,<br>расширять и<br>активизировать<br>словарный запас<br>детей по данной<br>теме | Прослушивание<br>песни «Здравствуй<br>осень»<br>Цель: учить детей<br>воспринимать и<br>передавать<br>радостный, нежный<br>лирический<br>характер песни | Игра «Игра в<br>слова»<br>Цель: развивать<br>слуховую память,<br>обогащать<br>словарный запас                    |
| Декабрь   | Игра «Назови   | Игра «Чудесный  | Аппликация  | «Магазин» Игра   | Попевка  | Дидактическая  |

|  |  |   |   |  |  |   |
|--|--|---|---|--|--|---|
| 1 неделя<br>лексическая тема<br>«Скатерть –<br>самобранка»                   | ласково»<br>Цель: образовывать<br>существительные с<br>уменьшительно-<br>ласкательными<br>суффиксами.<br>Составление<br>рассказа по плану<br>Игра «Писатель» | мешочек»<br>Цель: развитие<br>тактильного<br>восприятия.<br>Игра «Собери<br>картинку и назови<br>ее»<br>Цель: развитие<br>мышления,<br>аналитико-<br>синтетической<br>деятельности и речи | «Красивый пирог,<br>торт»;<br>Лепка «Овощи для<br>борща»<br>Дидактическая<br>игра «Узнай по<br>описанию»<br>Цель: развитие<br>мышления и речи                               | малой<br>подвижности<br>Цель: закрепить<br>технику прыжков,<br>тренировать<br>образовывать<br>слова с<br>уменьшительно-<br>ласкательным<br>суффиксом   | Цель: учить детей<br>петь без крика, в<br>быстром темпе                                  | игра «Кто<br>больше?»<br>Цель: упражнять<br>в образовании<br>существительных<br>единственного и<br>множественного<br>числа р.п. |
| Декабрь<br>2 неделя<br>лексическая тема:<br>«Игрушки водят<br>хоровод»       | Игра «Опиши<br>игрушку»<br>Цель: развивать<br>связную речь детей   | Игра «Кто<br>внимательный»<br>Цель: развитие<br>зрительного<br>внимания<br>Игра «Назови<br>противоположность»<br>Цель: подбор<br>антонимов  | Аппликация «Бусы<br>на елке»<br>Рисование<br>«Хоровод вокруг<br>елки»<br>Составление<br>рассказа «Как мы<br>встречаем Новый<br>год»<br>Цель: развитие<br>связной речи детей | Игра малой<br>подвижности<br>«Назови<br>правильно»<br>Цель:<br>совершенствовать<br>двигательные<br>умения и навыки,<br>расширять и<br>активизировать<br>словарный запас<br>детей по данной<br>теме | Слушание<br>Маленькая сюита<br>«Игрушки»<br>Цель: развивать<br>ладо-мелодический<br>слух | Игра «Запомни<br>только любимые<br>игрушки»<br>Цель: развивать<br>слуховую память   |
| Декабрь<br>3 неделя<br>лексическая тема<br>«Снеговик<br>спешит на<br>помощь» | Составление<br>рассказа<br>Цель: учить<br>составлять рассказ<br>о празднике по<br>опорным<br>картинкам   | Беседа по данной<br>теме<br>Цель: накопление<br>знаний и<br>представлений об<br>окружающем<br>Игра «Повтори, не<br>ошибись»<br>Цель: развитие<br>слухового внимания,<br>памяти            | Аппликация:<br>«Снеговик» (из<br>ватных дисков)<br>симметричное<br>вырезывание  | Игра «Слушай и<br>приседай»<br>Цель:<br>совершенствовать<br>двигательные<br>умения и навыки,<br>расширять и<br>активизировать<br>словарный запас<br>детей по данной<br>теме                        | Новогодний<br>утренник   | «Что такое Новый<br>год»<br>Цель: развивать<br>понятийное<br>мышление,<br>умение выражать<br>свои мысли                         |

|   |   |  |  |   |  |   |
|---|---|--|--|---|--|---|
| <p>Январь<br/>3 неделя<br/>лексическая тема:<br/>«В царстве<br/>Снежной<br/>королевы»</p> | <p>Игра «Покатаемся»<br/>Цель: расширять представления о зимних видах спорта</p>  | <p>Игра «Добавь слово, подходящее по смыслу»<br/>Игра «Что из чего сделано»<br/>Цель: обогащение словарного запаса, образование относительных прилагательных</p> | <p>Рисование «Мы гуляем»</p>   | <p>Игра малой подвижности «Повтори, не ошибись (зимние виды спорта)»<br/>Цель: совершенствовать двигательные умения и навыки, расширять и активизировать словарный запас детей по данной теме</p> | <p>Игра «Льжи – коньки», пение песни «Зима»<br/>Цель: активизировать словарный запас ребенка</p>   | <p>Дидактическая игра «Что сначала, что потом»<br/>Цель: развивать связную речь</p>                   |
| <p>Январь<br/>4 неделя<br/>лексическая тема:<br/>«Птичья столовая»</p>                    | <p>Беседа<br/>Цель: уточнять и расширять знания детей о зимующих птицах, познакомить с условиями жизни птиц</p>                         | <p>Игра «каких птиц много зимой»<br/>Игра «Четвертый лишний»<br/>Цель: развитие словарного запаса ребенка, развитие мышления</p>                                 | <p>«Назови части тела»; «Что умеют делать птицы»<br/>Цель: обогащение словаря по данной теме<br/>Аппликация «Ворона» (обрывание).<br/>Рис.«Кормушка»</p>           | <p>Подвижная игра «Перелет птиц»<br/>Цель: совершенствовать дв.умения и навыки, расширять и актив. словарный запас детей по данной теме</p>   | <p>Пальчик.гимнастика «Птичка», прослушивание песни «Одолжи мне крылья»<br/>Цель: учить детей воспринимать и передавать радостный, нежный, лир. характер песни</p> | <p>Дидактическая игра «Найди двух одинаковых птиц»<br/>Цель: развивать внимание, наблюдательность</p> |
| <p>Январь<br/>5 неделя<br/>лексическая тема :<br/>«Зимовье зверей»</p>                    | <p>Игра «Много чего?»<br/>Цель: уточнять и расширять знания детей по данной теме, образовывать существительные множественного числа</p> | <p>Игра «Угадай по описанию»<br/>Цель: расширение знаний детей по данной теме<br/>Игра «Разложи картинки по порядку»<br/>Цель: развитие мышления</p>             | <p>Лепка «Медвежонок»<br/>Аппликация «Белка» (обрывание).<br/>Беседа «Чем питаются животные зимой?»<br/>Цель: уточнять и расширять знания детей по данной теме</p> | <p>Подвижная игра «Кого встретили зимой в лесу»<br/>Цель: совершенствовать технику метания, образовывать существительные с уменьшительно-ласкательными</p>  | <p>Игра «Волк и волчата»<br/>Цель: развивать чувство темпа и ритма</p>   | <p>Дидактическая игра «Продолжи ряд»<br/>Цель: развивать аналитическое мышление</p>                   |

