

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Содержание. | Стр. |
|  | *Обязательная часть программы.* | 1 |
| 1. | Целевой раздел. | 2 |
| 1.1. | Пояснительная записка. | 2 |
| 1.2. | Планируемые результаты освоения программы. | 18 |
| 2. | Содержательный раздел. | 21 |
| 2.1. | Планирование работы с детьми. | 21 |
| 2.1.1. | Комплексно-тематическое планирование. | 24 |
| 2.1.2. | Тематическое планирование | 24 |
| 2.2. | Формы, методы и приёмы реализации программы. | 55 |
| 2.3. | Профессиональная коррекция нарушений развития детей. | 58 |
| 2.4. | Планирование работы по взаимодействию с социумом. | 63 |
| 2.5. | Планирование работы по взаимодействию с семьёй. | 63 |
| 2.6. | Планирование работы по взаимодействию с педагогами. | 63 |
| 2.7. | Взаимодействие с профильными специалистами. | 64 |
| 2.8. | Способы и направления поддержки детской инициативы. | 64 |
| 2.9 | Интеграция образовательной области «Физическое развитие» с другими ОО | 66 |
| 3. | Организационный раздел. | 67 |
| 3.1. | Методическое обеспечение программы. | 67 |
| 3.2. | Модель организации образовательного процесса. | 68 |
| 3.3. | Циклограмма ежедневного планирования инструктора по физической культуре.. | 68 |
| 3.4. | Модель оптимального двигательного режима. | 68 |
| 3.5. | Режим дня. | 69 |
| 3.6. | Расписание непосредственно-образовательной деятельности. | 71 |
| 3.7. | Описание традиций. | 72 |
| 3.8. | Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды. | 73 |
|  | *Часть, формируемая участниками образовательных отношений* | 74 |
| 1. | Предупреждение детского дорожного транспортного травматизма. | 74 |

**1.Целевой раздел.**

1.1.Пояснительная записка.

За основу рабочей программы взяты методические рекомендации Л. И. Пензулаевой «Физкультурные занятия в детском саду».

Рабочая программа по физическому развитию разработана в соответствии с:

-«Законом об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ от 9.12.2012 года;

-Приказом Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 года № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образователь ной деятельности по основным общеобразовательным программам дошкольного образования»;

-Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования" ,зарегистрированным в Минюсте РФ 14 ноября 2013 г;

-Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 г. № 26

СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"(вместе с "СанПиН 2.4.1.3049-13. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы...") (Зарегистрировано в Минюсте России 29.05.2013 N 28564);

- основной образовательной программой дошкольного образования муниципального бюджетного Чертковского детского сада №3 общеразвивающего вида.

Программа реализуется на государственном языке Российской Федерации – русский.

Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности по физическому развитию на уровне дошкольного образования для дошкольного возраста от 2 до 7 лет на 2020-2021 учебный год.

**Цель:** Сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, формировать у них привычку к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

-обеспечивать охрану здоровья;

-способствовать физическому развитию;

-способствовать физиологическому развитию.

**Принципы:**

**-*принцип развивающего образования*,** целью которого является развитие ребенка. Развивающий характер образования реализуется через деятельность каждого ребенка в зоне его ближайшего развития. Именно этот подход должен стать основой организации воспитательно-образовательного процесса в любом образовательном учреждении;

**-*принципа научной обоснованности и практической применимости***. Содержание программы должно соответствовать основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики, при этом иметь возможность реализации в массовой практике дошкольного образования;

***-принцип полноты, необходимости и достаточности****,* то есть позволять решать поставленные цели и задачи только на необходимом и достаточном материале, максимально приближаться к разумному «минимуму»;

**-*принцип единства воспитательных, развивающих и обучающих целей*** и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста;

**-*принципа интеграции*** образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей;

- ***комплексно-тематический принцип*** построения образовательного процесса;

**-*принцип сотрудничества***, который предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;

***-принцип доступности***, предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми.

**-*принцип гуманизации,***означает признание уникальности и неповторимости личности каждого ребенка; признание неограниченных возможностей развития личного потенциала каждого ребенка; уважение к личности ребенка со стороны всех участников образовательного процесса.

**-*принцип дифференциации и индивидуализации*.** Дифференциация и индивидуализация воспитания и обучения обеспечивает развитие ребенка в соответствии с его склонностями, интересами и возможностями. Осуществляется этот принцип через создание условий для воспитания и обучения каждого ребенка с учетом индивидуальных особенностей его развития.

**-*принцип непрерывности***, требует связи всех ступенек дошкольного образования, начиная с раннего возраста и до подготовительной к школе группы.

**-*принцип системности,*** представляет собой целостную систему высокого уровня: все компоненты в ней должны быть взаимосвязаны и взаимозависимы.

**Ключ возраста.** До 5 лет все основные психические процессы-внимание, память, мышление-носят у ребенка непроизвольный характер. Это означает, что он не может по собственному желанию сосредоточится или запомнить, а обращает внимание только на то, что само привлекло его внимание, запоминает то,что «само запоминается» и т.п. Это важнейшая особенность, которая определяет характер используемых в работе с детьми методических приемов.

**Эмоции.** Ребёнок проявляет свои эмоции немедленно, ярко и непосредственно. Он не способен произвольно контролировать эти проявления и не может по своей воле «немедленно прекратить», как от него иногда требуют взрослые. Если эмоция слишком сильна и захватила ребёнка, он нуждается в том, чтобы взрослый помог ему успокоиться, восстановить равновесие. В этом возрасте легко отвлечь и переключить с одного состояния на другое.

Причины негативных эмоций у малышей часто связаны с физическим состоянием. Упал и ушибся- плачет. Не выспался, проголодался, давит тесная обувь или «кусает» раздражающий нежную кожу шерстяной свитер- хнычет, ноет и т.п. Всё чаще педагоги отмечают что дети реагируют плохим или неустойчивым настроением на смену погоды, перепады давления, вспышки солнечной активности, магнитные бури, полнолуние и новолуние и другие природные факторы.

После кризиса 3 лет вспышки негативных эмоций сопровождают также попытки взрослых навязать ребёнку свою волю.

Положительные эмоции также в значительной степени связаны с сенсорными впечатлениями: вкусная любимая еда, приятные запахи (например, цветов или духов), приятный физический контакт со взрослым, активное движение, пение, лёгкая и весёлая музыка, осязание приятных на ощупь тканей или материалов, из которых сделаны мягкие игрушки или которыми они наполнены внутри(например, перекатывающиеся шарики), для некоторых детей- купание.

Для поддержания ровного и положительного эмоционального фона очень важно соблюдение четкого и соответствующего возрастным физиологическим особенностям и ритмам режима.

В этом возрасте у многих детей проявляются возрастающие страхи- темноты, чудовищ, больших и лохматых существ, собак и т.п. Ребёнок может испугаться неожиданного резкого громкого звука, движения.

**Восприятие.** Для детей третьего года жизни восприятие ещё не является самостоятельным процессом и включено в решение разных предметно-практических задач.

Восприятие характеризуется:

- во первых, тем, что оно ориентировано на так называемые смысловые признаки предметов, те, которые выступают на первый план. Так, при виде машины-бетономешалки ребенок схватывает только вращающуюся емкость и ручками воспроизводит это движение. А рассматривая фигурку оленя, выделяет только большие рога и не ориентируется на другие признаки;

- во вторых, предметы и явления воспринимаются целостно, без выделения частей или отдельных сенсорных свойств(цвета, величины и т.д.). Очень важным, хотя внешне малозаметным, является проявление взаимодействия в работе разных органов чувств. Зрение и осязание начинают взаимодействовать при восприятии формы, величины и пространственных отношений, слух и речедвигательные системы- при восприятии и различении речи. Интенсивно развивается фонематический слух. Но это положительное явление( без фонематического слуха невозможно развитие речи) даёт негативный побочный эффект- несколько тормозится развитие звуко-высотного слуха. Постепенно увеличиваются острота зрения и различение цветов.

**Внимание.** У детей третьего года жизни внимание очень не похоже на то, которое наблюдается у взрослых. Дети просто не понимают, что это значит- заставить себя быть внимательным, т.е. произвольно направлять и удерживать своё внимание на объекте. Они внимательны не потому что хотят, а потому что объект приковал их внимание к себе. Устойчивость внимания зависит от их интереса к объекту. На интересном для них деле даже такие малыши могут сосредотачиваться до 20-25 минут. Но никакого насилия со стороны их внимание не терпит. Направить его на что-либо путём словесного указания «посмотри» или «послушай» очень трудно. Переключить на другой предмет с помощью словесной инструкции можно только при условии её многократных повторений. Именно поэтому детям раннего возраста так сложно немедленно выполнить просьбу принести что-либо, убрать игрушки и т.п. Объём внимания очень невелик. Если взрослый может одновременно удерживать в поле своего внимания до шести разных объектов, то малыш- всего один-единственный объект.

**Память.** В этом возрасте память проявляется главным образом в узнавании воспринимавшихся ранее вещей и событий. Ничего преднамеренно, специально дети этого возраста запомнить не могут. И в то же время они прекрасно запоминают то, что им понравилось, что они с интересом слушали или наблюдали. Ребёнок может знать наизусть «Телефон»К.Чуковского и не в состоянии запомнить простое поручение- положить карандаш на стол в другой комнате. Он запоминает то, что запомнилось само.

**Речь.** Между 2 и 3 годами происходит становление и интенсивное развитие активной речи. Вместе с тем речь детей ситуативна. Она привязана к тем условиям и обстоятельствам, которые ребёнок воспринимает и в которых он действует. Она осуществляется в процессе диалога, т.е. требует постоянной поддержки со стороны собеседника.

Словарный запас должен за этот год значительно возрасти. Если в 2 года он в среднем составляет 270 слов, а в 2,5 года-450, то в 3 года-800, а у хорошо развитых детей –более 1000 слов.

**Мышление.** Ребёнка данного возраста носит наглядно-действенный характер. Это озночает, что познание окружающего мира происходит в процессе реальных предметных манипуляций. Соответственно ведущим типом игры является предметно-манипулятивная игра. Полноценное развитие предметно-манипулятивной игры имеет большое значение для развития у ребёнка воображения, которое является основой творческих способностей. Умение комбинировать необходимо во многих видах художественного творчества, в том числе таких, как дизайн, архитектура, моделирование

**Деятельность**. **Целеполагание**. Важнейшим психическим новообразованием этого возраста является становление целеполагания.

У ребенка появляются желание и способности не просто манипулировать предметами, как он делал это раньше,- катать, стучать, бросать и тд., но и создавать из них или с их помощью нечто новое. Чтобы создавать новые вещи, необходимо заранее- в уме- представить себе тот результат, который желательно получить в конце. Эта способность поставить и представить себе конечную цель своих действий и попытаться удерживать её в мыслях в течение всего времени, необходимого для её достижения, и есть то важнейшее психическое новообразование, которое должно появиться у ребёнка к 3 годам.

Ребёнок выражает гордость за своё творчество и за продукты своего труда независимо от их качества.

Освоение мира предметов связано с **формированием орудийной деятельности.**

Важно помнить, что собственно цели деятельности взрослых ребёнок понимает еще не вполне отчетливо. Он стремится прежде всего имитировать само действие с предметами. Начальная орудийная деятельность обеспечивает развитие ручной умелости, мелкой моторики, способствует совершенствованию зрительно-двигательной координации, столь необходимых в этом возрасте.

Каждое орудие требует выполнения совершенно определенных движений и в этом смысле создаёт поле требований к ребёнку. Учась действовать в нем, ребёнок подготавливается к произвольному контролированию своих достижений и действий, которое пока ему недоступно.

Овладевая навыками самообслуживания, застёгивая пуговицы, развязывая шнурки, ребёнок учится выполнять точные, контролируемые движения, которые должны привести к совершенно оределенному результату. Кроме того, дети чувствуют всё большую уверенность в своих силах, поскольку получают опыт воздействия на окружающий мир посредством различных орудий.

Третий год жизни- лучшее время для формирования хороших привычек любого рода. К их числу относятся навыки самообслуживания, культурно-гигиенические н6авыки.

В игре ребенок также воспроизводит именно игровое действие, используя для этого разнообразные предметы-заместители.

Собственные манипуляции с предметами и подражание действиям взрослых приводят к тому, что у детей возникают мысленные представления как о предмете, так и о действиях с ним. Благодаря таким мысленным представлениям появляется способность переносить действия с одного предмета на другой, что стимулирует участие малыша в игре и приводит к появлению функции замещения одного предмета другим.

Дети этого возраста любят повторения: они с удовольствием много раз слушают одну и ту же сказку, любят петь знакомые песни, повторять знакомые действия. Это дает им возможность хорошо овладеть материалом и почувствовать себя уверенно.

**Сознание.** Сознание как высший уровень психического отражения человеком действительности в виде обобщённых образов и понятий только начинает формироваться у детей третьего года жизни. Содержание сознания в значительной мере заполняется в результате сенсорного опыта ребенка. Разнообразие и полимодальность сенсорных впечатлений, которые получают все анализаторные системы, имеют большое значение для его развития.

Становление сознания ребенка тесно связано с развитием его речи. Речью ребенок овладевает только благодаря стараниям взрослых и в ходе общения с ними. При этом малыш воспринимает речь взрослого, в том случае, если она обращена лично к нему и взрослый смотрит в этот момент на него.

В мир культуры- песен, сказок, рассказов, картин- его вводят взрослые.

**Личность. Отношение к взрослому.** Взрослый необходим ребенку в первую очередь как источник помощи и защиты.

Обучение в этом возрасте происходит, кроме собственного практического опыта на основе подражания симпатичному взрослому. При этом ребенок подражает всему, что делает взрослый- и хорошему, и плохому;

Дети начинают ценить себя, если их ценят другие. Если взрослые действительно относятся к детям с уважением и выражают его четко и постоянно, малыши быстро усваивают границы желательного и нежелательного поведения.

Для этой возрастной группы развитие исходит из опыта, который поддерживает инициативу, творчество и самоуважение. Дети борются за независимость и уважение к себе. Несмотря на то, что дети рассчитывают на поддержку и помощь со стороны взрослых, они отстаивают восприятие себя как субъекта, независимо от других.

Эти дети нуждаются в том, чтобы им предоставили возможность проявить свою ответственность, осуществить выбор, но они должны и чувствовать, что с них требуют, призывают к дисциплине такими способами, которые не затрагивают их достоинства.

**Личность. Отношение к сверстникам.** Сверстник ещё не представляет для ребёнка данного возраста особого интереса и рассматривается часто как ещё один предмет.

Дети играют «рядом, но не вместе» Друг для друга дети нередко становятся источниками отрицательных эмоций. Заняться общим делом детям этого возраста еще трудно. Зато они с интересом наблюдают друг за другом и всегда готовы подражать сверстнику, особенно если тот принимает необычную позу или совершает необычные движения.

Характеристика детей по половым признакам на 01.09.2020 года.

|  |  |
| --- | --- |
| В группе 23 ребенка | |
| Девочки | Мальчики |
| 14- 61% | 9-39% |

Характеристика детей по группам здоровья на 01.09.2020 года.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| В группе 23 ребенка. | | |
| 1 группа | 2 группа | 3 группа |
| 22 | 1 | 0 |

Распределение детей по физкультурным группам.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Основная | Подготовительная | Специальная |
| 96% | 4% | 0% |

Сведения о семьях воспитанников.

|  |  |
| --- | --- |
| Критерии | Доля семей от общего количества детей группы (в %) |
| Общее количество детей 23,из них проживающие в: | |
| Полной семье | 19 (83%) |
| Неполной семье | 4 (17%) |
| Многодетной семье | 4(17%) |
| Проблемной семье | - |
| Семье с опекуном | - |

**«Любознательные Почемучки»: 4—5 лет.**

**Ключ возраста.** Четырёхлетний ребёнок часто задаёт вопрос «Почему?». Ему становятся интересны связи явлений, причинно-следственные отношения. **Эмоции.** Эмоциональные реакции детей становятся более стабильными, уравновешенными. Если у ребёнка нет актуальных причин для переживаний, он — жизнерадостный человек, который преимущественно пребывает в хорошем расположении духа. Дети не так быстро и резко утомляются, психически они становятся более выносливы (что связано в том числе и с возрастающей физической выносливостью). Их настроение меньше зависит от состояния организма и значительно более стабильно. На пятом году в жизни ребёнка появляются новые источники эмоциональных реакций. Отношения с другими людьми, в том числе со сверстниками, начинают вызывать устойчивые и иногда очень сильные эмоции. У ребёнка появляется принципиально новая способность: сопереживать вымышленным персонажам, например, героям сказок. Данная способность требует умения представить во внутреннем плане, в себе те душевные состояния, чувства, которые испытывают герои, попадая в ту или иную ситуацию. Детям становится доступна внутренняя жизнь другого человека. Следовательно, художественные образы развивают у ребёнка способность в принципе воспринимать чувства другого человека и сопереживать им. На этой основе формируется и сопереживание разным живым существам, готовность помогать им, защищать, беречь.

**Восприятие.** Процессы восприятия начинают как бы отделяться от предметной деятельности. Восприятие разных сенсорных свойств предметов может стать самостоятельной задачей. Процессы сенсорного ознакомления с предметами становятся более точными и дифференцированными. Продолжает расти острота зрения и способность к цветоразличению, улучшается ориентация в пространстве.

**Внимание** остаётся ещё в основном непроизвольным. Однако возможность направлять его путём словесного указания взрослого резко возрастает. Переключение внимания с помощью словесной инструкции ещё требует повторения, хотя к концу этого возраста уже в половине случаев оно может происходить по первому требованию. Увеличивается и объём внимания, в среднем до двух объектов. Устойчивость внимания в целом увеличивается примерно в полтора-два раза. Зависимость от интереса по-прежнему сохраняется.