|   |  |   |  |   |   |  |
|---|--|---|--|---|---|--|
| Февраль<br>1 неделя<br>лексическая тема:<br>«Мы едим, едим,<br>едим»      | Игра «Четвертый<br>лишний»<br>Цель: развитие<br>мышления   | Игра «Что<br>изменилось?»<br>Цель: развитие<br>зрительного<br>внимания и памяти<br>Игра «Составь<br>загадку»<br>Цель: развитие<br>связной речи детей  | Лепка «Самолет»;<br>Конструирование<br>«Трамвай»;<br>загадки о<br>транспорте             | Игра малой<br>подвижности<br>«Лечу, еду,<br>плыву»<br>Цель:<br>совершенствовать<br>технику бега с<br>высоким<br>подниманием<br>колен  | Упражнение<br>«Самолет»<br>Цель: развивать<br>чувство темпа и<br>ритма            | Игра «И я там<br>был»<br>Цель: развивать<br>внимание и<br>произвольное<br>мышление               |
| Февраль<br>2 неделя<br>лексическая тема:<br>«О чем расскажет<br>светофор» | Беседа<br>Цель: познакомить<br>с профессиями на<br>транспорте  | Игра с мячом<br>«Назови<br>профессию»<br>Цель: развитие<br>словаря по данной<br>теме<br>Игра «Чего много на<br>улицах города»<br>Цель: образованию е<br>существительных<br>родительного<br>падежа | Рисование<br>«Легковой<br>автомобиль»  | Подвижная игра<br>«Поезд»<br>Цель:<br>совершенствовать<br>динамическое<br>равновесие  | Упражнение на<br>эмоции «Угадай<br>профессию»<br>Цель: расширять<br>слова по теме | Дидактическая<br>игра «Найди<br>парные картинки»<br>Цель: развивать<br>аналитическое<br>мышление |
| Февраль<br>3 неделя<br>лексическая тема:<br>«Богатыри земли<br>русской»   | Беседа, игра «Кому<br>что нужно»<br>Цель: познакомить<br>детей с военными<br>профессиями,<br>учить составлять<br>рассказ о<br>защитниках<br>Родины | Игра «Ответить на<br>вопрос и найди<br>соответствующую<br>картинку», «Угадай<br>по описанию»<br>Цель: развитие<br>внимания и<br>словарного запаса по<br>данной теме                               | Рассматривание<br>иллюстраций<br>«Богатыри на<br>Руси».<br>Аппликация<br>«Открытие папе» | Игра – эстафета<br>«Разведчики»<br>Цель:<br>совершенствовать<br>двигательные<br>умения и навыки,<br>расширять и<br>активизировать<br>словарный запас<br>детей по данной<br>теме | Тематическое<br>занятие «Наша<br>Родина сильна»                                   | Игра<br>«Зашифрованное<br>донесение»<br>Цель: развивать<br>мышление,<br>память                   |
| Февраль<br>4 неделя<br>лексическая тема:                                  | Беседа<br>Цель: расширять и<br>уточнять знания по  | Игра «Кто что<br>делает»<br>Цель: развитие  | Конструирование<br>дома из блоков  | Игра малой<br>подвижности<br>«Высокие –   | Попевка «Лесенка»<br>Цель: учить детей<br>точно определять и                      | Упражнение<br>«Чего не<br>бывает?»   |

|  |  |  |   |  |  |   |
|--|--|--|---|--|--|---|
| «Что нам стоит дом построить»                                  | данной теме<br>Игра «Чего не хватает»  | глагольного словаря<br>Игра «Что сначала, что потом»<br>Цель: развитие мышления  |   | низкие»<br>Цель:<br>совершенствовать двигательные умения и навыки, расширять и активизировать словарный запас детей по данной теме       | интонировать движение мелодии сверху вниз, снизу вверх                               | Цель: развивать зрительную память, упражнять в образовании родительного падежа существительных                                      |
| Март<br>1 неделя<br>лексическая тема:<br>«Моя мама лучше всех» | Игра с мячом «Какая», «Составь рассказ»<br>Цель: учить детей составлять рассказ по теме «8 марта»                              | Игра «Повтори, не ошибись»<br>Цель: развитие памяти<br>Составление рассказа по опорным картинкам                           | Составление рассказа «Как я помогаю бабушке и маме»<br>Цель: развитие связной речи<br>Аппликация: «Открытка для мамы» | Игра малой подвижности «Что кому нужно»<br>Цель: совершенс. дв. умения и навыки, расширять и актив. словарный запас детей по данной теме | Праздник «8 марта»   | Дидактическая игра «Кто первым поздравит маму»<br>Почему»<br>Цель: тренировать умение согласовывать существительные с числительными |
| Март<br>2 неделя<br>лексическая тема:<br>«Все работы хороши»   | Игра: «Кому что нужно для работы»<br>Цель: образовывать существительные дательного падежа единственного и множественного числа | Игра с мячом «Назови профессию»<br>Цель: обогащение словарного запаса»<br>Игра «!Запомни, назови»<br>Цель: развитие памяти | Рисование «Кому что нужно для работы»<br>Отгадывание загадок  | Игра на внимание «Где мы были, мы не скажем»<br>Цель:<br>совершенствовать двигательные умения и навыки детей                             | Слушание песни «Детский сад»<br>Цель:<br>активизировать словарь детей по данной теме | Дидактическая игра «Отгадай»<br>Цель: развивать память  |
| Март<br>3 неделя<br>лексическая тема:<br>«Помощники человека»  | Игра «Магазин»<br>Цель: уточнять и расширять представления детей по данной теме  | Игра «Четвертый лишний», «Что изменилось»<br>Цель: развитие мышления   | Лепка «Бытовые приборы»<br>Рассматривание картин:<br>«Современная техника в нашем доме»                               | Подвижная игра «Что это?»<br>Цель:<br>совершенствовать технику метания   | Беседа   | Дидактическая игра «Сравни картинки»<br>Цель: учить анализировать   |

|  |  |   |  |   |   |  |
|--|--|---|--|---|---|--|
| <p>Март<br/>4 неделя<br/>лексическая тема:<br/>«Подарки весны»</p>                 | <p>Игра «Разложи картинки по порядку и составь рассказ»<br/>Цель: расширять представления детей о весне, учить составлять рассказ - описание</p> | <p>Составление рассказа – описания по схеме<br/>Цель: развитие связной речи<br/>Игра с мячом «Какой»<br/>Цель: развитие словаря признаков</p> | <p>Беседа «На нашей улице весна»<br/>Цель: развитие диалогической речи<br/>Рисование «Весна»</p>   | <p>Подвижная игра «Ручейки и озера»<br/>Цель: совершенствовать технику ловли и броска мяча, развивать координацию движений</p>      | <p>Песня «Песенка о весне», «Весенняя песенка»<br/>Цель: совершенствовать у детей умение чисто интонировать и поступенное и скачкообразное движение мелодии</p> | <p>Дидактическая игра «Прогноз погоды»<br/>Цель: обогащать словарный запас, развивать наглядно-образное мышление</p> |
| <p>Апрель<br/>1 неделя<br/>лексическая тема:<br/>«Пернатые друзья»</p>             | <p>Беседа, игра «Назови»<br/>Цель: расширять знания детей о перелетных птицах, познакомить с жизнью разных птиц</p>                              | <p>Игра «Найди знакомые формы»<br/>Игра «Назови фигуру, из которой построена птица»<br/>Цель: развитие сенсорных эталонов</p>                 | <p>Рассматривание картины «Грачи прилетели» Саврасов</p>   | <p>Подвижная игра «Перелет птиц»<br/>Цель: совершенствовать технику лазания по гимнастической стенке, расширять словарь по теме</p> | <p>Игра «Какой, какая, какие»<br/>Цель: тренировать подбор слов - определений</p>   | <p>Игра «Дорисуй»<br/>Цель: развивать мышление, зрительное восприятие</p>  |
| <p>Апрель<br/>2 неделя<br/>лексическая тема:<br/>«Широка страна моя родная»</p>    | <p>Беседа «Москва – столица нашей Родины», «День космонавтики»</p>   | <p>Пальчиковая гимнастика «Дом и ворота»<br/>Цель: развитие мелкой моторики<br/>Беседа оп теме<br/>Цель: развитие диалогической речи</p>      | <p>Рассматривание наглядного пособия «Русские народные костюмы»<br/>Рассматривание атласа и глобуса<br/>Цель: обогащение словарного запаса по теме</p> | <p>Подвижная игра «Космос»<br/>Цель: совершенствовать динамическое равновесие</p>   | <p>Упражнение на эмоции «Угадай профессию»<br/>Цель: расширять слова по теме</p>  | <p>Дидактическая игра «Найди парные картинки»<br/>Цель: развивать аналитическое мышление</p>                         |
| <p>Апрель<br/>3 неделя<br/>лексическая тема:<br/>«Чапаевск – наш родной город»</p> | <p>Беседа «Где я живу»<br/>Цель: закрепить знания детей по данной теме</p>   | <p>Беседа по теме<br/>Составление рассказа «Мой город»<br/>Цель: закрепить знания детей по данной теме</p>                                    | <p>Аппликация (коллективная) «Мой город»<br/>Дидактическая игра «Где мы были, мы не скажем»,</p>   | <p>Подвижная игра «Препятствие на пути к дому»</p>  | <p>Пение песни «Чапаевск родной»</p>  | <p>Упражнение «Назови»<br/>Цель: развивать наблюдательность</p>  |



|   |  |  |  |  |   |  |
|---|--|--|--|--|---|--|
|   |  |  | «Неоконченный рассказ», «Назови свой домашний адрес»<br>Цель: обогащение словарного запаса по данной теме  |  |   |  |
| Апрель<br>4 неделя<br>лексическая тема:<br>«В гостях у мухи цокотухи» | Игра «Что изменилось», «Что забыл нарисовать художник»<br>Цель: познакомить детей с насекомыми, внешним строением их тел, названием отдельных частей | Отгадывание загадок по теме<br>Игра «Сложи картинку»<br>Цель: развитие мышления и аналитико-синтетической деятельности | Игры «Сложи картинку», «Чей наряд»<br>Сюжетно-ролевая игра «Зоопарк»<br>Оригами: «бабочки»<br>Цель: обогащение   | Подвижная игра «Летает – не летает», «Сделай фигуру насекомого»<br>Цель: упражнять в прыжках, ползании, продолжать расширять знания об окружающем мире | Игра «Пчела»<br>Цель: расширять знания по теме      | Упражнение «Покажи правильно»<br>Цель: развивать понятийное мышление                         |
| Май<br>1 неделя<br>лексическая тема:<br>«Этих дней не смолкнет слава» | Беседа, игра «Повтори, не ошибись»<br>Цель: обобщать материал по данной теме, упражнять в словообразовании   | Игра «Повтори, не ошибись»<br>Цель: развитие памяти.<br>Составление рассказа по теме                                   | Рассказ воспитателя «Дети – герои войны», экскурсия к вечному огню или к обелиску<br>Цель: обогащение словарного запаса<br>Лепка «Пограничник с собакой» | Развлечение «9 мая»<br>Цель: совершенствовать двигательные умения и навыки, расширять и активизировать словарный запас детей по данной теме            | Развлечение «день победы». Экскурсия к Вечному огню | Дидактическая игра «Построй солдат по росту»<br>Цель: развивать умение строить умозаключение |
| Май<br>2 неделя<br>лексическая тема<br>«лето»                         | Беседа «Признаки лета»<br>Цель: обобщать материал по данной теме   | Игра «День – ночь»<br>Цель: развитие внимания  | Дидактическая игра «Назови ласково», «Подбери слово признак», «Подбери слово   | Развлечение «На прогулке»<br>Цель: совершенствовать двигательные умения и навыки   | Пение песни «Лето»                                  | Игра «На прогулке»<br>Цель: развивать наблюдательность                                       |

|  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  | действие»<br>Цель: развитие<br>грамматического<br>строения речи,<br>словарного запаса<br>Рисование «Ветка<br>сирени» (тычок) |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|