**Память** также остаётся в основном непроизвольной. Но уже появляются и элементы произвольности. Вначале они возникают в ходе припоминания, а затем достаточно быстро распространяются и на процессы запоминания. Задачи на припоминание и запоминание принимаются и решаются детьми лучше, когда они включены в игру. **Речь.** Уменьшается зависимость речи от конкретных ситуаций и постоянной поддержки собеседника. Продолжает увеличиваться словарь. Используемые ребёнком части речи всё чаще обозначают предметы и явления, выходящие за пределы конкретных предметно-действенных ситуаций. Появляются существительные, обозначающие обобщённые свойства предметов (скорость, твёрдость), прилагательные, выражающие эмоциональные состояния (весёлый, сердитый), этические качества (добрый, злой), эстетические характеристики (красивый, безобразный). Заметно возрастает количество сложных предложений. Возникают разные формы словотворчества. Это создание новых слов по аналогии со знакомыми словами (необычные отглагольные прилагательные, нетрадиционное употребление уменьшительных суффиксов и т. д.). Это также намеренное искажение слов, происходящее большей частью в форме особой игры со сверстниками.

**Мышление.** Мышление ребёнка после 4 лет постепенно становится речевым. Он пробует строить первые рассуждения, активно ищет связи явлений друг с другом, в том числе причинно-следственные. Если для малыша мыслительный процесс постоянно тяготел к тому, чтобы вылиться в практическую предметную деятельность, то теперь он протекает уже преимущественно в уме. Ведущим в этом процессе оказывается воображение. Совершенствуется способность классифицировать. Основанием для классификации теперь может стать не только воспринимаемый признак предмета, но и такие сложные качества, как «может летать», «может плавать», «работает от электричества» и т. п. Сформирована операция **сериации** — построения возрастающего или убывающего упорядоченного ряда (например, по размеру). Дети могут находить простейшие закономерности в построении упорядоченного ряда (например, чередование бусин по размеру или цвету, по форме) и продолжать ряды в соответствии с ними. Ребёнок активно осваивает операцию счёта в пределах первого десятка. Большинство детей начинают проявлять интерес к абстрактным символам — буквам и цифрам. Начинает развиваться знаково-символическая функция мышления. Развиваются и совершенствуются представления о пространстве и времени. Это открывает новые возможности как в познавательной деятельности детей, так и в самостоятельной организации ими совместной деятельности со сверстниками, в первую очередь игры. Наряду с интересом к реальным причинным связям явлений, ребёнок именно около 4 лет обретает способность воспринимать и воображать себе на основе словесного описания различные «миры» — например, замок принцессы, саму принцессу, принца, события, волшебников и т. п.

**Деятельность**. Игра имеет характер ведущей деятельности. Отметим, что игра, воспроизводящая бытовую ситуацию (поход в магазин, посещение доктора, приготовление обеда для семьи), передаёт опыт ребёнка и задействует его память и репродуктивное, воспроизводящее воображение, в то время как игра в волшебный сюжет требует активной работы продуктивного, созидающего воображения. В этом смысле они не заменяют друг друга. Сюжеты игр детей отражают их собственный опыт, а также черпаются из литературы, фильмов и телепрограмм, поэтому они постоянно меняются. Дети обожают переодеваться и наряжаться. В своих ролевых играх дети любят строить для себя дом. Возникающая чувствительность к состоянию другого отражается и в играх детей. Они теперь воспроизводят не игровые действия, а игровые ситуации, в которых всегда есть какие-то переживания.

**Речь** детей обретает интонационное выразительное богатство, в ней появляются различные оттенки. Всевозможные позы, жесты, мимика передают разнообразные эмоции персонажа, которого изображает ребёнок. Возникает ролевой диалог. Участие взрослого в играх детей полезно при выполнении следующих условий: дети сами приглашают взрослого в игру или добровольно соглашаются на его участие; сюжет и ход игры, а также роль, которую взрослый будет играть, определяют дети, а не педагог; характер исполнения роли также определяется детьми («Значит, я буду дочка? А что я буду делать?», «А ты не хочешь есть суп. А я тебя буду ругать!»). Недопустимо диктовать детям, как и во что они должны играть, навязывать им сюжеты игры. Развивающий потенциал игры определяется тем, что это самостоятельная, организуемая самими детьми деятельность. Дети обожают путешествия и приключения. У ребёнка в возрасте 4—5 лет появляется то, что мы называем продуктивным целеполаганием. У детей впервые появляется желание не использовать какую-то готовую вещь, а самому создать что-то новое (например, не покатать игрушечную машинку, а самому построить её из кубиков). Это новообразование означает, что до начала действия у ребёнка появляется представление о том, что он хочет сделать и что должно стать результатом его усилий. Показателем этого новообразования в деятельности является один ответ на два вопроса: «Что ты хочешь сделать?» (до начала работы) и «Что ты сделал?» (по её окончании). Совпадение ответов свидетельствует о том, что у ребёнка было предварительное представление о цели и что он удерживал его до конца работы. Дальнейшее развитие целеполагания идёт по линии появления цепочки связанных между собой целей: чтобы играть в поезд, надо построить его из модулей и т. п. Следующее, более сложное изменение в психологическом портрете ребёнка 4—5 лет — это обогащение и дальнейшее развёртывание уже реализованных целей. Построив гараж для машины, ребёнок решает построить дорогу, а потом ещё и бензоколонку. Одновременно появляется способность в течение относительно длительного времени (нескольких дней и даже недель) разворачивать и удерживать систему взаимосвязанных целей. Однако если простейшая форма продуктивного целеполагания — способность представить себе тот единичный результат, который следует получить, возникает всегда, то способность к соподчинению связанных между собой целей и особенно способность к их дальнейшему содержательному развёртыванию мы наблюдаем далеко не у каждого ребёнка.Ещё одно направление в развитии деятельности детей — усовершенствование уже сделанной работы за счёт постановки дальнейших целей. Особенно успешно эта работа идёт в изобразительной деятельности. Сделанный рисунок можно усовершенствовать в разных направлениях — более тщательно дорисовывая или дополняя новыми деталями и предметами.

**Сознание.** Новообразования в развитии сознания детей проявляются в том, что на пятом году жизни дети способны в своём познании окружающего выходить за пределы того, с чем непосредственно сталкиваются сами. Начиная с данного возраста дети могут постепенно накапливать фактические знания о самых разных предметах, которые они не видели и о которых узнают только со слов взрослого. Способность по словесному описанию представить себе предметы, явления, события и действовать уже не с реальными предметами, а со своими представлениями о них играет решающую роль в развитии детей.

**Моральные представления**. В волшебных сказках даны эталонные представления о добре и зле. Такие представления становятся основой формирования у ребёнка способности давать оценку собственным поступкам.

**Речевое развитие**. Значительно увеличивается значение речи как способа передачи детям взрослыми разнообразной информации. Рассказ становится эффективным способом расширения кругозора детей — наряду с практическим наблюдением и экспериментированием, которые доминировали в младшем дошкольном возрасте. Благодаря таким рассказам, просмотру познавательных телепередач, видеофильмов ребёнок отрывается от мира «здесь и теперь» и активно интересуется животными, которых он видел только по телевизору или на картинке, слушает рассказ воспитателя об океане и о пустыне, о Москве — столице России, о других странах и людях, которые в них живут, а также интересуются жизнью динозавров и т. п. Дети с удовольствием слушают и истории из жизни воспитателей или других людей.

К 4 годам речь ребёнка уже в основном сформирована как средство общения и становится средством выражения его мыслей и рассуждения.

**Личность.** Для становления личности очень важным является формирование в психике ребёнка созидательного отношения, выражающегося в стремлении создавать что-то нужное, интересное и красивое. Атмосфера успеха и одобрения результатов продуктивной деятельности каждого ребёнка, подчёркивание его новых возможностей позволяют закладывать основы такого созидательного отношения. Расширение объёма знаний и кругозора ребёнка служит почвой для возникновения познавательного отношения к миру, бескорыстной потребности в знаниях. Чрезвычайно важно максимально уважительное отношение к его собственным умственным поискам и их результатам. Отсюда не следует, что нужно одобрять любые неправильные мысли и соображения детей. Педагог должен не оценивать детей, а обсуждать с ними их соображения и возражать им на равных, а не свысока.

**Отношение к взрослому**. В этом возрасте взрослый нужен ребёнку прежде всего, как источник интересной новой информации. Формируется авторитет взрослого как возможного учителя. Новым в отношении ребёнка к окружающим должны стать интерес и уважение к взрослому как к источнику новых знаний и тактичному помощнику в его собственных интеллектуальных поисках.

**Отношение к сверстникам**. Сверстник становится интересен как партнёр по играм. Ребёнок страдает, если никто не хочет с ним играть. Формирование социального статуса каждого ребёнка во многом определяется тем, какие оценки ему дают воспитатели. Необходимо подчёркивать что-то хорошее в каждом из детей. Негативные оценки можно давать только поступкам ребёнка и только с глазу на глаз, а не перед всей группой. Дети играют небольшими группами от двух до пяти человек. Иногда эти группы становятся постоянными по составу. Таким образом появляются первые друзья — те дети, с которыми у ребёнка лучше всего налаживается взаимопонимание. Недостатки воспитания к этому возрасту оформляются в устойчивые неприятные черты характера ребёнка. Важно воспринимать эти черты именно как следствие неправильного воспитания, оценивая поступок, но не личность в целом.

Характеристика детей по половым признакам в средней группе:

Общее количество детей в группе:

|  |  |
| --- | --- |
| Девочек | Мальчиков |
| 14 | 11 |
| 56% | 44% |

Характеристика детей по группам здоровья:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| I | II | III | IV |
| 21 | 2 | 0 | 2 |
| 84% | 10% | % | 6% |

Сведения о семьях воспитанников:

|  |  |
| --- | --- |
| Критерии | Доля семей от общего количества детей группы |
| Общее количество детей 25, из них проживающие в: | |
| Полной семье | 21 (84 %) |
| Неполной семье | 4 (16 %) |
| Многодетной семье | 8 (32 %) |
| Проблемной семье | - |
| Семье с опекуном | - |

**«Уже большие»: 5-6 лет.**

В возрасте около 5 лет в развитии ребёнка происходит большой скачок: появляется

способность произвольно управлять своим поведением, а также процессами внимания и запоминания. Теперь ребёнок уже может принять и попытаться выполнить задачу «запомнить», «сосредоточиться». Появление произвольности- решающее изменение в деятельности ребёнка, когда целью последней становится не изменение внешних, окружающих предметов, а овладение собственным поведением.

**Эмоции.** Шестой год жизни знаменуется резким увеличением сложности эмоциональной жизни. Обретая способность контролировать своё поведение, ребёнок теперь может сознательно и намеренно скрывать свои чувства от других. Поскольку сфера его интересов- взаимоотношения людей, он начинает более тонко воспринимать отношение к нему и друг к другу. Именно реальные отношения становятся главным источником радости и печали ребёнка. На шестом году жизни очень важно обратить внимание на развитие тонких эмоциональных реакций ребёнка на красоту окружающего мира. В этом возрасте дети чувствительны к цвету, форме, они могут испытывать сильный и непосредственный восторг от созерцания яркого пейзажа. Важно создавать условия, в которых дети будут получать эти яркие, на всю жизнь остающиеся в памяти впечатления.

**Восприятие.** Острота зрения, способность к цветоразличению, слух, ориентация в пространстве продолжают развиваться и совершенствоваться. Одновременно восприятие приобретает черты произвольности. Раньше ребёнок воспринимал то, с чем он действовал, а теперь он способен воспринимать предметы независимо от того, действует ли он с ними практически или нет. Он может вслушиваться в разные звуки, сравнивать их; рассматривать сложную картинку и искать спрятанную среди других линий птичку.

**Внимание.** В 5 лет продолжается рост устойчивости внимания. Если ребёнок сосредоточен на каком- либо предмете, он не будет отвлекаться на другие интересные предметы. Важным показателем развития внимания является то, что к 5 годам в деятельности ребёнка появляется действие по правилу- первый необходимый элемент произвольного внимания. Именно в этом возрасте дети начинают активно играть в игры с правилами: как настольные, так и подвижные.

**Память.** Развивается произвольное запоминание (способность запомнить и воспроизвести слова или картинки по просьбе взрослого), хотя оно остаётся главным образом механическим. Преобладающим видом памяти у старших дошкольников является образная память. Ребёнок может запомнить по просьбе взрослого 7-8 предметов (из 10-15), изображённых на предъявляемых ему картинках.

**Речь** ребёнка всё более освобождается от той конкретной ситуации, в которой он находится в данный момент. Она становится внеситуативной, и доля такой речи увеличивается. Речь становится также более связной, внутренне согласованной и монологической. Изменяется отражаемое в ней содержание: значительное место начинают занимать человеческие отношения. Этим определяется направление дальнейшего усложнения и обогащения лексического и грамматического строя речи.

**Мышление.** К 5 годам у ребёнка появляется способность удерживать в сознании уже отдельное событие или ситуацию, а цепочку взаимосвязанных событий. На этой основе формируются представления об изменениях количества. Дети могут оперировать числами, складывать и вычитать, составлять и решать задачи. Они также получают представление об обратимых и необратимых изменениях: так, заполнение стакана водой - обратимое действие, а срезание цветов - необратимое. На основе яркого зрительного представления ребёнок может решать в уме достаточно сложные геометрические задачи. Способность удерживать в представлении цепочку взаимосвязанных событий позволяет ребёнку представлять себе прошлое и будущее, выстраивать картину роста и развития в мире живой природы, процесса изготовления какой-либо вещи и т.п. Ребёнок пытается восстановить линию собственной жизни, вспомнить себя в более младшем возрасте, задаёт об этом вопросы взрослым. Именно в этом возрасте разумно планировать работу по знакомству ребёнка с его семейным ( генеалогическим) деревом.

**Деятельность.** Возможности произвольного контроля поведения, эмоциональных реакций открывают путь для формирования культуры поведения в общественных местах, за столом, в гостях, освоения правил формальной речевой вежливости, правил приличия. В работе с детьми именно с этого момента целесообразно начинать использовать задания на воспроизведение образца и работу по словесной инструкции. В играх детей теперь можно видеть полноценный развёрнутый сюжет, который протяжён во времени. Они могут развивать действие, играя в «игру с продолжением» на протяжении многих дней. В старшем дошкольном возрасте дети начинают осваивать игры с правилами. Эти игры имеют большое значение для преодоления инфантильности и эгоцентризма. Настольные, настольно-печатные игры, подвижные игры требуют от ребёнка не только подчинения своего поведения внешней норме - правилу, но и умения проигрывать, признавать поражение и мириться с ним, что для многих детей поначалу представляет большую психологическую трудность. Вместе с тем целесообразно раскрывать перед детьми, какую роль правила играют в жизни взрослых сообществ: это правила безопасного поведения в быту и на природе; правила дорожного движения; правила пользования бытовыми приборами, а также законы как особые регуляторы поведения людей в социуме. Социализация ребёнка предполагает, что у него будет сформировано представление о взрослом как о человеке.

На шестом году жизни у ребёнка появляется способность ставить цели, касающиеся его самого, его собственного поведения, а также таких психических процессов, как память, внимание, восприятие. Произвольность поведения и психических процессов, которая интенсивно развивается в период между 5и7 годами, имеет, по мнению отечественного психолога Л.И. Божович, решающее значение для готовности ребёнка к школьному обучению.

**Сознание.** Изменения в сознании характеризуются появлением так называемого внутреннего плана действий - способностью оперировать в уме, а не только в наглядном плане различными представлениями. В старшем дошкольном возрасте происходит осмысление и осознание многих закономерностей, которые ребёнок уже успешно использует в практике, но пока не рефлексивно. Он может осознавать , например, конвенциональные способы разрешения конфликтов (жребий, считалка, очерёдность).

В этом возрасте происходит активное осмысление жизненных ценностей. Оно происходит параллельно с формированием и дифференциацией образа Я самого ребёнка и построением образа будущего. Данный возраст - период многоаспектной социализации ребёнка. Одной из её сторон является формирование первичной идентификации с широкой социальной группой-своим народом, своей страной. Старший дошкольный возраст имеет решающее значение для морального развития детей. Это период, когда закладываются основы морального поведения и отношения. Одновременно он весьма благоприятен для формирования морального облика, черты которого нередко проявляются в течение всей последующей жизни ребёнка.

**Личность. Отношение к себе.** Одним из важнейших изменений в личности ребёнка являются изменения в его представлениях о себе, его образе Я.

Пятилетний возраст-возраст идентификации ребёнком себя со взрослыми того же пола. Девочки относят себя к женщинам, а мальчики к мужчинам. Если до сих пор ребёнка интересовал окружающий мир, то в 5 лет акцент его внутреннего, душевного внимания смещается на взаимоотношения людей. Пятилетние дети обладают прекрасным «чутьём» на реальное отношение к себе и другим. Они остро чувствуют любую неискренность и перестают доверять человеку, который однажды проявил её. Они чувствуют, когда ими пытаются манипулировать. В ходе наблюдений за окружающей социальной жизнью дети активно строят образ себя в будущем и своей взрослой жизни.

После 5 лет у детей начинают проявляться представления не только о том, какие они есть , но и о том, какими они хотели бы быть. Иными словами, кроме имеющихся качеств, начинают проявляться представления о желательных и нежелательных чертах и особенностях. В психологии это называется расслоением образа Я на Я-реальное, это те качества, по поводу которых ребёнок считает , что они у него имеются; и Я-потенциальное, куда входят как положительные черты , которые ребёнку хотелось бы у себя видеть, так и отрицательные, которые он бы не хотел иметь.

Источником отношения ребёнка к себе являются оценки и отношение к нему окружающих взрослых. Изучение большого числа детей показало, что они имеют совершенно определённое мнение о том, как к ним относятся окружающие. Важно, как сам ребёнок воспринимает это отношение, ибо ведёт он себя в соответствии с тем, как оно видится ему. В большинстве случаев дети считают, что лучше всех к ним относятся бабушки, затем мамы, папы.