**Перспективный план работы с родителями по физическому воспитанию на 2021-2022 уч.год.**

| дата            | Родительские собрания  | Консультации  | Беседы  | Папки-передвижки   | Совместная деятельность с детьми  | <i>Наглядная информация</i>  |
|-----------------|--|---|---|--|---|--|
| <b>Сентябрь</b> | <p>Знакомство с планом работы по физкультурно-оздоровительному направлению на групповых собраниях.<br/>Цель: презентация работы по физ. воспитанию в ДОУ<br/>Анкетирование «Какое место физкультура занимает в вашей семье»<br/>Цель: выявить интересы семьи к физической культуре</p> | <p>«Одежда детей на занятиях по физ. воспитанию»<br/>Цель: познакомить родителей с требованиями, предъявляемыми к одежде Сан ПиН</p>      | <p>Индивидуальные беседы с родителями о результатах диагностики.<br/>Цель: познакомить вызвать заинтересованность родителей к физическому развитию детей.</p> | <p>Итоги обследования физической подготовленности и детей (во всех группах)<br/>Цель: познакомить родителей с результатами диагностики</p> |   | <p><i>Сводная таблица по результатам тестирования детей.<br/>Цель: познакомить родителей с результатами диагностики</i></p>  |
| <b>Октябрь</b>  |  | <p>Задачи физического воспитания в каждой возрастной гр.<br/>Цель: знакомство родителей с годовыми задачами по физ. воспитанию детей.</p> | <p>«Как провести выходной день с пользой».<br/>(во всех группах)<br/>Цель: познакомить родителей организацией совместного отдыха детей</p>                    | <p>«Учим детей играть в шашки» (старший дошк.возраст)<br/>Цель: педагогическое просвещение родителей</p>                                   | <p>Осенний кросс «День здоровья»<br/>Цель: привлечь родителей к ЗОЖ</p> | <p><i>«Профилактика ОРЗ в домашних условиях» (во всех группах)<br/>Цель: познакомить родителей с профилактическими мероприятиями по профилактике ОРВИ и системой работы медицинской службы</i></p> |

|         |  |   |   |  |   |   |
|---------|--|---|---|--|---|---|
| Ноябрь  | Круглый стол «Здоровый образ жизни» в старшей группе<br>Цель: привлечь к созданию условий для формирования ЗОЖ |   | «Значение режима дня для здоровья ребенка».<br>(во всех группах)<br>Цель: педагогическое просвещение родителей        | «Здоровый образ жизни в семье-залог здоровья ребенка».<br>(подготов.гр.)<br>Цель: пропаганда ЗОЖ в семье             | Открытый просмотр занятия в подготовит. гр. «Формирование привычки к ЗОЖ»<br>Цель: Формирование у детей ЗОЖ, привлечение родителей к педагогическому процессу | <i>Наглядная информация: «Играем вместе с ребенком на прогулке».</i> (во всех группах).<br><i>Цель: познакомиться родителей с организацией совместного досуга</i> |
| Декабрь |  | «Организация активного отдыха детей (лыжи, коньки, санки).<br>Цель: познакомить родителей с организацией совместного досуга             |   | «Физические упражнения в детском саду и дома» (младшая гр.)<br>Цель: привлечение родителей к участию в пед. процессе | Физкультурный досуг «Мама, папа, я – здоровая семья»<br>Цель: привлечение родителей к участию в педпроцессе, знакомство со спортивными играми и развлечениями | <i>Фотовыставка об участии детей подготовит. гр. в городских соревнованиях.</i><br><i>Цель: знакомство родителей с жизнью детей в детском саду</i>                |
| Январь  |  | «О детской одежде для зимних прогулок» (во всех группах).<br>Цель: познакомить родителей с требованиями, предъявляемыми к одежде СанПиН | «Влияние физических упражнений на здоровье ребенка»<br>Цель: заинтересовать родителей в занятиях утренней гимнастикой |  | Изготовление, смотр-конкурс плакатов «Я здоровье берегу»<br>Цель: привлечение родителей к совместной деятельности, формирование основ ЗОЖ                     | <i>«Зимние игры и забавы малышей»</i><br><i>Цель: познакомить родителей с играми и развлечениями детей старшего дошкольного возраста</i>                          |
| Февраль | Семинар – практикум «Растим настоящего   | «Физические упражнения для  |   |  | Физкультурно – музыкальное  | <i>Памятки (буклеты) по физическому</i>   |

|        |   |   |  |  |   |   |
|--------|---|---|--|--|---|---|
|        | <p>мужчину»<br/>(с участием психолога)<br/>в мл. гр.<br/>Цель: познакомить с<br/>учетом гендерного<br/>принципа в воспитании</p>  | <p>оздоровления д<br/>етей с частыми<br/>ОРЗ»<br/>(старшая, под-<br/>готовит.гр.)<br/>Цель: расширить<br/>знания<br/>родителей о том,<br/>как сохранить и<br/>укрепить<br/>здоровье</p> |  |  | <p>развлечение с<br/>участием пап и<br/>дедушек<br/>«Богатырская сила»<br/>(старшие, подготовит.<br/>группы)<br/>Цель: привлечение<br/>родителей к<br/>педагогической<br/>деятельности,<br/>создание у всех<br/>эмоционального<br/>настроения,<br/>формирование<br/>патриотических<br/>чувств</p> | <p>воспитанию: «О<br/>детской одежде»<br/>«Что делать,если у<br/>ребенка<br/>плоскостопие» (ст.,по<br/>дготовит.)Цель:<br/>педагогическое<br/>просвещение родителей</p>   |
| Март   | <p>Семинар-практикум по<br/>теме «Устройство<br/>мини-стадиона»<br/>(в средней гр)<br/>Семинар – практикум<br/>«Физические<br/>упражнения для<br/>оздоровления детей с<br/>частыми ОРЗ» (мл.гр.)<br/>Цель: Обучение<br/>основам формирования,<br/>сохранения и<br/>укрепления<br/>собственного здоровья</p> |   | <p>«Как<br/>сформировать у<br/>ребенка правильн<br/>ую осанку»<br/>Цель: расширить<br/>знания родителей<br/>о том, как<br/>сохранить и<br/>укрепить здоровье</p> | <p>«Физические<br/>упражнения для<br/>оздоровления<br/>детей с частыми<br/>ОРЗ» (мл.гр.)<br/>Цель: расширить<br/>знания<br/>родителей о том,<br/>как сохранить и<br/>укрепить<br/>здоровье</p> | <p>Физкультурно –<br/>музыкальный<br/>праздник<br/>«Масленица»<br/>(средние, старшие,<br/>подготовительные<br/>группы)<br/>Цель: привлечь<br/>родителей к<br/>совместной<br/>деятельности.<br/>Познакомить с<br/>приемами<br/>организации<br/>совместного досуга</p>                              | <p>Фотовыставка «Вот<br/>так мы закаляемся и<br/>спортом занимаемся!»<br/>Цель: пропаганда ЗОЖ<br/>среди родителей<br/>«Роль занятий по<br/>физкультуре в<br/>подготовке детей к ш<br/>коле» (подготовит.гр.)<br/>Цель: пропаганда ЗОЖ<br/>и развития интереса к<br/>занятиям физической<br/>культурой в каждой<br/>семье</p> |
| Апрель |   | <p>«Влияние<br/>психологическог<br/>о климата в<br/>семье на</p>  | <p>«Какие можно<br/>использовать<br/>упражнения для<br/>профилактики и</p>   | <p>«Роль<br/>подвижной игры<br/>в жизни<br/>ребенка»</p>   |   | <p>«Принципы<br/>рационального<br/>питания»<br/>Цели: познакомить</p>   |