**Отношение к взрослому.** До сих пор взрослый был для ребёнка безоговорочным и непререкаемым авторитетом. В пять лет появляется критичность в оценке взрослого, у некоторых детей проявляется уже и независимость собственных суждений от оценок авторитета.

**Отношение к сверстникам.** На шестом году жизни ребёнка разные линии психического развития , соединившись, образуют благоприятные условия для появления нового типа его взаимоотношений со сверстниками. Это, во-первых, развитие речи, которое у большинства детей достигает, как правило, такого уровня, что уже не препятствует взаимопониманию. Во-вторых, накопление внутреннего багажа в виде различных знаний и сведений об окружающем.

Интерес ребёнка к себе и своим качествам, получающий дополнительный стимул благодаря развитию представлений о себе, распространяется на сверстников. Происходит как бы разделение детей на более заметных и популярных, пользующихся симпатией и уважением сверстников, и детей малозаметных, не представляющих на этом фоне интереса для остальных. Это разделение порождает поистине драматические коллизии, а иногда весьма неприятные типы взаимоотношений. Возникают симпатии и антипатии, проявления которых глубоко переживаются детьми. Так, длительные и сильные огорчения ребёнку начинает доставлять нежелание привлекательного в его глазах сверстника играть и общаться с ним. Новыми сторонами, определяющими отношение детей друг к другу и чрезвычайно занимающими их, являются их личные качества и характер взаимоотношений.

|  |  |
| --- | --- |
| Общее количество детей в группе: | |
| Девочек | Мальчиков |
| 14-61% | 9-39% |

Характеристика детей по группам здоровья.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| I | II | III |
| 19 | 4 | 0 |
| 83% | 7% | 0 |

Сведения о семьях воспитанников.

|  |  |
| --- | --- |
| Критерии | Доля семей от общего количества детей группы |
| Общее количество детей, из них проживающие в: | |
| Полной семье | 15-65% |
| Неполной семье | 1-4% |
| Многодетной семье | 7-7% |
| Проблемной семье | - |
| Семье с опекуном | - |

**«Мечтатели, помощники, будущие ученики»: 6—8лет**

**Ключ возраста.**Произвольность поведения и психических процессов имеет решающее значение для успешности школьного обучения, ибо означает умение ребёнка подчинять свои действия требованиям учителя. В школе, как известно, ребёнок занимается не тем, чем хочется, а прилагает все усилия для достижения целей, поставленных учителем. Трудность в достижении и удержании таких целей состоит в том, что не всё учебное содержание, даже при самой удачной методике, будет захватывающе интересно для всех детей. Поэтому ребёнок должен не только решать поставленную задачу по содержанию, например аккуратно писать палочки, но и уметь заставить себя заниматься написанием палочек, когда на самом деле ему хочется рисоватьчто-тодругое, например самолёт.

**Эмоции.**Совершенствуется способность контролировать проявления непосредственных эмоциональных акций.

Развивается система устойчивых чувств и отношений — глубокая и осознанная любовь к близким, включая иногда домашних питомцев; устойчивые отношения дружбы, включающие эмпатию.

**Восприятие.**Совершенствуется произвольность восприятия. Оно становится самостоятельным процессом. Ребёнок может произвольно ставить перед собой задачи на восприятие и использовать для этого специфические приёмы.

**Память и внимание.**Формируется произвольность памяти и внимания, которое становится одной из важных составляющих готовности к школе. Произвольность этих процессов выражается в том, что ребёнок может запоминать то содержание, которое ему

данный момент неинтересно и не нужно, и быть внимательным.

Психологическое отличие произвольных памяти и внимания от более ранних форм этих процессов в том, что раньше дети запоминали то, что «само запомнилось», и были внимательны, когда что-топриковывало их внимание. Теперь же ребёнок ставит перед собой особые цели — запомнить или быть внимательным — и стремится к их выполнению. Дети также овладевают особыми приёмами управления своей памятью и вниманием.

**Речь.**На седьмом году жизни ребёнок практически овладевает всеми сторонами родного языка: звуковым составом, словарём, грамматическим строем. Развитие голосового аппарата ребёнка даёт ему возможность правильно произносить все звуки родного языка. В активном словаре ребёнка седьмого года насчитывается почти3000—3500слов. Достаточно развитой является грамматическая сторона речи ребёнка. Дети овладевают системой морфологических средств оформления грамматических категорий, усваивают типы склонений и спряжений, способы словоизменения; увеличивается объём сложных предложений.

Специалисты отмечают чуткость детей к языковым явлениям; например, она проявляется в их способности понимать и употреблять новые слова, их формы и сочетания по аналогии с ранее усвоенными словами, формами и их сочетаниями. Педагогам в работе с детьми седьмого года жизни важно использовать это языковое чутьё, а при решении некоторых задач делать на него ставку (например, упражняя детей в словообразовании, в употреблении имён существительных в родительном падеже и пр.).

Таким образом, в речевом развитии ребёнка 6—8лет акцент перемещается на формирование осознанного отношения к языку, а также на дальнейшее развитие связной речи ребёнка, как диалогической, так и монологической. Овладение ребёнком разнообразными навыками связной речи позволяет ему осуществлять полноценное общение со сверстниками и взрослыми, даёт возможность делиться с ними накопленными знаниями и впечатлениями, а также получать необходимую и интересующую его информацию. Связная речь как бы вбирает в себя все достижения ребёнка в овладении родным языком: усвоение звукового и словарного состава, грамматического строя.

**Мышление**ребёнка после 5 лет, как уже отмечалось, отличает способность удерживать в представлении цепочку взаимосвязанных событий. На этой основе формируются представления об изменениях признаков предметов, а также их количества. Дети6—8лет могут оперировать количествами, увеличивать и уменьшать их, правильно описывать эти ситуации на языке математики как действия сложения и вычитания.

Ребёнок обретает способность оценивать сохранение количества в той или иной ситуации. Так, при переливании воды из одного сосуда в другой общее количество воды не меняется, а при отливании или доливании — уменьшается или увеличивается.

Большинство детей этого возраста обладают сильно развитым пространственным воображением по сравнению с более старшими детьми.

Арифметические задачи на сложение и вычитание в пределах первого десятка многие дети решают также на основе воображения и оперирования в уме описанными в условии задачи группами. При этом, если речь идёт о пирожках, они ответят на вопрос, с чем эти пирожки (хотя в условии об этом не говорилось), печёные они или жареные, большие или маленькие и какой формы. Разумеется, каждый ребёнок представляет себе свои пирожки — примечателен сам факт детализации подробностей, возникающих в представлении детей образов.

К концу дошкольного детства у детей формируется первичный *целостный образ мира,*в котором они живут, отражающий основные его закономерности.

**Деятельность.**Совершенствуются навыки произвольного контроля на всех этапах осуществления деятельности. Формируется произвольность внимания и памяти. Произвольное внимание необходимо в работе, так или иначе связанной с тем или иным

*образцом — наглядным или же заданным в форме словесной инструкции. Творческая работа без образца выполняется при желании и по желанию и потому не требует от ребёнка дополнительных усилий по организации собственного внимания.*

Ребёнок учится принимать задачи, поставленные перед ним взрослым, что постепенно подготавливает его к принятию позиции ученика. Ориентация не только на внутренние побуждения, но и на внешние требования — важный этап становления деятельности и общей социализации.

Продолжает развиваться индивидуальная сюжетная и режиссёрская игра, которая также способствует психическому развитию ребёнка, развивая его познавательную сферу, символическое и наглядно- .

Вместе с тем ведущую роль в развитии детей по-прежнему принадлежит совместной сюжетной игре. Реальные отношения, которые возникают у детей в игре, выполняют существенную роль в развитии коммуникативной и социальной компетентности ребёнка. Игра основывается на активном сотрудничестве детей, требующем налаживания контактов и установления взаимопонимания, на общей ориентации ребёнка на сверстника.

Реализуемые в игре партнёрство и взаимодействие стимулируют развёртывание планирования, регуляции и контроля совместной деятельности и тем самым обеспечивают увеличение времени, приходящегося на совместную игру по сравнению с индивидуальной.

Игровые замыслы детей 6—8лет заметно отличаются от игровых замыслов детей среднего дошкольного возраста своей новизной, богатством и оригинальностью. Несмотря на то что бытовые сюжеты остаются, они приобретают несколько другой характер. Помимо этого, появляются романтические, героические, фантастические сюжеты. Появление таких сюжетов связано с тем, что, во-первых, реально накопившийся у детей игровой опыт значительно обогатился; во-вторых, дети приобрели многие знания и представления об окружающем их мире и о том, что находится за его пределами; в- третьих, после 6 лет жизни дети способны оперировать имеющимися у них представлениями, образами, реализуя их в разных взаимосвязанных событиях. Именно поэтому в играх детей этого возраста начинает ярко проявляться событийная сторона сюжета.

Следующая особенность заключается в том, что заметное расширение знаний об окружающем, особенно о человеческих действиях и взаимоотношениях, приводит к увеличению в игре числа ролей, необходимых, с точки зрения детей, для полноценной игры. Поэтому игровые группировки детей расширяются от двух-трёхдопяти-семиучастников. Увеличение числа ролей усложняет ролевые отношения, усиливает необходимость чёткой координации действий всех участников игры.

Самостоятельно, без участия взрослых, дети в общих чертах могут обговаривать замысел игры, распределять роли и разыгрывать их. В играх старших дошкольников всегда есть лидер, который «двигает» сюжет. Остальные участники игры обычно «подстраиваются». Разногласия по поводу дальнейшего развёртывания сюжета дети этого возраста (в отличие от маленьких детей) улаживают без помощи взрослых. Дети, не разделяющие точку зрения лидера, пытаются найти аргументированные доказательства своего, на их взгляд более правильного, предложения по дальнейшему развитию сюжета, делают попытки отстоять свою точку зрения, скоординировать её с точкой зрения других партнёров по игре.

Поскольку старшие дошкольники уверенны и самостоятельны в игре, то они совершенно по-иному относятся к участию в игре взрослого. Если у младших дошкольников игровой опыт был ещё несовершенен и они почти всегда с большим удовольствием принимали в игру взрослого с его идеями, уступали ему даже главные роли, то шестилетние дети сами охотно занимают главные роли. Взрослый их устраивает в качестве советчика, не принимающего непосредственного участия в игре, но вовремя помогающего преодолевать сюжетные или организационные трудности.

У детей формируются предпосылки учебной деятельности.

**Сознание.**Изменения характеризуются развитием так называемого *внутреннего плана действий*— способностью оперировать в уме, а не только в наглядном плане различными представлениями.

Дальнейшее развитие и усложнение этих образований создаёт к 6 годам благоприятные условия для развития *рефлексии*— способности осознавать и отдавать себе отчёт в своих целях, способах их достижения, полученных результатах, переживаниях, чувствах и побуждениях; для морального развития. Этот период во многом предопределяет будущий моральный облик человека и в то же время исключительно благоприятен для педагогических воздействий.

По данным многих авторов, детям седьмого года жизни вполне доступно полноценное моральное поведение, т. е. соблюдение норм при отсутствии внешнего контроля и принуждения и вопреки собственным желаниям и интересам. У многих детей уже имеются или складываются те внутренние механизмы, которые позволяют им удерживаться от соблазна нарушать норму и свободно делать правильный моральный выбор.

Первое условие соблюдения норм — это знание и понимание детьми моральных предписаний и требований, т. е. того, что хорошо, а что плохо. Они являются основанием для оценки поступков с точки зрения их соответствия требованиям морали — поступков других и самого себя. А оценка предполагает не только знания о том, как следует оценивать явление, но и такой субъективный момент, как отношение к тому, что

оценивается, испытывает ли человек отвращение к нарушению нормы или, наоборот, смотрит на это снисходительно.

Первая особенность морального сознания детей седьмого года жизни — это расхождение между знанием норм и личным отношением к их соблюдению и нарушению. Поэтому появление правильной моральной оценки других требует формирования у ребёнка личного отрицательного отношения, искреннего осуждения им фактов нарушения норм и такого же личного, искреннего одобрения фактов бескорыстного соблюдения этих же норм.

**Личность.**Развитие личности характеризуется формированием дифференцированного отношения к сверстникам и ко многим взрослым, к одним из которых ребёнок безразличен, других он любит, к третьим испытывает неприязнь. У ребёнка формируется отношение к литературным героям и некоторым произведениям искусства, к природным явлениям и предметам техники, к поступкам других людей, к себе самому

ико многому другому. Это отношение может быть чётко выраженным и осознанным или почти не проявляться; может быть эмоционально окрашенным или, скорее, рациональным; положительным или отрицательным и т. д.

**Отношение к себе.**У ребёнка продолжает формироваться его образ Я. Развивается и изменяется образ Я-потенциального,т. е. того, каким ребёнок хочет себя видеть. Ребёнок стремится к тому, чтобы этот образ стал позитивным. Каждый ребёнок нуждается в поддержке взрослыми убеждения в том, что в нём много хорошего, а также в том, чтобы взрослые сообщали о его достоинствах другим детям, родителям. Важной педагогической задачей становится воспитание у каждого ребёнка чувства уверенности в том, что взрослые (воспитатели, родители) его уважают.

Образ Я-потенциального является психологической предпосылкой становления учебной мотивации. Дело в том, что учиться ребёнка побуждает не только и не столько интерес к изучаемым дисциплинам. Вряд ли старательное выписывание палочек и букв может представлять для детей особый интерес. Побуждением к учению, овладению новыми знаниями и умениями является желание видеть себя «умным», «знающим», «умеющим». Вы, возможно, обращали внимание на то, что некоторые дети хвастаются, до скольких они умеют считать, сколько букв знают и как охотно они готовы научиться ещё чему-нибудь. Причина такого отношения ребёнка к собственным возможностям лежит в том, что он как бы видит себя в ближайшем будущем более умным, знающим

И компетентным, чем в данный момент. Иными словами, в его образ «себя», каким он хотел бы стать, входит владение новыми знаниями и умениями. И это стремление видеть себя более продвинутым и совершенным и тем самым соответствовать своему представлению о том, каким он может и хочет стать, является мощным побуждением учебной деятельности.

**Отношение к сверстникам.**Благодаря педагогическим усилиям создаются условия для воспитания доброжелательного отношения ребёнка к другим детям, уважения прав сверстников, формируется установка на сотрудничество. Дети овладевают навыками совместной деятельности, понимают её преимущества.

**Отношение к взрослым.**Меняется отношение к взрослому как безусловному авторитету. Взрослый принимается детьми в качестве советчика, равноправного партнёра и ценится детьми за умение решать организационные вопросы, придумывать интересные сюжеты для игр, организовать интересное дело. Уважение к авторитету взрослого поддерживается именно такими его способностями.

Характеристика детей по половым признакам в подготовительной группе:

|  |  |
| --- | --- |
| Общее количество детей в группе: 25 | |
| Девочек | Мальчиков |
| 13 – 52% | 12- 48% |

Характеристика детей по группам здоровья.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| I | II | III | IV |
| 20 | 4 | 0 | 1 |
| 80% | 16% | - | 4% |

Сведения о семьях воспитанников.

|  |  |
| --- | --- |
| Критерии | Доля семей от общего количества детей группы |
| Общее количество детей, из них проживающие в: | |
| Полной семье | 13-52% |
| Неполной семье | 8-32% |
| Многодетной семье | 4-16% |
| Проблемной семье | - |
| Семье с опекуном | - |

# 1.2.Планируемые результаты освоения программы.

1.2.1. Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования по ФГОС ДО:

-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 выражать 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.

По итогам освоения программы «Радуга» ребёнок:

-Имеет физическое развитие, соответствующее возрастным нормативным показателям, у него сформированы основные физические качества, потребность в физической активности, движении; проявляет индивидуальный интерес проявляет индивидуальный интерес к какой-то форме двигательной активности;

-владеет основными культурно-гигиеническими навыками; самостоятельно и осознанно их реализует в своей жизнедеятельности;

-понимает и разделяет ценность здорового образа жизни, умеет соблюдать элементарные правила охраны своего здоровья и здоровья окружающих, имеет соответствующее возрастным возможностям представление о безопасном поведении в быту, в природе, среди незнакомых людей;

-познавательно активен, любознателен, способен самостоятельно исследовать, экспериментировать, находить разнообразную информацию в различных источниках- книгах, энциклопедиях, фильмах, а также умеет задавать взрослым интересующие вопросы; имеет собственную сферу интересов;

-самостоятелен и одновременно умеет обращаться ко взрослым за помощью;

-заинтересован в учении и совершенствовании собственной компетенции в разных областях деятельности, владеет универсальными предпосылками учебной деятельности: умением работать по правилу и по образцу, слушать взрослого и выполнять его инструкции;

-эмоционально отзывчив, способен к сопереживанию и сочувствию, откликается на эмоции близких людей, сопереживает персонажам при восприятии произведений художественной литературы, театра, кино, изобразительной деятельности, музыки, а также красоты окружающего мира, природы;

-общителен, умеет адекватно использовать вербальные и невербальные средства коммуникации, способен вести диалог и выражать свои мысли с помощью монологической речи; умеет договариваться со сверстниками, планировать совместную деятельность, владеет навыками сотрудничества; владеет стилем коммуникации со взрослыми и сверстниками и произвольно может изменять его;

-способен произвольно управлять своим поведением и планировать действия;

-соблюдает общепринятые нормы и правила поведения- в том числе на улице (дорожные правила), правила поведения в общественных местах;

-имеет базовые ценностные представления и руководствуется ими в собственном социальном поведении;

-интеллектуально развит в соответствии с возрастными возможностями, способен решать интеллектуальные задачи;

-инициативен в деятельности, способен предложить собственный замысел и воплотить его в рисунке, постройке, рассказе;

-имеет первичную целостную картину мира, представления о себе, семье, обществе, государстве, мире и природе; принадлежности других людей к определённому полу; культурных ценностях;

-обладает сформированными умениями и навыками, необходимыми для осуществления различных видов детской деятельности;

-доброжелателен и спокоен, дружелюбен к другим людям и живым существам;

-осознаёт себя гражданином России;

-психологически устойчив к неуспеху и умеет конструктивно преодолевать возникающие трудности;

-хочет учиться и стать школьником, рассматривая это как новую желаемую и привлекательную ступень собственной взрослости;

-имеет чувство собственного достоинства и способен уважать других;

-обладает живым воображением, способен к фантазии и творчеству в разных формах.