|            |  |   |   |  |   |  |
|------------|--|---|---|--|---|--|
|            |  | здоровье ребенка» (во всех группах)<br>Цель: побудить родителей проявлять заботу о психоэмоциональном состоянии и физическом здоровье ребенка | лечения плоскостопия» (во всех группах)<br>Цель: расширить знания родителей о том, как сохранить и укрепить здоровье  | Цель: познакомить родителей с подвижными играми, в которые можно играть с детьми на прогулке   |   | <i>родителей с правильным и здоровым питанием детей дошкольного возраста</i>   |
| <i>Май</i> | <i>Подведение итогов физкультурно-оздоровительной и спортивно- массовой работы за 2015-2016 уч.год<br/>Фото – отчет за год «Наши достижения»<br/>Цель: познакомить родителей с итогами учебного года</i> | <i>«Как быть здоровым. Гигиена тела и души» (мл.гр.)<br/>Цель: познакомить родителей с формированием у детей навыков ЗОЖ</i>                  | <i>«Закаливание детей в летний период- использование естественных природных факторов для укрепления детского организма» (во всех группах).<br/>Цель: познакомить родителей с различными способами закаливания детей в летний период</i> | <i>Летний отдых на даче».<br/>Рекомендации родителям о проведении летнего отдыха с детьми<br/>Цель: познакомить родителей с организацией семейного отпуска</i> | <i>Неделя открытых дверей<br/>Весенний кросс «День здоровья»<br/>Цель: привлечь родителей к ЗОЖ</i> | <i>Памятки (буклеты):<br/>«Скоро лето!»<br/>«Дыхание, сон и здоровье»<br/>Цель: педагогическое просвещение родителей</i> |

### План проведения физкультурно – массовых мероприятий

| Месяц                 | Тема недели                                  | Форма, название                                      | Содержание (цель/идея)  |
|-----------------------|--|--|---|
| <b>Младшая группа</b> |  |  |   |
| сентябрь              | Мои любимые игрушки                          | Физкультурное развлечение «Мой весёлый, звонкий мяч» | Цель: Доставить детям удовольствие при выполнении физических упражнений<br>Воспитывать бережное отношение к игрушкам. активизировать двигательную деятельность детей в играх с мячами, развивать ловкость и глазомер при катании мяча. Создать положительно-эмоциональный настрой, вызвать интерес к занятиям с мячом.<br>Побуждать к активности (игры с мячом) |
| октябрь               | Кто нас лечит?                               | Физкультурное развлечение «В гостях у Айболита».     | Цель: Продолжать учить детей беречь свое здоровье, воспитывать позитивное отношение к здоровому образу жизни, доставить детям чувство радости. Стремиться, чтобы дети получили удовольствие от увиденного.  |
| ноябрь                | Дары осени (овощи)                           | Физкультурное развлечение «Осенняя овощная сказка»   | Цель: Создать радостное настроение, поддерживать детскую инициативу и активность. Формирование здорового образа жизни. Закрепить знания о пользе овощей и фруктов. Упражнять в беге, прыжках, ползании. Вызвать положительный эмоциональный отклик (беседы о здоровом питании)  |
| декабрь               | Домашние животные                            | Физкультурное развлечение «Карнавал животных»        | Цель: Создавать эмоциональный подъем, веселое, бодрое, радостное настроение. Закрепление представления о движениях, повадках животных. Стимулировать совместную музыкально – физкультурную, игровую деятельность, развивать эмоциональную отзывчивость на музыкальное произведение. Удовлетворить потребность детей в движениях.                                |
| январь                | Зимушка- зима                                | Физкультурный праздник «Приключения Умки»            | Цель: Организовать активный отдых детей.<br>Вызвать положительные эмоции. Закрепить выполнение упражнений танцевально-ритмической гимнастики. Содействовать развитию прыгучести, ловкости, ориентировки в пространстве.   |
|                       | Зоопарк                                      | Физкультурное развлечение «Мы едем в зоопарк»        | Цель: Доставить детям чувство радости от занятий физической культурой. Продолжать учить передавать характер игровых и сказочных персонажей, выразительно с чувством. Вызывать желание проявлять положительные эмоции и интерес к участию в развлечении.   |
| февраль               | Знакомство с народной культурой и традициями | Физкультурный праздник «Русские забавы»              | Цель: Создать условия для положительных эмоций. Расширять и углублять знания детей о фольклорном празднике, его значении и традициях празднования. Формировать умения правильно выполнять основное движение – метание в вертикальную цель и спортивные упражнения: катание на ледяных дорожках, на санках и ледянках с горки.                                   |