#### Показатели физической подготовленности.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **4 года** | **5 лет** | **6 лет** | **7лет** |
| Скорость бега на 30м со старта (сек) | мальчики | 10,5 – 8,8 | 9,2 – 7,9 | 8,4 – 7,6 | 6,8-8,0 |
| девочки | 10,7 – 8,7 | 9,8 – 8,3 | 8,9 – 7,7 | 7,3 -8,7 |
| Длина прыжка с места (см) | мальчики | 53,5 – 76,6 | 81,2 – 102,4 | 86,3 – 108,7 | 113,0-99,0 |
| девочки | 51,1 – 73,9 | 66 – 94 | 77,7 – 99,6 | 114,0 -97,0 |
| Дальность броска правой рукой (м) | мальчики | 2,5 – 4,1 | 3,9 – 5,7 | 4,4 – 7,9 | 13,9 -6,0 |
| девочки | 2,4 – 3,4 | 3,0 – 4,4 | 3,3 – 5,4 | 11,8 -5,5 |
| Дальность броска левой рукой (м) | мальчики | 2,0 – 3,4 | 2,4 – 4,2 | 3,3 – 5,3 | 10,8 -5,0 |
| девочки | 1,8 – 2,8 | 2,5 – 3,5 | 3,0 – 4,7 | 8,0 -4,6 |

Протокол

проведения мониторинга состояния физического здоровья, физического развития и физической подготовленности

дошкольников МБДОУ Чертковский детский сад №3 1 мл группы Дата обследования:

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Ф.И. реб. | В-т | Рост (см) | Вес(кг) | Умение ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга | метание | | Умение прыгать на двух ногах на месте |
| Умение брать,  держать,  переносить мяч. | Умение класть, бросать, катать мяч. |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |

Заместитель заведующей по ВМР \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Инструктор по физической культуре \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Воспитатель\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**2.Содержательный раздел.**

**2.1. Планирование работы с детьми.**

2.1.1.Комплексно-тематическое планирование воспитательно-образовательной работы с детьми.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **месяц** | **блок** | **Недели** | **1 младшая группа** | **Средняя группа** | **Старшая группа** | **Подготовительная группа** | **праздники** |
| **сентябрь** | **Я и детский сад** | **1**  **01-4.09.** | Мы пришли в детский сад. Наша группа. | Здравствуй детский сад. День знаний. | Здравствуй детский сад. День знаний. | Здравствуй детский сад. День знаний. | День знаний и правил дорожного движения |
| **2**  **07-11.09** | Кто заботится о нас в детском саду. | Внимание, дети | Внимание, дети | Внимание, дети |  |
| **Краски осени** | **3**  **14-18.09** | Осень. | Осень. Деревья и кустарники. | Краски осени (Осень в посёлке) | Краски осени (Осень в посёлке) |  |
| **4**  **21-25.09** | Фруктовый сад. | Фрукты и овощи | Путешествие в хлебную страну. | Путешествие в хлебную страну. |  |
| **октябрь** |  | **5**  **28.09-02.10** | Собираем урожай. (овощи) | Птицы и животные наших лесов. | Птицы и животные наших лесов. | Птицы и животные наших лесов. | Осенины. |
| **6**  **05-09.10** | Грибы и ягоды. | Лесные ягоды и грибы. | Лесные ягоды и грибы. | Лесные ягоды и грибы. |  |
| **С чего начинается Родина** | **7**  **12-16.10** | Моя семья. | Мой дом. Моя семья. | Моя дружная семья. Культура поведения. | Моя дружная семья. Культура поведения. | Покровская ярмарка. |
| **8**  **19-23.10** | Музыкальные инструменты. | Музыкальные инструменты. | Музыкальные инструменты. | Музыкальные инструменты. |  |
| **9**  **26.10-30.10** | Домашние и дикие животные. | Мой донской край. | Мой донской край. | Мой донской край. |  |
| **ноябрь** | **Мир вокруг нас** | **10**  **02-06.11** | Комнатные растения. | Растительный мир. | Растительный мир. | Растительный мир. |  |
| **11**  **09-13.11** | Одежда. | Одежда. | Одежда. | Одежда. |  |
| **12**  **16-22.11** | Рыбка плавает в воде. | Водный мир. | Водный мир. | Водный мир. | День матери. |
| **13**  **23-27.11** | Будь здоров. | Быть здоровыми хотим. | Быть здоровыми хотим. | Быть здоровыми хотим. | День здоровья. |
| **декабрь** | **Зимушка-зима.** | **14**  **30.11-04.12** | Мои любимые игрушки. | Народная игрушка. | Народная игрушка. | Народная игрушка. |  |
| **15**  **07-11.12** | Зимующие птицы. | Животные и птицы зимой. | Животные и птицы зимой. | Животные и птицы зимой. | Красный, жёлтый, зелёный. |
| **16**  **14-18.12** | Здравствуй,Зимушка-зима. | Встречаем сказку. | Встречаем сказку. | Встречаем сказку. |  |
| **17**  **21-31.12** | Новогодний праздник. | Зима пришла. Встреча Нового года. | Зима пришла. Встреча Нового года. | Зима пришла. Встреча Нового года. | Новый год |
| **Январь** | **В мире искусства** | **18**  **11-15.01.** | Вспомним ёлку. | Фольклор | Русское устное народное творчество (колядки, щедровки и т.д.) | Русское устное народное творчество (колядки, щедровки и т.д.) | Колядки |
| **19**  **18-22.01** | Зимние забавы. | Зимние забавы. | Зимние забавы. | Зимние забавы. | Зимний спортивный праздник. |
| **20**  **25-29.01** | Транспорт. | Транспорт. | Транспорт. | Транспорт. |  |
| **Этикет.**  **Здоровье и спорт.** | **21**  **01.02-05.02** | Неделя доброты. | Уроки вежливости. Этикет. | Уроки вежливости. Этикет. | Уроки вежливости. Этикет. |  |
| **Февраль** | **22**  **08-12.02.** | Растем здоровыми. | Быть здоровыми хотим | Быть здоровыми хотим | Быть здоровыми хотим | День здоровья |
| **23**  **15-19.02** | Папин день. День защитника Отечества. | Я и мой папа. День защитника Отечества. | Я и мой папа. День защитника Отечества. | Я и мой папа. День защитника Отечества | День Защитника Отечества  Масленица |
| **24**  **22-26.02** | Мебель. | Инструменты. | Инструменты. | Инструменты. |  |
| **Мамин праздник** | **25**  **02.03-06.03** | Маму я свою люблю. | Маму я свою люблю | Маму я свою люблю | Маму я свою люблю | 8 Марта |
| **март** | **26**  **09-12.03** | Кто живет в лесу? | Животный мир. | Животный мир. | Животный мир. |  |
| **27**  **15-19.03** | Весна пришла. | Весна пришла | Весна пришла. | Весна пришла. |  |
| **28**  **22-26.03** | В гостях у сказки. | Неделя детской книги. | Неделя детской книги. | Неделя детской книги. |  |
| **29**  **29.03-02.04** | Цветы весны. | Мы – друзья природы. | Мы – друзья природы. | Мы – друзья природы. | Весна-Красна. |
| **апрель** | **Весна** | **30**  **05-09.04** | Если хочешь быть здоров. | Если хочешь быть здоров. | Если хочешь быть здоров. | Если хочешь быть здоров. | Всемирный день здоровья |
| **31**  **12-16.04** | Вода-вода. | Космическое путешествие. | Космическое путешествие. | Космическое путешествие. |  |
| **32**  **19-23.04.** | Мир профессий. | Профессии. | Профессии. | Профессии. |  |
| **33**  **26.04-30.04** | Знакомство с посудой. | Посуда. | Посуда. | Посуда. |  |
| **Май** | **Майские праздники. Готовимся к лету.** | **34**  **04.05-07.05** | День Победы. | Майские праздники. | Майские праздники. | Майские праздники. | День Победы |
| **35**  **11-14.05** | Насекомые | Насекомые | Насекомые | Насекомые |  |
| **36**  **17-21.05** | Неделя безопасности | Неделя безопасности | Неделя безопасности | Неделя безопасности | Праздник «Дорога и дети». |
| **37**  **24-31.05** | Скоро лето. Готовимся к лету. | Скоро лето. Готовимся к лету. | Скоро лето. Готовимся к лету. | Скоро лето. Готовимся к лету. | Прощай, детский сад! |

**2.1.2.Тематическое планирование.**

Содержание образовательной деятельности в 1 младшей группе.

Содержание образовательной области „Физическое развитие" направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

* развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
* накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
* формирование у воспитанников потребности **в** двигательной активности и физическом совершенствовании».

**Физическое развитие:**

* Приобретение опыта в двигательной деятельности;
* Правильное формирование опорно-двигательной системы организма, развитие равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики обеих рук;
* Согласовывать свои движения с движениями других детей, реагировать на сигналы из вне, требующие изменить характер движения ,его темп, силу или совсем остановить движение;
* Овладение подвижными играми с правилами;
* Совершенствовать ходьбу, лазание, начинает бегать;
* Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами(в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

**2.2.5.1. Перспективное планирование по «Физическому развитию».**

Перспективный план работы по физической культуре в первой младшей группе.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ходьба | бег | равновесие | прыжки | метание | Ползание, лазание |
| Сентябрь | -Ходьба стайкой за воспитателем с имитацией движений персонажей русской народной сказки «Колобок».  - Ходьба стайкой за воспитателем с одновременным собиранием маленьких мячей («яблок»).  - Ходьба врассыпную по залу с одновременным собиранием осенних листочков с ковра. | -Бег обычной стайкой («Колобок укатился от зайца, лисы и т. д.»).  -Бег стайкой.  -Бег врассыпную по залу с листочками. |  | -Прыжки на всей ступне с подниманием на носки (пружинка).  - Прыжки на всей ступне с работой рук (имитация срывания фруктов с веток деревьев).  - Прыжки на двух ногах на месте с широкими махами руками (имитация взмаха крыльев). | -Прокатывание мяча (колобка) одной рукой.  - Катание мяча двумя руками.  - Катание мяча двумя руками с ритмичным проговариванием русской народной песенки «Чики, чики, кички...». | - Упражнение «Доползи до кубика и поставь его на другой кубик» (дети строят башенку для колобка).  - Ползание на средних четвереньках по прямой (3-4 м). |
| Октябрь | -Ходьба стайкой и врассыпную (во время ходьбы дети должны найти в зале кукол и взять по одной).  - Ходьба стайкой и врассыпную (во время ходьбы дети берут погремушки, лежащие на ковре (по одной)  - Ходьба стайкой и врассыпную под укр. нар. мелодию «Стукалка» (во время ходьбы дети поднимают с ковра гимнастические палочки длиной около 50 см).  - Ходьба стайкой и врассыпную с имитацией движений лисы, волка, медведя. | - Бег врассыпную, стайкой с погремушками.  - Бег вокруг палочки (дети кладут палочку возле себя и обегают ее несколько раз).  - Бег врассыпную, стайкой с имитацией жужжания пчёл. |  | -Прыжки на двух ногах на месте.  - Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. | - Катание мяча двумя руками инструктору с ритмичным проговариванием строк: «Погуляем мы в лесу, встретим рыжую лису, волка серого, зайку смелого».  -И/у «К мишке в гости»-проползти вертикально стоящий обруч в направлении к мишке. | - Ползание на ладонях и коленях.  - Подлезание под дугу (высота 50 см), не задевая погремушки, привязанные к веревке.  - Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 3-4 м). |
| Ноябрь | -Ходьба парами с флажком в свободной руке.  - Ходьба подгруппами и всей группой (во время ходьбы дети берут по одному кубику с ковра).  - Ходьба подгруппами и всей группой (во время ходьбы дети берут по одному кубику с ковра). | - Бег всей группой с размахиванием флажком над головой.  - Бег вокруг кубика.  -Бег везде в различных направлениях,не наталкиваясь друг на друга |  | - Прыжки на двух ногах на месте под русскую народную песню «Пружинка».  - Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.  - Прыжки на двух ногах на месте с поворотом вокруг себя. | -Прокатывание мяча одной рукой (правой, левой)  -Прокатывание мячей друг другу, между предметами  -Догонять мяч. | -Проползание в вертикально стоящий обруч, подползание под гимнастическую палку,скамейку. |
| Декабрь | -Ходьба с перешагиванием через предметы, в прямом направлении. | -Бег за инструктором, догоняя катящиеся предметы. | -Пройти по наклонной доске с мячом в руках «пройти по мостику» | -Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу, линию.  -Прыжки на двух ногах с небольшим продвижением вперед,с хлопками | -Прокатывание мяча по периметру зала, катание мяча двумя руками инструктору  -катание мяча с горки;  -Бросать мяч в указанном направлении. | -И/у «Перелезь через бревно,лежащее на полу»  -Проползание в воротца;  -Подлезание под скамейку. |
| Январь | -Ходьба с опорой на зрительные ориентиры, по кругу взявшись за руки;  -Ходьба приставными шагами вперед и в стороны. | -Догонять катящиеся предметы, за инструктором и от инструктора, в различных направлениях. |  | -Прыжки в высоту;  -перепрыгивание через веревку,лежащую на полу;  -Прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка;  -Перепрыгивать через гимнастические палки. | -Бросание мяча двумя руками снизу  -Прокатывание мяча под дугу, друг другу;  -Ловля мяча,брошенного инструктором. | -Перелезание через валик |
| Февраль | -Ходьба со сменной направления движения;  -Перешагивание через предметы | -Бег между двумя линиями, в различных направлениях | -Поочередно проходить по гимнастической доске, лежащей на полу | -Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, подпрыгивание до двух игрушек,находящихся выше поднятых рук ребенка,слегка продвигаясь вперед;  -Прыжки с продвижением вперед с мячом; | -Бросание мяча двумя руками снизу;  -Прокатывание мяча между предметами;  -Ловля мяча,брошенного инструктором. | -Проползти под гимнастическими дугами,палками,расположенными на высоте 50 см отпола;  -проползание в вертикально стоящий обруч с захватами мяча. |
| Март | -Ходьба огибая предметы;  -Ходьба со сменой характера движения;  -Ходьба с дыхательными упражнениями в течении полутора минут | -Бег между двумя линиями не наступая на них,бег за инструктором и от инструктора. | -Ходьба по гимнастической доске лежащей на полу,перешагивая через кубик. | -Прыжки на двух ногах как можно дальше;  -Перепрыгивание через палочку,лежащую на полу на двух ногах | -Поймать мяч,катящийся с горки;  -Прокатывание мяча двумя и одной руками друг другу | -Перелезание через бревно;  -Проползание до заданного предмета;  -Влезание на лестницу-стремянку (попытки) |
| Апрель | -Ходьба со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога;  -Ходьба с перешагиванием палки приподнятой на высоту 5-15 см;  -Спокойная ходьба с дыхательными упражнениями полторы мин. | -Бег между двумя линиями со сменой направления |  | -Подпрыгивание до предмета,находящегося выше поднятых рук ребенка;  -Прыжки с места на двух ногах как можно дальше;  -Перепрыгивание через две параллельные линии. | -Прокатывание мяча одной-двумя руками под дугу,между предметами,бег за мячом. | -Подползание под дугу;  -Проползание в вертикально стоящий обруч;  -Проползание под гимнастическую скамейку;  -Подползание под веревку высота 30-40 см;  -Перелезание через бревно, лежащее на полу, влезание на лестницу стремянку (попытки) |
| Май | -Ходьба с перешагиванием через веревки приподнятой на высоту 5-15см,огибая предметы | -Бег медленный до 80м, непрерывный 30-40 сек |  | -Прыжки на двух ногах с места как можно дальше;  -Прыжки с продвижением вперед;  -Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу;  -Прыжки с места на двух ногах до зрительного ориентира | -Скатывание мяча с горки;  -Прокатывание мяча одной рукой между игрушками;  -Прокатывание мяча двумя руками и догнать его;  -Бросание мяча взрослому | -Влезание на стремянку с помощью взрослого(попытки);  -Проползание в два вертикально стоящих обруча;  -Подползание под две скамейки стоящих рядом;  -Подползание под гимнастическую палку, перелезание через бревно. |

Содержание образовательной деятельности в средней группе.

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

* развитие физических качеств {скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
* накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
* формирование у воспитанников потребности вдвигательной активности и физическом совершенствовании».

**Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта**

* Формировать правильную осанку.
* Закреплять и развивать умение ходить и бегать, согласовывая движе­ния рук и ног. Развивать умение бегать легко, ритмично, энергично оттал­киваясь носком.
* Приучать к выполнению действий по сигналу. Упражнять в построени­ях, соблюдении дистанции во время передвижения.
* Закреплять умение ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы.
* Развивать умение перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).
* Закреплять умение энергично отталкиваться и правильно приземляться впрыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве.
* В прыжках в длину и высоту с места формировать умение сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Формировать умение прыгать через короткую скакалку.
* Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).
* Развивать физические качества: гибкость, ловкость, быстроту, выносливость и др.
* Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

**Формирование потребности в двигательной активности, физическом совершенствовании.**

* Формировать умения и навыки правильного выполнения движений в различных формах организации двигательной деятельности детей. Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений.
* Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной де­ятельности.
* Закреплять умение выполнять ведущую роль в подвижной игре, осоз­нанно относиться к выполнению правил игры.
* Приучать детей к самостоятельному и творческому использованию физкультурного инвентаря и атрибутов для подвижных игр на прогулках.
* Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.
* Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации зна­комых игр.
* Приучать к выполнению действий по сигналу.
* Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Перспективный план работы по физической культуре в средней группе.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ходьба | бег | равновесие | прыжки | метание | Ползание, лазание |
| Сентябрь | Ходьба в колонне по одному.  Ходьба врассыпную.  Ходьба в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя.  Ходьба в колонне по одному на носках.  Ходьба в обход предметов, поставленных по углам зала.  Ходьба по доске, лежащей на полу. | Бег в колонне по одному.  Бег врассыпную.  Бег в колонне с остановкой по сигналу физрука.  Бег в колонне по одному на носках.  Бег с перешагиванием через шнуры (расстояние 50-60 см). | Ходьба и бег между двумя линиями (ширина 15-20 см, длина 3 м), руки в стороны. | Подпрыгивание на 2-х ногах на месте с поворотом кругом вправо и влево.  Прыжки на 2-х ногах, продвигаясь вперёд до кубика (кегли), на расстояние 3-4 м.  Подпрыгивание на 2-х ногах на месте.  Прыжки на 2-х ногах между кубиками, поставленными в один ряд на расстоянии 0,5 м один от другого (3-4 метра). | Прокатывание мячей друг другу (расстояние 2 м) из положения стойка на коленях, сидя на пятках, сидя на полу, ноги врозь.  Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. | Ползание под шнур, опираясь на ладони и колени.(h=50см).  Лазанье под дугой (комочек, не задевая верхнего края). |
| Октябрь | Ходьба в колонне по одному.  Ходьба с перешагиванием через предметы (40 см).  Ходьба врассыпную с остановкой по сигналу. | Бег с перешагиванием через предметы.  Бег врассыпную с остановкой по сигналу.  Бег на носках. | Ходьба по дорожке (20см).  Бег по дорожке (20 см). | Прыжки на 2-х ногах, продвигаясь вперёд до предмета (3 м).  Перепрыгивание из обруча в обруч на 2-х ногах. | Прокатывание мяча в прямом направлении. | Лазанье под шнур, не касаясь руками пола.  Подлезание под дугу (h=50см). |
| Ноябрь | Ходьба с изменением направления движения.  Ходьба «змейкой».  Ходьба по кругу.  Ходьба на носках. Ходьба врассыпную с остановкой по сигналу.  Ходьба по кругу, взявшись за руки. | Бег с изменением направления движения.  Бег по кругу.  Бег врассыпную с остановкой по сигналу.  Бег по кругу, взявшись за руки. | Ходьба по гимнастической скамейке (перешагивание через предметы).  Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом. | Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд.  Прыжки на 2-х ногах через предметы. | Прокатывание мячей друг другу (и.п. – стойка на коленях).  Перебрасывание мяча друг другу двумя руками снизу.  Броски мяча о землю и ловля его двумя руками.  Бросок мяча о пол одной рукой и ловля двумя руками. | Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени.  Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. |
| Декабрь | Ходьба в колонне по одному.  Ходьба врассыпную | Бег в колонне по одному.  Бег врассыпную. | Ходьба по шнуру, положенному по кругу.  Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, руки за головой. | Прыжки через предметы.  Прыжки со скамейки (h=20 см) Прыжки со скамейки (h=25 см).  Прыжки в обруч , из обруча. | Прокатывание мяча между предметами, подталкивая его двумя руками снизу и не отпуская его далеко от себя (расстояние между предметами 1 м).  Перебрасывание мячей друг другу с расстояния 1,5 м (двумя руками снизу). | Ползание на четвереньках по гим. Ск..  Ползание по гим. Ск. На животе. |
| Январь | Ходьба в колонне по одному.  Ходьба между предметами, поставленными врассыпную по всему залу.  Ходьба со сменой ведущего.  Ходьба с высоким подниманием колен. | Бег между предметами. | Ходьба по канату: пятки на канате, носки на полу, руки на поясе.  Ходьба на носках между предметами.  Ходьба по гим. ск. с мешочком на голове, руки на поясе. | Перепрыгиваание через канат справа и слева, помогая себе взмахом рук.  Прыжки с гимн. Ск. (h=25см).  Прыжки: ноги врозь, ноги вместе, продвигаясь вперёд. | Перебрасывание мячей друг другу с расстояния 2 м (двумя руками снизу).  Отбивание мяча о пол. | Ползание по г/ск с опорой на ладони и ступни.  Лазанье под шнур боком, не касаясь руками пола. |
| Февраль | Ходьба с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени. |  | Ходьба по г/ск. (на середине остановиться, поворот кругом, пройти дальше, сойти со скамейки.  Ходьба с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, руки на поясе.  Ходьба по г/ск. боком приставным шагом, с приседанием на середине скамейки. | Прыжки через предметы. | Перебрасывание мячей друг другу с расстояния 2 м (двумя руками снизу).  Прокатывание мячей между предметами.  Перебрасывание мячей друг другу.  Метание мешочков в вертикальную цель (от плеча). | Ползание по г/ск. на четвереньках.  Ползание по г/ск. на ладони и колени. |
| Март | Ходьба на носках между предметами.  Ходьба с выполнением заданий по команде.  Ходьба с изменением направления. | Бег с изменением направления. | Ходьба и бег по наклонной доске.  Ходьба по доске, положенной на пол. | Прыжки на двух ногах через верёвку.  Прыжки в длину с места. | Перебрасывание мячей через шнур.  Прокатывание мяча друг другу(сидя, ноги врозь).  Прокатывание мячей между предметами. | Ползание по г/ск. на животе.  Ползание по г/ск. с опорой на ладони и колени с мешочком на спине.  Ползание по г/ск. с опорой на ладони и ступни.  Лазанье по гим. стенке и передвижение по третьей рейке. |
| Апрель |  |  | Ходьба по гим. Ск. боком приставным шагом с мешочком на голове.  Ходьба по доске, лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой. | Прыжки на 2-х ногах через предметы.  Прыжки в длину с места.  Прыжки на 2-х ногах из обруча в обруч.  Прыжки на 2-х ногах между предметами. | Метание мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой.  Метание мячей в вертикальную цель от плеча.  Метание мешочков на дальность.  Метание мешочков правой и левой рукой на дальность. | Ползание по г/ск с опорой на ладони и колени. Ползание по г/ск. с опорой на ладони и ступни. |
| Май | Ходьба парами.  Ходьба врассыпную.  Ходьба в колонне по одному в чередовании с прыжками.  Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего.  Ходьба с остановкой по сигналу воспитателя.  Ходьба по кругу.  Ходьба с высоким подниманием колен. Ходьба с изменением направления движения. | Бег парами.  Бег врассыпную.  Бег по кругу.  Бег с изменением направления движения. | Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.  Ходьба по доске, лежащей на полу. | Прыжки в длину с места через препятствия.  Прыжки через короткую скакалку на двух ногах на месте.  Прыжки на 2-х ногах через шнур справа и слева, продвигаясь вперёд (дистанция 3 м). | Метание в вертикальную цель правой и левой рукой (от плеча).  Прокатывание мяча между предметами змейкой.  Перебрасывание мячей друг другу. | Ползание по гимнастической скамейке на животе.  Лазание на гимнастическую стенку и спуск с неё. |
| Июнь |  |  | Ходьба по г/ск боком приставным шагом, руки за головой.  Ходьба по г. ск. приставным шагом с перешагиванием через предмет. | Прыжки ноги врозь, ноги вместе с продвижением вперёд.  Прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперёд.  Прыжки на двух ногах через предмет. | Прокатывание мячей друг другу из положения сидя на пятках.  Ползание по г.ск. с опорой на ладони и колени.  Перебрасывание мячей друг другу. | Лазание по гимнастической стенке, переход на другой пролёт и спуск. |
| Июль | Ходьба по горизонтальному бревну, лежащему на земле. |  |  | Прыжки в длину с места.  Прыжки из обруча в обруч. | Прокатывание мячей большого диаметра друг другу из положения – стойка ноги врозь, мяч в согнутых руках перед собой.  Прокатывание мячей между предметами.  Ползание на четвереньках между предметами с опорой на ладони и колени | Подлезание под шнур прямо и боком, не касаясь руками пола. |
| август | Ходьба по доске боком приставным шагом с мешочком на голове. |  | Ходьба с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, руки за голову.  Ходьба по бревну боком приставным шагом. | Прыжки на правой и левой ноге.  Прыжки в длину с места. | Перебрасывание мяча через сетку и ловля его.  Метание мешочков в горизонтальную цель.  Прокатывание обручей друг другу.  Прокатывание обручей друг другу. |  |

**Содержание образовательной деятельности в старшей группе.**  
Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

* развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
* накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
* формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании».

**Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта.**

* Совершенствовать физические качества в разнообразных формах двига­тельной деятельности.
* Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно вы­полнять движения.
* Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость.
* Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.
* Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий.
* Закреплять умение лазать по гимнастической стенке, меняя темп.
* Совершенствовать умение прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.
* Закреплять умение сочетать замах с броском при метании, подбрасы­вать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.
* Знакомить со спортивными играми и упражнениями, с играми с элементами соревнования, играми-эстафетами.  
  **Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.**
* Развивать самостоятельность, творчество; формировать выразительность и грациозность движений.
* Воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.
* Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.
* Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место.
* Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им наиболее важные сведения о событиях спортивной жизни страны.
* Во время физкультурных досугов и праздников привлекать дошкольников к активному участию в коллективных играх, развлечениях, соревнова­ниях.

Перспективный план работы по физической культуре в старшей группе.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ходьба | бег | равновесие | прыжки | метание | Ползание, лазание |
| Сентябрь | Ходьба в колонне по одному.  Ходьба между предметами.  Ходьба на носках.  Ходьба врассыпную с остановкой по сигналу.  Ходьба с высоким подниманием колен.  Ходьба в различном темпе в чередовании с обычной ходьбой. | Бег колонной по одному.  Бег врассыпную.  Не прерывный бег продолжительностью до 1 мин. | Ходьба по гимнастической скамейке (через набивные мячи, руки за головой).  Ходьба, перешагивание через препятствие- бруски или кубики. | Прыжки на 2-х ногах, продвигаясь вперёд между предметами  ( змейкой 4 м).  Прыжки в высоту с места.  Прыжки на 2-х ногах с мешочком, зажатым между колен(дистанция 3-4 м.) | Броски мяча о пол и ловля его двумя руками.  Броски мяча вверх и ловля его двумя руками, с хлопком в ладоши. Перебрасывание мячей друг другу(расстояние 2,5 м.) | Ползание на четвереньках между предметами.  Ползанье по гимнастической скамейки с опорой на предплечья и колени.  Пролезание в обруч боком, не задевая верхний край. |
| Октябрь | Ходьба в колонне по одному.  Ходьба с высоким подниманием колен.  Ходьба с поворотом в другую сторону.  Ходьба в колонне по одному на носках.  Ходьба в колонне по одному с перешагиванием через 5-6 шнуров.  Ходьба в колонне по два.  Ходьба «змейкой».  Ходьба врассыпную. | Не прерывный бег продолжительностью до 1 мин.  Бег в умеренном темпе.  Бег врассыпную. | Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.  Ходьба по гимнастической скамейке боком ,приставным шагом перешагивая через набивные мячи.  Ходьба по гимнастической скамейке, на середине перешагнув через предмет. | Прыжки на 2-х ногах через шнуры.  Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги.  Прыжки на 2-х ногах на препятствие (мат) высотой 20 см.  Прыжки на препятствие (высота 20 см.) | Броски мяча 2-мя руками от груди друг другу(расстояние 2,5 м.)  Броски мяча друг другу (из-за головы).Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой. (2,5 м.) | Ползание на гимнастической скамейке на четвереньках.  Ползание на гимнастической скамейке на четвереньках с переползанием через препятствие.  Ползание на четвереньках между предметами.  Пролезание в обруч боком, не касаясь руками пола.  Ползание на четвереньках (через гимнастическую скамейку). |
| Ноябрь | Ходьба с высоким подниманием колен.  Ходьба с ускорением и замедлением темпа.  Ходьба на носках, руки за головой, между набивными мячами.  Ходьба врассыпную.  Ходьба с выполнением заданий по команде. | Бег врассыпную.  Не прерывный бег продолжительностью до 1 мин.  Бег между предметами.  Бег в среднем темпе продолжительностью до 1,5 мин. | Ходьба по гимнастической скамейке (перекладывая мяч из одной руки в другую).  Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. | Прыжки по прямой (2м.) ,попеременно на правой и левой ноге.  Прыжки на правой и левой ноге до предмета(5м.) | Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы.  Ведение мяча, продвигаясь в перед(4-5м.) | Переползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь 2-мя руками(хват рук с боков).  Ползание на четвереньках, подталкивая мяч головой.  Ползанье по гимнастической скамейки с опорой на предплечья и колени.  Подлезание под шнур(40 см.) прямо и боком. |
| Декабрь | Ходьба в колоне по одному. Ходьба врассыпную. Ходьба по кругу.  Ходьба по кругу, взявшись за руки. | Бег между предметами(мячами).Бег врассыпную. Бег по кругу.  Бег по кругу, взявшись за руки. | Ходьба по наклонной доске прямо, боком руки в стороны. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки в стороны (или на поясе).  Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, с мешочком на голове.  Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов ребенка. | Перепрыгивание на двух ногах через бруски (расстояние между брусками 50 см). Перепрыгивание через шнур, положенный вдоль зала, справа и слева от него, продвигаясь вперед на расстояние 4 м. Подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед, на расстояние 5 м. Прыжки попеременно на правой и левой ноге.  Прыжки на правой и левой ноге между кеглями (расстояние между кеглями 40 см).  Прыжки между кеглями на двух ногах с мешочком, зажатым между колен. | Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы друг другу, стоя в шеренгах (способ — стоя на коленях). Подбрасывание мяча двумя руками вверх и ловля его после хлопка в ладоши. Прокатывание набивного мяча (вес 1 кг) в прямом направлении. Перебрасывание мяча стоя в шеренгах (двумя руками снизу) с расстояния 2,5 м.  Бросание мяча о стену. | Ползание на четвереньках между кеглями, не задевая за них. Ползание на четвереньках между кеглями, подталкивая перед собой головой мяч.  Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками (хват рук с боков скамейки).  Ползание с мешочком на спине на четвереньках, с опорой на ладони и колени.  Влезание по гимнастической стенке до верха, не пропуская реек. |
| Январь | Ходьба между кубиками, расположены в шахматном порядке.  Ходьба в среднем темпе за воспитателем между предметами.  Ходьба в колонне по одному.  Ходьба по кругу с выполнением задания с поворотом в другую сторону.  Ходьба в колонне по одному «змейкой> между кеглями. | Бег между кубиками, расположены в шахматном порядке.  Бег в среднем темпе за воспитателем между предметами.  Бег по кругу с выполнением задания с поворотом в другую сторону.  Бег врассыпную. | Ходьба и бег по наклонной доске (высота 40 см, ширина 20 см).  Ходьба и бег по наклонной доске, балансируя руками.  Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на поясе.  Ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове, руки в стороны.  Ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой. | Прыжки на правой и левой ноге между кубиками (расстояние 5 м).  Прыжки на двух ногах через набивные мячи (5—6 шт.), положенные в шахматном порядке (расстояние между мячами 50 см).  Прыжки в длину с места (расстояние 40 см).  Прыжки в длину с места (расстояние 50 см).  Прыжки через шнуры (6—8 шт.) на двух ногах без паузы; расстояние между ними 50 см. | Метание — забрасывание мяча в корзину двумя руками.  Перебрасывание мяча (двумя руками от груди) в шеренгах друг другу (расстояние между Детьми 3 м).  Бросание мяча вверх.  Перебрасывание мячей двумя руками снизу (расстояние между детьми 3 м).  Перебрасывание мяча друг другу (двумя руками от груди), стоя в шеренгах на расстоянии 3 м.  Перебрасывание мяча (диаметр 10—12 см) друг другу и ловля его после отскока от пола. | Проползание под дугами на четвереньках, подталкивая мяч головой перед собой.  Переползание через препятствие и подлезание под дугу, не касаясь руками пола.  Пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего края обода, в группировке.  Влезание на гимнастическую стенку и ходьба по четвертой рейке, спуск вниз. |
| Февраль | Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя ходьба врассыпную.  Ходьба по кругу.  Ходьба между предметами.  Ходьба в колонне по одному.  Ходьба в колонне по одному с поворотами по сигналу воспитателя. | Бег в колонне по одному до 1,5 мин.  Бег по кругу.  Бег между предметами.  Бег за воспитателем между предметами и с изменением направления движения до 2 мин. | Ходьба по наклонной доске (ширина 15 см, высота 30 см), руки в стороны.  Бег по наклонной доске, спуск шагом.  Ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд (расстояние между ними 30 см).  Ходьба по гимнастической Скамейке, руки на поясе, приставляя пятку одной ноги к носку другой. | Прыжки - перепрыгивание через бруски (6-8 шт. высотой до 10 см) без паузы.  Прыжки через бруски правым и левым боком.  Прыжки в длину с места (расстояние 50 см).  Прыжки на двух ногах через шнуры.  Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед до обозначенного места (расстояние 6 м).  Прыжки с ноги на ногу между предметами, поставленными в один ряд. | Забрасывание мячей в корзину (кольцо) с расстояния 2 м двумя руками из-за головы.  Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди.  Отбивание мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом (расстояние 6 м).  Перебрасывание малого мяча одной рукой, ловля двумя руками.  Метание мешочков в вертикальную цель правой рукой (от плеча) е расстояния 3 м.  Отбивания мяча в ходьбе (баскетбольный вариант мяч большого диаметра) на расстояние 8 м.  Подбрасывание мяча и ловля его правой и левой рукой. | Лазанье - подлезание под дугу, не касаясь руками пола, в группировке (высота 40 см).  Ползание на четвереньках между кеглями.  Подлезание под палку (шнур) высотой 40 см.  Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. |
| Март | Ходьба в колонне по одному, по сигналу поворот в другую сторону.  Ходьба в колонне по одному.  Ходьба по кругу.  Ходьба врассыпную, между кубиками.  Ходьба с выполнением задания. | Бег с поворотами в другую сторону.  Бег за воспитателем (до 2 мин)  Бег по кругу.  Бег врассыпную, между кубиками. | Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе.  Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагам, на середине присесть, встать и пройти дальше, руки за головой.  Ходьба по гимнастической скамейке, на середине повернуться кругом и пройти дальше.  Ходьба на носках между набивными мячами.  Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки за головой. | Прыжки из обруча в обруч, положенные на расстоянии 40 см один от другого (6—8 обручей).  Прыжки на двух ногах через набивные мячи (5—б шт.), положенные в один ряд.  Прыжок в высоту с разбега (высота 30 см).  Прыжки на двух ногах между кеглями.  Прыжки правым (левым) боком через короткие шнуры, положенные на расстоянии 40 см один от другого.  Прыжки из обруча в обруч на одной и на двух ногах. | Перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола посредине между шеренгами. Бросание одной рукой, а ловля двумя.  Перебрасывание мячей с отскоком от пола и ловля их двумя руками с хлопком в ладоши.  Метание мешочков в цель правой и левой рукой (от плеча).  Метание мешочков горизонтальную цель с расстояния 3 м одной рукой снизу. | Ползание на четвереньках между кеглями.  Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни «По-медвежьи».  Подлезание под шнур (палку) боком справа и слева.  Подлезание под дугу (подряд 4—5 шт.), не касаясь руками пола. |
| Апрель | Ходьба в колонне по одному по кругу.  Ходьба и бег в колонне по одному в чередовании.  Ходьба между предметами.  Ходьба в колонне по одному между предметами, не задевая их. | Бег в колонне по одному по кругу.  Бег между предметами.  Бег до 1 мин в среднем темпе.  Бег «змейкой». | Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на 360˚ на середине.  Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной.  Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за голову.  Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны, приставляя пятку одной ноги к носку другой.  Ходьба по канату (шнуру) боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе.  Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на поясе, носки оттянуты. | Прыжки из обруча в обруч (6—8 шт.) на правой и левой ноге.  Прыжки на двух ногах правым боком (3 прыжка), затем поворот в прыжке на 180° и продолжение прыжков левым боком.  Прыжки через короткую скакалку на месте, вращая ее вперед, до 5—6 подпрыгиваний подряд.  Прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед.  Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева, продвигаясь вперед (расстояние 3 м). | Метание в вертикальную цель с расстояния 4 м правой и левой рукой.  Подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля его после отскока от пола двумя руками.  Прокатывание обруча друг другу, стоя в шеренгах.  Метание мешочков в вертикальную цель с расстояния З м одной рукой (правой и левой) способом от плеча. | Пролезание в обруч.  Ползание по полу с последующим переползанием через скамейку.  Переползание через скамейку в чередовании с ходьбой.  Лазанье по гимнастической стенке одноименным способом и спуск вниз, не пропуская реек. |
| Май | Ходьба парами с поворотом в другую сторону.  Ходьба, высоко поднимая колени.  Ходьба в колонне по одному.  Ходьба врассыпную. | Бег парами с поворотом в другую сторону.  Бег в среднем темпе до 1,5 мин между предметами.  Бег в умеренном темпе за воспитателем между предметами до 2 мин.  Бег врассыпную.  Бег на скорость (дистанция 20 м). | Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи, положенные на расстоянии двух шагов ребенка, руки на поясе.  Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через набивные мячи, руки за головой.  Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше.  Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на поясе.  Ходьба с перешагиванием через мячи боком, поднимая высоко колени. | Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (расстояние 4 м) до флажка.  Прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед на расстояние 5 м.  Прыжки в длину с разбега.  Прыжки на двух ногах между кеглями.  Прыжки на правой и левой ноге между кеглями. | Бросание мяча (диаметр 8-—10 см) о стену с расстояния 3 м одной рукой, а ловля двумя руками.  Перебрасывание мяча друг другу, стоя в шеренгах, и ловля его двумя руками после отскока от пола.  Перебрасывание мяча (диаметр 20 см) друг другу двумя руками от груди.  Забрасывание мяча в корзину (кольцо) с расстояния 2 м.  Бросание мяча о пол одной рукой, а ловля двумя. | Ползание по прямой на ладонях и ступнях «по-медвежьи» (расстояние 5 м).  Подлезание под дугу (обруч).  Лазанье - пролезание в обруч правым (левым) боком.  Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками (хват рук с боков скамейки). |
| Июнь,  июль, август | Ходьба в колонне, перешагивая через скакалки.  Ходьба в колонне по одному между предметами.  Ходьба на носках, пятках в чередовании с обычной ходьбой.  Ходьба в колонне по одному, с хлопками в ладоши на счет 1—4, на счет 5—8 — обычная ходьба. | Бег в колонне по одному в среднем темпе.  Бег на скорость (на 20 м), затем переход на бег без ускорения. | Ходьба по бревну, руки свободно балансируют.  Ходьба по бревну, руки на поясе.  Ходьба на носках между шнурами (ширина 15 см), руки за головой.  Ходьба на носках между набивными мячами, руки на поясе. | Прыжки через скакалку на месте и с продвижением вперед на расстояние 8—10 м.  Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен (расстояние 5 м).  Прыжок в высоту с разбега, способом согнув ноги. | Метание мешочков в корзину (обруч) с расстояния 3 м.  Прокатывание набивных мячей в прямом направлении.  Метание мячей (мешочков) на дальность.  Перебрасывание мячей друг другу одной рукой из-за головы и ловля их двумя руками.  Прокатывание набивных мячей друг другу двумя руками снизу сильным отталкиванием вперед в руки партнеру (расстояние между детьми 4 м). | Подлезание под шнур в группировке.  Подлезание под 3—4 дуги.  .Лазанье по гимнастической стенке изученными способами (каждый ребенок выбирает удобный для себя способ лазанья).  Лазанье по гимнастической стенке, ходьба по четвертой рейке и спуск вниз. |