|                       |                           |   |  |
|-----------------------|---------------------------|---|--|
|                       |                           |   | Воспитывать доброжелательные отношения.  |
| март                  | Транспорт                 | Физкультурное развлечение «Паровозик Букашка»         | Цель: Доставить детям радость. Развивать физические движения и двигательные способности у детей. Закреплять навыки в преодолении различных препятствий; способствовать развитию двигательной активности детей; развивать внимание к сигналам, ориентирование в пространстве Совершенствовать выполнение танцевально - ритмических движений. Воспитывать дисциплинированность и доброту.                        |
| апрель                | Весна идёт, весне дорогу! | Физкультурное развлечение «Путешествие капельки»      | Цель: Доставить детям радость от занятий с водой. Обогащать опыт детей о свойствах воды. Воспитывать желание заниматься физическими упражнениями. Закрепить умение бросать мяч об пол (вверх) и ловить его двумя руками. Развивать устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке и массажным дорожкам. Совершенствовать навык прыжков через предметы.  |
| май                   | Опасности вокруг нас      | Физкультурное развлечение «Шалунишки»                 | Цель: Доставить детям чувство радости от занятий со спортивными игрушками. Продолжать формировать первичные навыки соблюдения режима дня, правил безопасности в природе и быту, закрепить в игровой форме навык выполнения циклических упражнений.   |
|                       | День защиты детей         | Физкультурный праздник «Мы веселые ребята!»           | Цель: Доставить детям радость от праздника. Пополнить знания дошкольников о празднике Дне защиты детей. Формировать навыки выразительного исполнения музыкальных и физических действий, закрепить приобретенные навыки, воспитывать дружеские отношения.   |
| <b>Средняя группа</b> |                           |   |  |
| сентябрь              | Здоровье надо беречь      | Физкультурное развлечение «Советы доктора Градусника» | Цель: Доставить детям удовольствие от занятий физической культурой, вызвать чувство радости. Продолжать учить детей беречь свое здоровье, воспитывать позитивное отношение к здоровому образу жизни, учить соблюдать правила личной гигиены, совершенствовать навыки ходьбы, бега, прыжков под музыку,   |
| октябрь               | Мы- дружные ребята        | Физкультурное развлечение «Давайте жить дружно!»      | Цель: Создать радостную, дружескую обстановку. Закреплять у детей двигательные умения; развивать мелкую и общую моторику, координацию речи и движения, ловкость, быстроту, реакцию. Воспитывать у детей дружелюбие, чувство взаимопомощи, выдержку, умение играть в команде, стимулировать активность детей, обеспечить эмоциональное благополучие, прививать интерес и любовь к физической культуре и спорту. |
|                       | Кто живёт в лесу?         | Физкультурное развлечение «Под грибком»               | Цель: Закрепить знания детей об обитателях леса, умение выразительно двигаться в соответствии с характером животного, повторить игровые упражнения бег с увертыванием, метанием. Развивать ловкость, быстроту, смелость. Упражнять в умении прыгать из обруча в обруч. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при   |



|         |                                    |  |  |
|---------|------------------------------------|--|--|
|         |                                    |  | ходьбе по доске.   |
| декабрь | Здравствуй,<br>зимушка- зима       | Физкультурный досуг<br>«Мы мороза не боимся»         | Цель: Доставить детям удовольствие при выполнении физических упражнений, способствовать формированию положительных эмоций. Формировать умение выполнять знакомые движения легко и свободно, активизировать двигательную активность, развивать ловкость, силу, внимание. Продолжать учить радоваться победам и успехам, дать детям раскрыть свои спортивные способности.  |
| январь  | Зимние забавы                      | Физкультурный праздник<br>«Ах, вы сани, мои сани!»   | Цель: Доставить радость от занятий спортом на свежем воздухе. Закалывать детей. Совершенствовать навыки катания на санках. Воспитывать волю к победе в играх - эстафетах, командные качества (чувство долга, ответственности). Продолжать знакомить с зимними явлениями природы. Воспитывать любовь к природе и желание ее беречь (игры - эстафеты на санках)  |
|         | История вещей                      | Физкультурный досуг<br>«Приключения Пылинки»         | Цель: Укреплять здоровье детей, создавать радостное настроение, совершенствовать основные виды движения и физические упражнения, закрепить правила подвижных игр. Развивать двигательные способности: силу, быстроту, выносливость, гибкость, координацию; воспитывать дружелюбие, стремление к взаимовыручке.   |
|         | Мы- будущие солдаты                | Физкультурный досуг с родителями «Будем как солдаты» | Цель: Создать радостное, бодрое настроение. Привлечь пап к участию в играх с детьми, воспитывать у детей желание в достижении цели, желание побеждать. Воспитывать у детей любовь к родителям, чувство гордости за них, учить радоваться их победам и успехам, дать детям раскрыть свои спортивные способности, формировать умение выполнять знакомые движения легко и свободно, способствовать формированию положительных эмоций, поощрять участие родителей и детей в совместных играх и физических упражнениях. |
| март    | Со спортом дружить- здоровым быть! | Физкультурный досуг<br>«Мы растём здоровыми»         | Цель: Создать позитивное настроение к культурно – гигиеническим навыкам, усилить личностное отношение к культуре тела и души. Помочь организовать жизненный опыт детей. Воспитывать привычку к ЗОЖ. Способствовать комплексному развитию двигательных навыков, формировать умения соревновательной деятельности, воспитывать бережное отношение к своему здоровью; развивать положительные эмоции, чувства взаимопомощи, дружбы, сопереживания, содействовать развитию игровой двигательной деятельности.          |
| апрель  | К нам весна шагает быстрыми шагами | В день здоровья, развлечения «Турнир здоровячков».   | Цель: Создать радостную атмосферу, веселое настроение; укреплять здоровье детей с помощью физических упражнений и подвижных игр. Способствовать оздоровлению нервной системы и организма в целом и поддержанию эмоционально положительного состояния психики ребенка. Закалывать детей. Развивать физические качества: ловкость, силу, быстроту.<br>Воспитывать коллективизм, дружбу, взаимопонимание, умение выполнять физические упражнения в коллективе. Воспитывать добрые чувства.                            |