**Содержание образовательной деятельности в подготовительной группе.**  
Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

* Охранять и укреплять здоровье детей, формировать у них привычку к здоровому образу жизни;
* Содействовать своевременному и полноценному психическому развитию каждого ребёнка, способствуя становлению деятельности;
* Содействовать своевременному и полноценному психическому развитию каждого ребёнка, способствуя становлению сознания.

**Охранять и укреплять здоровье детей, формировать у них**

**привычку к здоровому образу жизни:**

* содействовать полноценному физическому развитию;

https://studfiles.net/html/2706/542/html_C7NM4sOFzX.0qoy/htmlconvd-LV5W3v111xi2.jpgсоздавать условия для совершенствования основных физических качеств;

продолжать поддерживать и развивать потребность в разнообразной самостоятельной двигательной активности;

https://studfiles.net/html/2706/542/html_C7NM4sOFzX.0qoy/htmlconvd-LV5W3v111xi3.jpgобогащать двигательный опыт детей за счёт общеразвивающих и спортивных упражнений;

https://studfiles.net/html/2706/542/html_C7NM4sOFzX.0qoy/htmlconvd-LV5W3v111xi4.jpgобучать детей технике выполнения основных движений;

обеспечивать безопасность жизнедеятельности;

укреплять здоровье детей:

https://studfiles.net/html/2706/542/html_C7NM4sOFzX.0qoy/htmlconvd-LV5W3v111xi5.jpgшироко использовать спортивные игры и упражнения, корригирующие упражнения, элементы ЛФК для профилактики нарушений осанки,опорно-дви-гательного аппарата, плоскостопия;

https://studfiles.net/html/2706/542/html_C7NM4sOFzX.0qoy/htmlconvd-LV5W3v111xi6.jpgследить за поддержанием правильной осанки во время разных видов деятельности;

https://studfiles.net/html/2706/542/html_C7NM4sOFzX.0qoy/htmlconvd-LV5W3v111xi7.jpgукреплять организм, используя естественные природные закаливающие факторы (солнечный свет, воздух, вода);

https://studfiles.net/html/2706/542/html_C7NM4sOFzX.0qoy/htmlconvd-LV5W3v111xi8.jpgизбегать перегрузки организованными занятиями;

обеспечивать рациональный режим дня, сбалансированное качественное питание, дневной сон, достаточное пребывание на свежем воздухе;

https://studfiles.net/html/2706/542/html_C7NM4sOFzX.0qoy/htmlconvd-LV5W3v111xi9.jpgформировать сознательное отношение к окружающей среде, воспитывать здоровую брезгливость и стремление к чистоте;https://studfiles.net/html/2706/542/html_C7NM4sOFzX.0qoy/htmlconvd-LV5W3v111xi10.jpgразвивать самоконтроль при выполнении правил и норм личной гигиены; совершенствовать навыки самообслуживания.

**Содействовать своевременному и полноценному психическому развитию каждого ребёнка, способствуя становлению деятельности:**

https://studfiles.net/html/2706/542/html_C7NM4sOFzX.0qoy/htmlconvd-LV5W3v111xi11.jpgпоощрять двигательную активность ребёнка и создавать условия для её развития путём развития основных движений (ходьба, бег, прыжки, равновесие, лазанье, метание) и физических качеств (быстрота, гибкость, ловкость, сила, выносливость), а также удовлетворения потребности ребёнка в движении в течение дня;

https://studfiles.net/html/2706/542/html_C7NM4sOFzX.0qoy/htmlconvd-LV5W3v111xi12.jpgобучать детей элементам спортивных игр, осваивать их правила и учиться подчиняться им. Совершенствовать навыки произвольности, тренировать внимание, скорость реакции в подвижных играх;

https://studfiles.net/html/2706/542/html_C7NM4sOFzX.0qoy/htmlconvd-LV5W3v111xi13.jpgдать представление о совместной распределённой деятельности в команде. Учить детей действовать в команде.

**Содействовать своевременному и полноценному психическому развитию каждого ребёнка, способствуя становлению сознания:**

формировать основы культуры здоровья:

https://studfiles.net/html/2706/542/html_C7NM4sOFzX.0qoy/htmlconvd-LV5W3v112xi2.jpgрассказывать детям о строении и работе важнейших органов и систем организма;

знакомить их с правилами личной безопасности в быту и в различных жизненных ситуациях. Учить предвидеть простейшие последствия собственных действий;

https://studfiles.net/html/2706/542/html_C7NM4sOFzX.0qoy/htmlconvd-LV5W3v112xi3.jpgзакреплять действия, направленные на охрану здоровья окружающих (отворачиваться, когда кашляешь; закрываться платком, когда чихаешь);

https://studfiles.net/html/2706/542/html_C7NM4sOFzX.0qoy/htmlconvd-LV5W3v112xi4.jpgрасширять знания о правилах безопасного поведения на природе, на улице; передавать детям знания о правилах безопасности дорожного движения в качестве пешехода и пассажира транспортного средства;https://studfiles.net/html/2706/542/html_C7NM4sOFzX.0qoy/htmlconvd-LV5W3v112xi5.jpgформировать осознанное выполнение требований безопасности; поддерживать проявления осторожности и осмотрительности.

**Содействовать своевременному и полноценному психическому развитию каждого ребёнка, закладывая основы личности, приобщая детей к ценностям физической культуры и занятий спортом.**

Перспективный план работы по физической культуре в подготовительной группе.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ходьба | бег | равновесие | прыжки | метание | Ползание, лазание |
| Сентябрь | Ходьба в колонне по одному.  Ходьба между предметами.  Ходьба на носках.  Ходьба врассыпную с остановкой по сигналу.  Ходьба с высоким подниманием колен.  Ходьба в различном темпе в чередовании с обычной ходьбой. | Бег колонной по одному.  Бег врассыпную.  Не прерывный бег продолжительностью до 1 мин. | Ходьба по гимнастической скамейке (через набивные мячи, руки за головой).  Ходьба, перешагивание через препятствие- бруски или кубики. | Прыжки на 2-х ногах, продвигаясь вперёд между предметами  ( змейкой 4 м).  Прыжки в высоту с места.  Прыжки на 2-х ногах с мешочком, зажатым между колен(дистанция 3-4 м.) | Броски мяча о пол и ловля его двумя руками.  Броски мяча вверх и ловля его двумя руками, с хлопком в ладоши. Перебрасывание мячей друг другу(расстояние 2,5 м.) | Ползание на четвереньках между предметами.  Ползанье по гимнастической скамейки с опорой на предплечья и колени.  Пролезание в обруч боком, не задевая верхний край. |
| Октябрь | Ходьба в колонне по одному.  Ходьба с высоким подниманием колен.  Ходьба с поворотом в другую сторону.  Ходьба в колонне по одному на носках.  Ходьба в колонне по одному с перешагиванием через 5-6 шнуров.  Ходьба в колонне по два.  Ходьба «змейкой».  Ходьба врассыпную. | Не прерывный бег продолжительностью до 1 мин.  Бег в умеренном темпе.  Бег врассыпную. | Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.  Ходьба по гимнастической скамейке боком ,приставным шагом перешагивая через набивные мячи.  Ходьба по гимнастической скамейке, на середине перешагнув через предмет. | Прыжки на 2-х ногах через шнуры.  Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги.  Прыжки на 2-х ногах на препятствие (мат) высотой 20 см.  Прыжки на препятствие (высота 20 см.) | Броски мяча 2-мя руками от груди друг другу(расстояние 2,5 м.)  Броски мяча друг другу (из-за головы).Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой. (2,5 м.) | Ползание на гимнастической скамейке на четвереньках.  Ползание на гимнастической скамейке на четвереньках с переползанием через препятствие.  Ползание на четвереньках между предметами.  Пролезание в обруч боком, не касаясь руками пола.  Ползание на четвереньках (через гимнастическую скамейку). |
| Ноябрь | Ходьба с высоким подниманием колен.  Ходьба с ускорением и замедлением темпа.  Ходьба на носках, руки за головой, между набивными мячами.  Ходьба врассыпную.  Ходьба с выполнением заданий по команде. | Бег врассыпную.  Не прерывный бег продолжительностью до 1 мин.  Бег между предметами.  Бег в среднем темпе продолжительностью до 1,5 мин. | Ходьба по гимнастической скамейке (перекладывая мяч из одной руки в другую).  Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. | Прыжки по прямой (2м.) ,попеременно на правой и левой ноге.  Прыжки на правой и левой ноге до предмета(5м.) | Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы.  Ведение мяча, продвигаясь в перед(4-5м.) | Переползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь 2-мя руками(хват рук с боков).  Ползание на четвереньках, подталкивая мяч головой.  Ползанье по гимнастической скамейки с опорой на предплечья и колени.  Подлезание под шнур(40 см.) прямо и боком. |
| Декабрь | Ходьба в колоне по одному. Ходьба врассыпную. Ходьба по кругу.  Ходьба по кругу, взявшись за руки. | Бег между предметами(мячами).Бег врассыпную. Бег по кругу.  Бег по кругу, взявшись за руки. | Ходьба по наклонной доске прямо, боком руки в стороны. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки в стороны (или на поясе).  Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, с мешочком на голове.  Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов ребенка. | Перепрыгивание на двух ногах через бруски (расстояние между брусками 50 см). Перепрыгивание через шнур, положенный вдоль зала, справа и слева от него, продвигаясь вперед на расстояние 4 м. Подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед, на расстояние 5 м. Прыжки попеременно на правой и левой ноге.  Прыжки на правой и левой ноге между кеглями (расстояние между кеглями 40 см).  Прыжки между кеглями на двух ногах с мешочком, зажатым между колен. | Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы друг другу, стоя в шеренгах (способ — стоя на коленях). Подбрасывание мяча двумя руками вверх и ловля его после хлопка в ладоши. Прокатывание набивного мяча (вес 1 кг) в прямом направлении. Перебрасывание мяча стоя в шеренгах (двумя руками снизу) с расстояния 2,5 м.  Бросание мяча о стену. | Ползание на четвереньках между кеглями, не задевая за них. Ползание на четвереньках между кеглями, подталкивая перед собой головой мяч.  Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками (хват рук с боков скамейки).  Ползание с мешочком на спине на четвереньках, с опорой на ладони и колени.  Влезание по гимнастической стенке до верха, не пропуская реек. |
| Январь | Ходьба между кубиками, расположены в шахматном порядке.  Ходьба в среднем темпе за воспитателем между предметами.  Ходьба в колонне по одному.  Ходьба по кругу с выполнением задания с поворотом в другую сторону.  Ходьба в колонне по одному «змейкой> между кеглями. | Бег между кубиками, расположены в шахматном порядке.  Бег в среднем темпе за воспитателем между предметами.  Бег по кругу с выполнением задания с поворотом в другую сторону.  Бег врассыпную. | Ходьба и бег по наклонной доске (высота 40 см, ширина 20 см).  Ходьба и бег по наклонной доске, балансируя руками.  Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на поясе.  Ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове, руки в стороны.  Ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой. | Прыжки на правой и левой ноге между кубиками (расстояние 5 м).  Прыжки на двух ногах через набивные мячи (5—6 шт.), положенные в шахматном порядке (расстояние между мячами 50 см).  Прыжки в длину с места (расстояние 40 см).  Прыжки в длину с места (расстояние 50 см).  Прыжки через шнуры (6—8 шт.) на двух ногах без паузы; расстояние между ними 50 см. | Метание — забрасывание мяча в корзину двумя руками.  Перебрасывание мяча (двумя руками от груди) в шеренгах друг другу (расстояние между Детьми 3 м).  Бросание мяча вверх.  Перебрасывание мячей двумя руками снизу (расстояние между детьми 3 м).  Перебрасывание мяча друг другу (двумя руками от груди), стоя в шеренгах на расстоянии 3 м.  Перебрасывание мяча (диаметр 10—12 см) друг другу и ловля его после отскока от пола. | Проползание под дугами на четвереньках, подталкивая мяч головой перед собой.  Переползание через препятствие и подлезание под дугу, не касаясь руками пола.  Пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего края обода, в группировке.  Влезание на гимнастическую стенку и ходьба по четвертой рейке, спуск вниз. |
| Февраль | Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя ходьба врассыпную.  Ходьба по кругу.  Ходьба между предметами.  Ходьба в колонне по одному.  Ходьба в колонне по одному с поворотами по сигналу воспитателя. | Бег в колонне по одному до 1,5 мин.  Бег по кругу.  Бег между предметами.  Бег за воспитателем между предметами и с изменением направления движения до 2 мин. | Ходьба по наклонной доске (ширина 15 см, высота 30 см), руки в стороны.  Бег по наклонной доске, спуск шагом.  Ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд (расстояние между ними 30 см).  Ходьба по гимнастической Скамейке, руки на поясе, приставляя пятку одной ноги к носку другой. | Прыжки - перепрыгивание через бруски (6-8 шт. высотой до 10 см) без паузы.  Прыжки через бруски правым и левым боком.  Прыжки в длину с места (расстояние 50 см).  Прыжки на двух ногах через шнуры.  Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед до обозначенного места (расстояние 6 м).  Прыжки с ноги на ногу между предметами, поставленными в один ряд. | Забрасывание мячей в корзину (кольцо) с расстояния 2 м двумя руками из-за головы.  Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди.  Отбивание мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом (расстояние 6 м).  Перебрасывание малого мяча одной рукой, ловля двумя руками.  Метание мешочков в вертикальную цель правой рукой (от плеча) е расстояния 3 м.  Отбивания мяча в ходьбе (баскетбольный вариант мяч большого диаметра) на расстояние 8 м.  Подбрасывание мяча и ловля его правой и левой рукой. | Лазанье - подлезание под дугу, не касаясь руками пола, в группировке (высота 40 см).  Ползание на четвереньках между кеглями.  Подлезание под палку (шнур) высотой 40 см.  Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. |
| Март | Ходьба в колонне по одному, по сигналу поворот в другую сторону.  Ходьба в колонне по одному.  Ходьба по кругу.  Ходьба врассыпную, между кубиками.  Ходьба с выполнением задания. | Бег с поворотами в другую сторону.  Бег за воспитателем (до 2 мин)  Бег по кругу.  Бег врассыпную, между кубиками. | Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе.  Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагам, на середине присесть, встать и пройти дальше, руки за головой.  Ходьба по гимнастической скамейке, на середине повернуться кругом и пройти дальше.  Ходьба на носках между набивными мячами.  Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки за головой. | Прыжки из обруча в обруч, положенные на расстоянии 40 см один от другого (6—8 обручей).  Прыжки на двух ногах через набивные мячи (5—б шт.), положенные в один ряд.  Прыжок в высоту с разбега (высота 30 см).  Прыжки на двух ногах между кеглями.  Прыжки правым (левым) боком через короткие шнуры, положенные на расстоянии 40 см один от другого.  Прыжки из обруча в обруч на одной и на двух ногах. | Перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола посредине между шеренгами. Бросание одной рукой, а ловля двумя.  Перебрасывание мячей с отскоком от пола и ловля их двумя руками с хлопком в ладоши.  Метание мешочков в цель правой и левой рукой (от плеча).  Метание мешочков горизонтальную цель с расстояния 3 м одной рукой снизу. | Ползание на четвереньках между кеглями.  Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни «По-медвежьи».  Подлезание под шнур (палку) боком справа и слева.  Подлезание под дугу (подряд 4—5 шт.), не касаясь руками пола. |
| Апрель | Ходьба в колонне по одному по кругу.  Ходьба и бег в колонне по одному в чередовании.  Ходьба между предметами.  Ходьба в колонне по одному между предметами, не задевая их. | Бег в колонне по одному по кругу.  Бег между предметами.  Бег до 1 мин в среднем темпе.  Бег «змейкой». | Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на 360˚ на середине.  Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной.  Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за голову.  Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны, приставляя пятку одной ноги к носку другой.  Ходьба по канату (шнуру) боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе.  Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на поясе, носки оттянуты. | Прыжки из обруча в обруч (6—8 шт.) на правой и левой ноге.  Прыжки на двух ногах правым боком (3 прыжка), затем поворот в прыжке на 180° и продолжение прыжков левым боком.  Прыжки через короткую скакалку на месте, вращая ее вперед, до 5—6 подпрыгиваний подряд.  Прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед.  Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева, продвигаясь вперед (расстояние 3 м). | Метание в вертикальную цель с расстояния 4 м правой и левой рукой.  Подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля его после отскока от пола двумя руками.  Прокатывание обруча друг другу, стоя в шеренгах.  Метание мешочков в вертикальную цель с расстояния З м одной рукой (правой и левой) способом от плеча. | Пролезание в обруч.  Ползание по полу с последующим переползанием через скамейку.  Переползание через скамейку в чередовании с ходьбой.  Лазанье по гимнастической стенке одноименным способом и спуск вниз, не пропуская реек. |
| Май | Ходьба парами с поворотом в другую сторону.  Ходьба, высоко поднимая колени.  Ходьба в колонне по одному.  Ходьба врассыпную. | Бег парами с поворотом в другую сторону.  Бег в среднем темпе до 1,5 мин между предметами.  Бег в умеренном темпе за воспитателем между предметами до 2 мин.  Бег врассыпную.  Бег на скорость (дистанция 20 м). | Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи, положенные на расстоянии двух шагов ребенка, руки на поясе.  Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через набивные мячи, руки за головой.  Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше.  Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на поясе.  Ходьба с перешагиванием через мячи боком, поднимая высоко колени. | Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (расстояние 4 м) до флажка.  Прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед на расстояние 5 м.  Прыжки в длину с разбега.  Прыжки на двух ногах между кеглями.  Прыжки на правой и левой ноге между кеглями. | Бросание мяча (диаметр 8-—10 см) о стену с расстояния 3 м одной рукой, а ловля двумя руками.  Перебрасывание мяча друг другу, стоя в шеренгах, и ловля его двумя руками после отскока от пола.  Перебрасывание мяча (диаметр 20 см) друг другу двумя руками от груди.  Забрасывание мяча в корзину (кольцо) с расстояния 2 м.  Бросание мяча о пол одной рукой, а ловля двумя. | Ползание по прямой на ладонях и ступнях «по-медвежьи» (расстояние 5 м).  Подлезание под дугу (обруч).  Лазанье - пролезание в обруч правым (левым) боком.  Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками (хват рук с боков скамейки). |
| Июнь,  июль, август | Ходьба в колонне, перешагивая через скакалки.  Ходьба в колонне по одному между предметами.  Ходьба на носках, пятках в чередовании с обычной ходьбой.  Ходьба в колонне по одному, с хлопками в ладоши на счет 1—4, на счет 5—8 — обычная ходьба. | Бег в колонне по одному в среднем темпе.  Бег на скорость (на 20 м), затем переход на бег без ускорения. | Ходьба по бревну, руки свободно балансируют.  Ходьба по бревну, руки на поясе.  Ходьба на носках между шнурами (ширина 15 см), руки за головой.  Ходьба на носках между набивными мячами, руки на поясе. | Прыжки через скакалку на месте и с продвижением вперед на расстояние 8—10 м.  Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен (расстояние 5 м).  Прыжок в высоту с разбега, способом согнув ноги. | Метание мешочков в корзину (обруч) с расстояния 3 м.  Прокатывание набивных мячей в прямом направлении.  Метание мячей (мешочков) на дальность.  Перебрасывание мячей друг другу одной рукой из-за головы и ловля их двумя руками.  Прокатывание набивных мячей друг другу двумя руками снизу сильным отталкиванием вперед в руки партнеру (расстояние между детьми 4 м). | Подлезание под шнур в группировке.  Подлезание под 3—4 дуги.  .Лазанье по гимнастической стенке изученными способами (каждый ребенок выбирает удобный для себя способ лазанья).  Лазанье по гимнастической стенке, ходьба по четвертой рейке и спуск вниз. |

# 2.2.Формы, методы и приёмы реализации программы.

Современные методы образования дошкольников,

рекомендации по их применению в образовательном процессе.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Название метода* | *Определение метода* | *Рекомендация по их применению* |
| Методы по источнику знаний | | |
| Словесные | Словесные методы подразделяются на следующие виды: рассказ, объяснение, беседа. | Словесные методы позволяют в кратчайший срок передать информацию детям. |
| Наглядные | Под наглядными методами образования понимаются такие методы, при которых ребенок получает информацию, с помощью наглядных пособий и технических средств. Наглядные методы используются во взаимосвязи со словесными и практическими методами обучения. Наглядные методы образования условно можно подразделить на две большие группы: метод иллюстраций и метод демонстраций. | *Метод иллюстраций* предполагает показ детям иллюстративных пособий: плакатов, картин, зарисовок на доске и пр. Метод демонстраций связан с показом мульфильмов, диафильмов и др. Такое подразделение средств наглядности на иллюстративные и демонстрационные является условным. Оно не исключает возможности отнесения отдельных средств наглядности как к группе иллюстративных, так и демонстрационных. В современных условиях особое внимание уделяется применению такого средства наглядности, как компьютер индивидуального пользования. Компьютеры дают возможность воспитателю моделировать определенные процессы и ситуации, выбирать из ряда возможных решений оптимальные по определенным критериям, т.е. значительно расширяют возможности наглядных методов в образовательном процессе при реализации ПООП дошкольного образования. |
| Практические | Практические методы обучения основаны на практической деятельности детей и формируют практические умения и навыки. | Выполнение практических заданий проводится после знакомства детей с тем или иным содержанием и носят обобщающий характер. Упражнения могут проводиться не только в организованной образовательной деятельности, но и в самостоятельной деятельности. |
| Методы по характеру образовательной деятельности детей. | | |
| Информационно-рецептивный | Воспитатель сообщает детям готовую информацию, а они ее воспринимают, осознают и фиксируют в памяти. | Один из наиболее экономных способов передачи информации. Однако при использовании этого метода обучения не формируются умения и навыки пользоваться полученными знаниями. |
| Репродуктивный | Суть метода состоит в многократном повторении способа деятельности по заданию воспитателя. | Деятельность воспитателя заключается в разработке и сообщении образца, а деятельность детей – в выполнении действий по образцу. |
| Проблемное изложение | Воспитатель ставит перед детьми проблему – сложный теоретический или практический вопрос, требующий исследования, разрешения, и сам показывает путь ее решения, вскрывая возникающие противоречия. Назначение этого метода – показать образцы научного познания, научного решения проблем. | Дети следят за логикой решения проблемы, получая эталон научного мышления и познания, образец культуры развертывания познавательных действий. |
| Частично-поисковый | Суть его состоит в том, что воспитатель расчленяет проблемную задачу на подпроблемы, а дети осуществляют отдельные шаги поиска ее решения. | Каждый шаг предполагает творческую деятельность, но целостное решение проблемы пока отсутствует. |
| Исследовательский | Этот метод призван обеспечить творческое применение знаний. | В процессе образовательной деятельности дети овладевают методами познания, так формируется их опыт поисково- исследовательской деятельности. |
| Активные методы | Активные методы предоставляют дошкольникам возможность обучаться на собственном опыте, приобретать разнообразный субъективный опыт. | Активные методы обучения предполагают использование в образовательном процессе определенной последовательности выполнения заданий: начиная с анализа и оценки конкретных ситуаций, дидактическим играм. Активные методы должны применяться по мере их усложнения.  В группу активных методов образования входят дидактические игры – специально разработанные игры, моделирующие реальность и приспособленные для целей обучения. |

**Формы работы по образовательной области «Физическое развитие».**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ОО | Младший дошкольный возраст | Старший дошкольный возраст |
| Физическое развитие | Игровая;  Беседа с элементами  движений  Игра  Утренняя  гимнастика  Интегративная деятельность  Упражнения  Физкультурное занятие  Утренняя гимнастика  Игра | Физкультурное занятие  Утренняя гимнастика  Игра  Беседа  Рассказ  Чтение  Рассматривание.  Интегративная деятельность  Контрольно-диагностическая деятельность  Спортивные и физкультурные досуги  Спортивные состязания  Совместная деятельность  взрослого и детей  тематического характера  Проектная деятельность  Проблемная ситуация |

Конкретное содержание указанных образовательных областей зависит от возрастных и индивидуальных особенностей детей, определяется целями и задачами программы и реализуется в различных видах деятельности (общении, игре, познавательно-исследовательской деятельности - как сквозных механизмах развития ребенка).

|  |
| --- |
| Вид деятельности для детей дошкольного возраста  (2года - 8 лет) |
| -игровая, включая сюжетно-ролевую игру, игру с правилами и другие виды игры,  -коммуникативная (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками),  -музыкальная (восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах);  -двигательная (овладение основными движениями) формы активности ребенка. |

**Формы организации непосредственно-образовательной деятельности:**

- в дошкольных группах - подгрупповые, фронтальные

**2.3.Профессиональная коррекция нарушений развития детей.**

СИСТЕМА ЗАКАЛИВАНИЯ на 2020-2021 учебный год.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | сентябрь | | | | октябрь | | | | ноябрь | | | |
|  | I | II | III | IV | I | II | III | IV | I | II | III | IV |
| I младшая. | 1. Утренний прием на свежем воздухе и гимнастика.  2. Контрастные воздушные ванны.  3. Сон с доступом свежего воздуха.  4. Обширное умывание в течение дня прохладной водой.  5. Топтание по мокрой дорожке.  15 сек 15 сек 15 сек 15 сек 20 сек 20 сек 20 сек 25 сек 25 сек 25 сек 30 сек 30 сек | | | | | | | | | | | |
| Средняя | 1. Утренний прием на свежем воздухе и гимнастика.  2. Контрастные воздушные ванны.  3. Сон с доступом свежего воздуха.  4. Обширное умывание прохладной водой.  5. Полоскание рта прохладной водой.  6. Топтание по мокрой дорожке.  30 сек 30 сек 30 сек 30 сек 35 сек 35 сек 40 сек 40 сек 45 сек 50 сек 55 сек 60 сек | | | | | | | | | | | |
| Старшая | 1. Контрастные воздушные ванны.  2. Утренний прием на свежем воздухе и гимнастика.  3. Сон с доступом свежего воздуха.  4. Полоскание рта прохладной водой.  5. Обширное умывание в течение дня прохладной водой.  6. Погружение ног в воду.  36-37 °С 36-37 °С 36-37 °С 36-37 °С 36-37 °С 36-37 °С 36-37 °С 36-37 °С 35 °С 35 °С 35 °С 35 °С | | | | | | | | | | | |
| Подготовительная | 1. Контрастные воздушные ванны.  2. Утренний прием на свежем воздухе и гимнастика.  3. Сон с доступом свежего воздуха.  4. Полоскание рта прохладной водой.  5. Обширное умывание в течение дня прохладной водой.  6. Погружение ног в воду.  36-37 °С 36-37 °С 36-37 °С 36-37 °С 36-37 °С 36-37 °С 36-37 °С 36-37 °С 35 °С 35 °С 35 °С 35 °С | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | декабрь | | | | январь | | | | февраль | | | |
|  | I | II | III | IV | I | II | III | IV | I | II | III | IV |
| 1младшая. | 1. Контрастные воздушные ванны и гимнастика.  2. Обширное умывание.  3. Умывание прохладной водой.  4. Топтание по мокрой дорожке.  30 сек 30 сек 30 сек 35 сек 35 сек 35 сек 35 сек 40 сек 40 сек 40 сек 40 сек 45 сек | | | | | | | | | | | |
| Сред-няя | 1. Контрастные воздушные ванны и гимнастика.  2. Полоскание рта прохладной водой.  3. Обширное умывание.  4. Хождение по мокрым дорожкам.  60 сек 60 сек 65 сек 65 сек 65 сек 70 сек 70 сек 70 сек 75 сек 75 сек 75 сек 75 сек | | | | | | | | | | | |
| Старшая | 1. Контрастные воздушные ванны и гимнастика.  2. Умывание в течение дня прохладной водой.  3. Полоскание рта прохладной водой.  4. Обширное умывание.  5. Погружение ног в воду.  30 °С 30 °С 30 °С 30 °С 25°С 25°С 25°С 25°С 25°С 25°С 20°С 20 °С | | | | | | | | | | | |
| Подготовительная | 1. Контрастные воздушные ванны и гимнастика.  2. Умывание в течение дня прохладной водой.  3. Полоскание рта прохладной водой.  4. Обширное умывание.  5. Погружение ног в воду.  30 °С 30 °С 30 °С 30 °С 25°С 25°С 25°С 25°С 25°С 25°С 20°С 20 °С | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | март | | | | апрель | | | | май | | | |
|  | I | II | III | IV | I | II | III | IV | I | II | III | IV |
| I младшая. | 1. Утренний прием на свежем воздухе и УГГ.  2. Контрастные воздушные ванны.  3. Сон с доступом свежего воздуха.  4. Умывание прохладной водой (18-25 °С).  5. Топтание по мокрой дорожке.  45 сек 45 сек 45 сек 45 сек 50 сек 50 сек 50 сек 55 сек 55 сек 55 сек 60 сек 60 сек | | | | | | | | | | | |
| средняя | 1. Утренний прием на свежем воздухе и УГГ.  2. Контрастные воздушные ванны.  3. Обширное умывание прохладной водой.  4. Полоскание рта прохладной водой.  5. Сон с доступом свежего воздуха.  6. Топтание по мокрой дорожке.  80 сек 80 сек 80 сек 85 сек 85 сек 85 сек 85 сек 90 сек 90 сек 90 сек 90 сек 90 сек | | | | | | | | | | | |
| старшая | 1. Утренний прием на свежем воздухе и УГГ.  2. Контрастные воздушные ванны.  3. Умывание прохладной водой.  4. Сон с доступом свежего воздуха.  5. Обширное умывание в течение дня прохладной водой.  6. Полоскание рта прохладной водой.  7. Погружение ног в воду.  20 °С 20 °С 20 °С 20 °С 18 °С 18 °С 18 °С 18 °С 16 °С 16 °С 16 °С 16.сек | | | | | | | | | | | |
| Подготовительная | 1. Контрастные воздушные ванны и гимнастика.  2. Умывание в течение дня прохладной водой.  3. Полоскание рта прохладной водой.  4. Обширное умывание.  5. Погружение ног в воду.  30 °С 30 °С 30 °С 30 °С 25°С 25°С 25°С 25°С 25°С 25°С 20°С 20 °С | | | | | | | | | | | |

# 2.4.Планирование работы по взаимодействию с социумом.

# **План  работы с социумом.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Учреждения** | **Цель взаимодействия** | **Мероприятия** | **Сроки** |
| ДЮСШ | Физическое развитие ребёнка | Соревнования | По плану |
| Фонд «Сила в добре» | Физическое развитие ребёнка | Соревнования | По плану |

**2.5. Планирование работы по взаимодействию с семьёй.**

**Консультации для родителей**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название консультаций** | **Дата проведения** |
| 1. | Как заинтересовать ребенка занятиями физкультурой | Сентябрь |
| 2. | Анкетирование родителей по теме «Физическое развитие ребенка» | Октябрь |
| 3. | Профилактика плоскостопия | Ноябрь |
| 4. | Памятка для родителей по оздоровлению детей | Декабрь |
| 5. | «Чем можно занять ребенка зимой на улице» | Январь |
| 6. | Как выбрать вид спорта? | Февраль |
| 7. | Сколиоз | Март |
| 8. | Анкетирование родителей «Анализ работы детского сада по укреплению здоровья детей» | Апрель |
| 9. | Физическая готовность ребёнка к школе | Май |
| 10. | Закаливание детского организма | Июнь |
| 11. | Интерактивные игры по ФК | Июль |
| 12. | Подвижные игры дома в летний период | Август |

**2.6.Планирование работы по взаимодействию с педагогами.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. | Регулярно информировать о спортивных мероприятиях в детском саду. | в течение года |
| 2. | Консультировать по индивидуальной работе с детьми в целях развития физических качеств и совершенствования ОДА. | в течение года |
| 3. | Провести консультации для воспитателей:  Тема: «Воздействие подвижных игр с элементами спорта на развитие особенностей детей» | в течение года |
| Тема: «Подвижные игры как средство гармоничного развития дошкольников». | в течение года |
| Тема: «Организация работы с детьми в летний период» | май |

**2.7.Взаимодействие с профильными специалистами.**

Инструктор по физической культуре

Медицинский персонал.