|                       |  |   |   |
|-----------------------|--|---|---|
| май                   | Наша Родина - Россия (знакомство с традициями) | Физкультурное развлечение «Русские посиделки»                             | Цель: Воссоздать в памяти знакомые двигательные- музыкальные движения и закрепить их выполнения. Учить выразительно двигаться в соответствии с характером музыки. Развивать ловкость, координацию движений и ориентировку в пространстве. Закреплять в игровой форме навыки выполнения циклических упражнений. Расширять и углублять знания детей о русских традициях и значении.   |
|                       | Скоро лето                                     | Физкультурный праздник «Вот и лето пришло».                               | Цель: Доставить детям чувство радости, вызвать праздничное настроение, вызвать интерес к занятиям спортом. Закрепить и повторить с детьми подвижные игры с мячом, бегом, прыжками. Развивать умение ориентироваться в пространстве. Развивать психофизические качества (силу, ловкость смелость, гибкость, выдержку).   |
| <b>Старшая группа</b> |  |   |   |
| сентябрь              | Как мы живём в детском саду                    | Физкультурное развлечение «Если с другом вышел в путь»                    | Цель: Доставить детям удовольствие от совместной двигательной деятельности в спортивных играх, эстафетах, повышать двигательную активность; развивать пространственную ориентацию; воспитывать соревновательный дух дошкольников, взаимопомощь.   |
| октябрь               | Как живут люди                                 | Физкультурное развлечение с родителями «Папа, мама, я - спортивная семья» | Цель: Пропагандировать здоровый образ жизни, активно воздействовать на семейные и личные ценности участников с целью формирования позитивно-деятельностного отношения к занятиям спортом, физической культурой.   |
| ноябрь                | Какая бывает осень                             | Физкультурное развлечение «Прогулка в осенний лес».                       | Цель: Создать у детей радостное настроение; вызвать эмоциональную отзывчивость, способствовать развитию интереса к окружающему миру, формировать представления о правильном поведении в природе. С помощью развивающих игр-забав способствовать становлению начальных форм самооценки и самоконтроля.   |
| декабрь               | Мои любимые сказки                             | Физкультурное развлечение «Приключения в заколдованном лесу».             | Цель: Вызвать радость от встречи с любимыми героями сказок, формировать запас литературных художественных впечатлений, любовь к устному народному творчеству, желание принимать участие в командных соревновательных играх, Приобщать детей к здоровому образу жизни, развивать интерес к занятиям, способствовать повышению двигательной активности. Развивать самостоятельность в обогащении и развитии игровых действий. Совершенствовать физические качества, двигательные умения и навыки, развивать сенсорные способности. Способствовать творческому самовыражению |
| январь                | Зимние забавы                                  | Физкультурный досуг «Путешествие в Спортландию»                           | Цель: Создать бодрое, радостное настроение. Стимулировать активность каждого ребенка с учетом его индивидуальных возможностей, предоставить каждому ребенку возможности испытать удовольствие от выполняемых им и другими детьми движений, а также радость от успехов товарища. Побуждать желание побеждать, сопереживать, болеть за товарищей.   |

|         |                        |   |  |
|---------|------------------------|---|--|
|         |                        |   | Развивать творчество, инициативу, а также красоту, грациозность и выразительность движений, ловкость, быстроту и ориентировку в пространстве. Продолжать знакомить ребят с Олимпийскими играми.  |
|         | Зима в лесу            | Физкультурное развлечение «Зимушка - хрустальная»         | Цель: Создать радостное настроение от наблюдения над зимней природой, от стихотворений о зиме, воспитывать стремление заботиться о своем здоровье. Развивать творческие и физические способности детей, укреплять здоровье дошкольников, используя здоровьесберегающие технологии в различных видах двигательной деятельности. Развивать силу, ловкость, быстроту, умение ориентироваться в схеме и выполнять задания соответственно правилам и установкам педагога. Воспитывать нравственно-волевые качества. |
| февраль | Воздух - невидимка     | День здоровья развлечение «Мы растём здоровыми»           | Цель: Создать условие для оздоровления организма в целом и поддержание эмоционально положительного состояния психики ребенка. Способствовать закреплению навыков выполнения основных видов движений; развивать физические, волевые качества, целеустремленности. Воспитание здорового образа жизни. Обратит внимание дошкольников на проблемы, связанные с загрязнением окружающей среды. Пробудить в каждом ребенке желание помогать в охране окружающей среды.   |
| март    | Знаменитые люди России | Физкультурное развлечение «Чемпионы страны»               | Цель: Создать у детей радостное настроение, развивать познавательный интерес к окружающему миру, воспитывать чувство уважения к товарищам и партнерам по игре и знаменитым чемпионам страны. Закрепить умения соблюдать правила игр- эстафет с использованием спортивных игр и упражнений. Развивать чувство патриотизма, гордость за свою страну (эстафеты и соревнования по спортивным играм «Баскетбол», «Бадминтон», езда на самокате).  |
| апрель  | Мы живём на Земле      | В день здоровья физкультурный досуг «Космодром здоровья». | Цель: Создать условия для оздоровления организма в целом и поддержание эмоционально положительного состояния психики ребенка. Закреплять знания детей о космосе; формировать умение использовать основные виды движений в игровых ситуациях; воспитывать в детях любознательность, смелость, сноровку, выносливость. Укреплять основные мышечные группы для формирования правильной осанки. Формировать умение ориентироваться в пространстве  |
| май     | Вода - волшебница      | Физкультурное развлечение «Волшебница вода»               | Цель: Доставить детям радость от занятий с водой. Обогащать опыт детей о свойствах воды и круговороте воды в природе. Воспитывать желание заниматься музыкально – ритмическими упражнениями. Способствовать развитию ловкости, координации движений, мышечной силы и гибкости. Содействовать развитию воображения и творческих способностей.   |
|         | День защиты детей      | Физкультурный праздник «Волшебная планета»                | Цель: Доставить детям радость от праздника. Ознакомить дошкольников с праздником День защиты детей. Формировать навыки выразительного исполнения музыкальных   |

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  | детства»   | действий; закрепить приобретенные навыки, воспитывать дружеские отношения. Пополнить знания дошкольников о празднике Дне защиты детей. Формировать навыки выразительного исполнения музыкальных и физических действий, закрепить приобретенные навыки, воспитывать дружеские отношения.  |
| <b>Подготовительная к школе группа</b> |  |  |  |
| сентябрь                               | Охрана природы   | Физкультурный досуг «Чистота залог здоровья»                   | Цель: Создать эмоциональный подъем, веселое, бодрое, радостное настроение. Привитие здорового образа жизни, развитие потребности в чистоте и правильном уходе за телом человека, охране природы. Развивать у детей умение творчески использовать свой двигательный опыт в условиях эмоционального общения со сверстниками, приучать проявлять инициативу в разнообразных видах деятельности. В игровой форме развивать основные физические качества; силу, ловкость, быстроту, выносливость, координацию движений, гибкость.   |
| октябрь                                | В мире животных (животные полярных районов земли: жарких северных стран) | В день здоровья развлечение физкультурный досуг «Зов джунглей» | Цель: Предоставить е каждому ребенку возможности испытать удовольствие от выполняемых им и другими детьми движений, а также радость от успехов товарища. развивает творчество, инициативу, а также красоту, грациозность и выразительность движений, ловкость, быстроту и ориентировку в пространстве. Оздоровить организм в целом и поддержание эмоционально положительного состояния психики ребенка. Стимулировать активность каждого ребенка в играх соревнованиях и эстафетах с кольками.   |
| ноябрь                                 | Мой родной город   | Физкультурное развлечение «Сундучок народных игр».             | Цель: Создать бодрого, радостного настроения, стимулирующее активность каждого ребенка с учетом его индивидуальных возможностей, предоставление каждому ребенку возможности испытать удовольствие от выполняемых им и другими детьми движений, а также радость от успехов товарища. развивает творчество, инициативу, а также красоту, грациозность и выразительность движений. Воспитание патриотических чувств (гордость за свой народ, уважение к прошлому). Вызвать желание узнать новые подвижные игры народов Поволжья. Развивать фантазию, творческое воображение, ассоциативное мышление, импровизационные навыки, составлять новые варианты знакомых игр. |
| декабрь                                | Они прославили Россию  | Физкультурное развлечение «Быстрее, выше, сильнее»             | Цель: Формировать радостное, бодрое настроение. Вызвать чувство гордости за достижения нашей страны в зимних видах спорта. Продолжать знакомить с олимпийским движением, со знаменитыми спортсменами, прославившую нашу страну. Развивать творчество, инициативу, а также красоту, грациозность и выразительность движений. Формировать у детей интерес к спорту, здоровому образу жизни через игры, конкурсы. Развивать ловкость, выносливость (игры - эстафеты на основе спортивных игр "Волейбол", "Баскетбол"),  |

|        |                                       |  |   |
|--------|---------------------------------------|--|---|
| январь | Зимние забавы<br>(зимние виды спорта) | Физкультурный досуг<br>«Трус не играет в хоккей»                       | Цель: Создать бодрого, радостного настроения, стимулирование активности каждого ребенка. Предоставить каждому ребенку возможности испытать удовольствие от выполняемых им и другими детьми движений, а также радость от успехов товарища. развивают творчество, инициативу, а также красоту, грациозность и выразительность движений. Закрепить технику, элементы спортивной игры "Хоккей" (эстафеты и соревнования на основе спортивной игры "Хоккей")   |
|        | Здоровье<br>главная<br>ценность       | Физкультурный праздник<br>«Кто со спортом дружит,<br>никогда не тужит» | Цель: Создать атмосферу радости, духа соревнований, желание участвовать в конкурсах. Доставить детям радость, обеспечить положительный эмоциональный комфорт. Укрепить физическое и психическое здоровье детей.<br>Формировать потребность в здоровом образе жизни.<br>Развивать физические качества: быстроту, ловкость, выносливость, гибкость.<br>Повысить уровень осознанного выполнения движений, развивать потребность в самостоятельной двигательной активности, совместных движений со сверстниками.<br>Воспитывать стремление участвовать в играх – эстафетах.<br>Совершенствовать основные движения, координацию движений, ориентировку в пространстве, двигательные умения и навыки, выполнять движения в заданном темпе и ритме.                                      |
|        | Зима прошла                           | Физкультурное<br>развлечение «Провожаем<br>зиму, весну встречаем»      | Цель: Способствовать приобщению воспитанников и сотрудников ДОУ к традициям отечественной культуры и к здоровому образу жизни. Расширять и углублять знания детей о фольклорном празднике, его значении и традициях празднования.<br>Формировать умения правильно выполнять основные движения: прыжки, разные виды бега; спортивные упражнения: катание на санках, лыжах.<br>Воспитывать духовно – нравственные качества: доброту, миролюбие, великодушие, всепрощение. Развивать сообразительность, смекалку, образное мышление, умения самостоятельно решать поставленные задачи. Развивать физические качества: ловкость, быстроту, силу, выносливость. здоровый образ жизни, который ведут дети, их достижения в формировании двигательных навыков и психофизических качеств. |
| март   | В мире театра                         | Физкультурное<br>развлечение «День смеха»                              | Цель: Вызвать у детей веселье. Поднять хорошее настроение. Вызвать чувство юмора. Продолжать знакомить с русским фольклором (докучные сказки, небылицы, кричалки, стихи с юмором...) Развивать творческие способности и смекалку, физические качества: быстроту реакции, ловкость, координацию движений, гибкость, выразительность.   |
| апрель | Вода и воздух                         | В день здоровья<br>физкультурный досуг<br>«Волшебные силы<br>природы » | Цель: Способствовать оздоровлению организма в целом и поддержанию эмоционального положительного состояния психики ребенка.<br>Закрепить знания у детей о ценностях окружающей среды, свойства воды, воздуха о круговороте воды в природе, о полезных свойствах неживой природы, о закаливании.<br>Развивать внимание, мышление, познавательный интерес, быстроту реакции, ловкость и  |

|     |                   |  |  |
|-----|-------------------|--|--|
|     |                   |  | выразительность движений. Воспитывать стремление действовать по правилам, соблюдая их. Продолжать развивать сотрудничество,  |
| май | Цветущая весна    | Физкультурный досуг «Чемпионы скакалок»  | Цель: Создать бодрого, радостного настроение, предоставить каждому ребенку возможности испытать удовольствие от выполняемых им и другими детьми движений, а также радость от успехов товарища. развивать творчество, инициативу, а также красоту, грациозность и выразительность движений. Закрепить умения прыгать через длинную и короткую скакалку разными способами.<br>(эстафеты и соревнования на скакалках) |
|     | Внимание, дорога! | Физкультурное развлечение «Азбука дорог» | Цель: Доставить детям радость от катания на велосипеде и самокате. Формировать у детей навыки безопасного поведения на дорогах; развивать умение ориентироваться в дорожных знаках, в различной обстановке, воспитывать грамотных пешеходов. способствовать развитию внимания, ориентировки в пространстве, мышлению; воспитывать культуру поведения на улице, дружеские отношения друг к другу.                   |