Оценка физического развития и здоровья

Учитель-логопед.

Оценка речевого развития и здоровья

Музыкальный руководитель.

Оценка музыкально-ритмического развития детей.

**2.8. Способы и направления поддержки детской инициативы.**

**2-3лет**

Приоритетной сферой проявления детской инициативы является продуктивная деятельность.

Для поддержки детской инициативы необходимо:

1.Создавать условия для реализации собственных планов и замыслов каждого ребенка.

2.Рассказывать детям об их реальных, а также возможных в будущем достижениях.

3Отмечать и публично поддерживать любые успехи детей.

4.Всемерно поощрять самостоятельность детей и расширять ее сферу.

5.Помогать ребенку найти способ реализации собственных поставленных целей.

6.Способствовать стремлению научиться делать что-то и поддерживать радостное ощущение возрастающей умелости.

7.В ходе занятий и в повседневной жизни терпимо относиться к затруднениям ребенка, позволять ему действовать в своем темпе.

8.Не критиковать результаты деятельности детей, а также их самих. Ограничить критику исключительно результатами продуктивной деятельности, используя в качестве субъекта критики игровые персонажи(детей критикует игрушка, а не педагог).

9.Учитывать индивидуальные особенности детей, стремиться найти подход к застенчивым, нерешительным, конфликтным, непопулярным детям.

10.Уважать и ценить каждого ребенка независимо от его достижений, достоинств. Недостатков.

11.Создавать в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям: выражать радость при встрече, использовать ласку и теплое слово для выражения своего отношения к ребенку, проявлять деликатность и тактичность.

12.Всегда предоставлять детям возможности для реализации их замысла в творческой продуктивной деятельности.

**4-5лет**

Приоритетной сферой проявления детской инициативы является познавательная деятельность, расширение информационного кругозора , игровая деятельность со сверстниками.

Для поддержки детской инициативы необходимо:

1.Способствовать стремлению детей делать собственные умозаключения, относиться к таким попыткам внимательно, с уважением.

2.Обеспечивать для детей возможности осуществления их желания переодеваться. Наряжаться, примеривать на себя разные роли. Иметь в группе набор атрибутов и элементов костюмов для переодевания, а также технические средства, обеспечивающие стремление детей петь и двигаться под музыку.

3.Создавать условия обеспечивающие детям возможность строить дом, укрытие для сюжетных игр.

4.При необходимости осуждать негативный поступок, действие ребенка, но не допускать критики его личности, его качеств. Негативные оценки давать только поступкам ребенка и только с глазу на глаз, а не перед всей группой.

5.Не допускать диктата, навязывания в выборе детьми сюжета игры.

6.Обязательно участвовать в играх детей по их приглашению (или при их добровольном согласии) в качестве партнера, равноправного участника, но не руководителя игры.

7.Привлекать детей к украшению группы к праздникам, обсуждая разные возможности и предложения.

8.Побуждать детей формировать и выражать собственную эстетическую оценку воспринимаемого, не навязывая мнения взрослых.

9.Привлекать детей к планированию жизни группы на день.

10.Читать и рассказывать детям по их просьбе, включать музыку.

**5-6 лет.**

Приоритетной сферой проявления детской инициативы является внеситуативно-личностное общение со взрослыми и сверстниками, а также информационная познавательная инициатива.

Для поддержки детской инициативы необходимо:

1.Создавать в группе положительный психологический микроклимат, р равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям: выражать радость при встрече, использовать ласку и тёплое слово для выражения своего отношения к ребёнку.

2.Уважать индивидуальные вкусы и привычки детей.

3.Поощрять желание создавать что либо по собственному замыслу; обращать внимание детей на полезность будущего продукта для других или ту радость, которую он доставит кому-то.

4.Создавать условия для разнообразной самостоятельной творческой деятельности детей.

5.При необходимости помогать детям в решении проблем организации игры.

6.Привлекать детей к планированию жизни группы на день и на более отдалённую перспективу. Обсуждать выбор спектакля для постановки, песни, танца и т.п.

7.Создавать условия и выделять время для самостоятельной творческой или познавательной деятельности детей по интересам.

**6-8 лет.**

Приоритетной сферой проявления детской инициативы является научение, расширение сфер собственной компетентности в различных областях практической предметной, в том числе орудийной, деятельности, а также информационная познавательная деятельность.

Для поддержки детской инициативы необходимо:

1. вводить адекватную оценку результата деятельности ребёнка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования продукта деятельности;

2.спокойно реагировать на неуспех ребёнка и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание, совершенствование деталей и т. п. Рассказывать детям о трудностях, которые педагоги испытывали при обучении новым видам деятельности;

3.создавать ситуации, позволяющие ребёнку реализовывать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников;

4.обращаться к детям с просьбой показать воспитателю те индивидуальные достижения, которые есть у каждого, и научить его добиваться таких же результатов;

5.поддерживать чувство гордости за свой труд и удовлетворение его результатами;

создавать условия для разнообразной самостоятельной творческой деятельности детей;

 6.при необходимости помогать детям в решении проблем при организации игры;

привлекать детей к планированию жизни группы на день, неделю, месяц. Учитывать и реализовать их пожелания и предложения;

7.создавать условия и выделять время для самостоятельной творческой или познавательной деятельности детей по интересам;

устраивать выставки и красиво оформлять постоянную экспозицию работ; организовывать концерты для выступления детей и взрослых.

**2.9.Интеграция образовательной области «Физическое развитие» с другими образовательными областями.**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Образовательная область*** | ***Интеграция задач и содержания*** |
| «Познавательное развитие» | Формирование целостной картины мира, расширение кругозора в части представлений о здоровье и здорового образа жизни человека |
| «Социально - коммуникативное развитие» | Формирование первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека, соблюдение элементарных общепринятых норм и правил поведения в части здорового образа жизни  Накопление опыта здоровьесберегающего поведения в труде, освоение культуры здорового труда  Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности |
| «Речевое развитие» | Развитие свободного общения со взрослыми и детьми по поводу здоровья и здорового образа жизни человека .  Формирование ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни при чтении художественных произведений на данную тему. |
| «Художественно - эстетическое развитие» | Использование средств продуктивных видов деятельности для обогащения и закрепления содержания области «Здоровья» |

**3.Организационный раздел.**

**3.1.Методическое обеспечение программы.**

|  |  |
| --- | --- |
| Физическое развитие | -Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ,2015 г.  -Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ,2015 г.  -Л.И.Пензулаева Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений. – М., МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015 г.  -Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: 2 младшая группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ,2015 г.  -Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: подготовительная группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ,2017 г.  -Федорова С.Ю Планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ,2020 г. |

**3.2.Модель организации образовательного процесса.**

**3.3.Циклограмма ежедневного планирования инструктора по физической культуре.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Дни недели | Время работы | Содержание |
| Вторник  7.30 – 11.30 | 7.30 – 8.00  8.00 - 8.08  8.10 - 8.19  8.21 - 8.31  8.35 – 9.00  9.00-9.15  9.20-09.40  09.40-10.10  10.15-10.35  10.40-11.05  11.10-11.30 | Подготовка к проведению утренней гимнастики  Утренняя гимнастика в ср.гр.  Утренняя гимнастика в ст.гр.  Утренняя гимнастика в подг.гр. Подготовка к НОД НОД со 1 мл группой  Работа с методической литературой  НОД с подг.гр.  НОД в средней группе на воздухе  НОД в старшей группе на воздухе  Индивидуальная работа с детьми |
| Среда  13.30-17.00 | 13.30-14.30  14.30-15.00  15.00-15.30  15.30-16.00  16.00-16.30  16.30-17.00 | Консультация для воспитателей  Подготовка к физкультурному досугу.  Участие в режимных моментах, закаливание.  Физкультурный досуг  Консультация для родителей  Работа с методической литературой |
| Четверг 7.30 – 11.30 | 7.30 – 8.00  8.00 - 8.08  8.10 - 8.19  8.21 - 8.31  8.35 – 9.00  9.00-9.20  9.30-9.45  10.00-10.25  10.25-10.35  10.35-10.55  10.55-11.30 | Подготовка к проведению утренней гимнастики  Утренняя гимнастика в ср.гр.  Утренняя гимнастика в ст.гр.  Утренняя гимнастика в подг.гр. Подготовка к НОД  НОД со ср.гр.  НОД со 1 мл. группой  НОД со ст.гр.  Подготовка к НОД  НОД с подгот. гр  Участие на прогулке, подвижные игры. |
| Пятница 7.30 – 11.00 | 7.30 – 8.00  8.00 - 8.08  8.10 - 8.19  8.21 - 8.31  8.35 – 9.00  9.00-9.20  9.30-9.55  10.05-10.35  10.45-11.00 | Подготовка к проведению утренней гимнастики  Утренняя гимнастика в ср.гр.  Утренняя гимнастика в ст.гр.  Утренняя гимнастика в подгот.гр. Подготовка к НОД  НОД со ср.гр.  НОД со ст. гр.  НОД с подгот. гр.  НОД с 1 мл. гр на воздухе |

**3.4. Модель оптимального двигательного режима.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1 младшая группа | Средняя группа | Старшая группа | Подготовительная группа |
| Подвижные игры во время приёма детей | Ежедневно  3-5 мин. | Ежедневно 5-7 мин. | Ежедневно 7-10 мин. | Ежедневно 10-15 мин. |
| Утренняя гимнастика | Ежедневно  3-5 мин. | Ежедневно 5-7 мин. | Ежедневно 7-10 мин. | Ежедневно 10-15 мин. |
| Физкультминутки | 2-3 мин. | 2-3 мин. | 2-3 мин. | 2-3 мин. |
| Музыкально – ритмические движения. | НОД по музыкальному развитию  4-6 мин. | НОД по музыкальному развитию  8-10 мин. | НОД по музыкальному развитию 10-12 мин. | НОД по музыкальному развитию 12-15 мин. |
| Организованная  образовательная деятельность по физическому развитию  (2 в зале, 1 на улице) | 3 раза в неделю с группой или подгруппой детей 7-10 мин. | 3 раза в неделю 20 мин. | 3 раза в неделю 25 мин. | 3 раза в неделю 30 мин. |
| Подвижные игры и физические упражнения на прогулке | Ежедневно с группой или подгруппой детей 7-10 мин. | Ежедневно не менее двух игр по 7-8 мин. | Ежедневно не менее двух игр по 8-10 мин. | Ежедневно не менее двух игр по 10-15 мин. |
| Гимнастика пробуждения с включением общеразвивающих упражнений | Ежедневно с группой детей 3-5мин | Ежедневно 6 мин. | Ежедневно 7 мин. | Ежедневно 10 мин. |
| Физические упражнения и игровые задания:  -артикуляционная гимнастика;  -пальчиковая гимнастика.  -зрительная гимнастика. | Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 2-3 мин. | Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 6-8 мин. | Ежедневно, сочетая упражнения по выбору  8-10 мин. | Ежедневно, сочетая упражнения по выбору  10-15 мин. |
| Физкультурный досуг | 1 раз в месяц по 5-10 мин. | 1 раз в месяц по 15-20 мин. | 1 раз в месяц  по 25-30 мин. | 1 раз в месяц  по 30-35 мин. |
| День здоровья | 1 раз в квартал | 1 раз в квартал | 1 раз  в квартал | 1 раз  в квартал |
| Спортивный праздник | 2 раза в год по 5-10 мин. | 2 раза в год по 15-20 мин. | 2 раза в год по 25-30 мин. | 2 раза в год по 30-35 мин. |

**3.5. Режим дня.**

1 младшая группа

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Режимные моменты | Холодный период года | Тёплый период года |
| Утренний приём, осмотр, игры, общение по  интересам и выбору детей, утренняя гимнастика, дежурство | 7.30-8.20 | 7.30-8.20 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.20-8.50 | 8.20-8.50 |
| Самостоятельная деятельность детей,  подготовка к НОД | 8.50-9.00 | 8.50-9.00 |
| Организованная образовательная деятельность:  Образовательные ситуации | 9.00-9.30 | - |
| Второй завтрак | 9.40 | 10.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка,  возвращение с прогулки | 9.50-11.40 | 9.00-12.00 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.00-12.25 | 12.00-12.30 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.30-15.00 | 12.30-14.50 |
| Постепенный подъём, гимнастика пробуждения,  воздушные, водные процедуры. Полдник. | 15.00-15.20 | 14.50-15.25 |
| Самостоятельная деятельность детей, игры, досуги, общение детей по интересам, индивидуальное общение воспитателя с детьми | 15.40-16.00 | 15.25-16.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 16.00-17.30 | 16.00-17.30 |

Средняя группа.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Утренний приём, осмотр, индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность детей, утренняя гимнастика, дежурство | 7.30-8.20 | 7.30-8.20 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.20-8.50 | 8.20-8.50 |
| Самостоятельная деятельность детей,  подготовка к НОД | 8.50-9.00 | - |
| Организованная образовательная деятельность: образовательные ситуации | 9.00-9.50 | - |
| Самостоятельная деятельность детей, второй завтрак | 9.50-10.05 | - |
| Подготовка к прогулке, прогулка,  возвращение с прогулки | 10.05-12.05 | 8.50-12.05  10.00 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.05-12.35 | 12.05-12.35 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.35-14.55 | 12.35-14.55 |
| Гимнастика пробуждения, воздушные, водные процедуры, Подготовка к полднику | 14.55-15.15 | 14.55-15.15 |
| Полдник | 15.15.-15.35 | 15.15.-15.35 |
| Самостоятельная деятельность детей, игры, общение, досуги | 15.35-16.00 | 15.35-16.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 16.00-17.30 | 16.00-17.30 |

Старшая группа.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Утренний приём, осмотр, индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность детей, утренняя гимнастика, дежурство, подготовка к завтраку. | 7.30-8.30 | 7.30-8.20 |
| Завтрак | 8.30-8.50 | 8.20-8.50 |
| Самостоятельная деятельность детей,  подготовка к НОД | 8.50-9.00 | - |
| Организованная образовательная деятельность: образовательные ситуации | 9.00-11.00 | - |
| второй завтрак |  | - |
| Подготовка к прогулке, прогулка,  возвращение с прогулки | 11.00-12.25 | 8.50-12.15 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.25-13.00 | 12.15-12.40 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 13.00-15.00 | 12.40-15.00 |
| Гимнастика пробуждения, воздушные, водные процедуры, Подготовка к полднику | 15.00-15.15 | 15.00-15.15 |
| Полдник | 15.15.-15.35 | 15.15.-15.35 |
| Самостоятельная деятельность детей, игры, общение, досуги | 15.35-16.00 | 15.35-16.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 16.00-17.30 | 16.00-17.30 |

Подготовительная группа.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Утренний приём, осмотр, индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность детей, утренняя гимнастика, дежурство, подготовка к завтраку. | 7.30-8.30 | 7.30-8.20 |
| Завтрак | 8.30-8.50 | 8.30-8.50 |
| Самостоятельная деятельность детей,  подготовка к НОД | 8.50-9.00 | - |
| Организованная образовательная деятельность: образовательные ситуации | 9.00-11.00 | - |
| второй завтрак | 10.00 | 10.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка,  возвращение с прогулки | 11.00-12.30 | 8.50-12.25 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.30-13.00 | 12.25-12.45 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 13.00-15.00 | 12.45-15.00 |
| Гимнастика пробуждения, воздушные, водные процедуры, Подготовка к полднику | 15.00-15.15 | 15.00-15.15 |
| Полдник | 15.15.-15.35 | 15.15.-15.35 |
| Самостоятельная деятельность детей, игры, общение, досуги | 15.35-16.00 | 15.35-16.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 16.00-17.30 | 16.00-17.30 |

**3.6.Расписание непосредственно-образовательной деятельности.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 9.00 | 9.40 | 10.00 | 10.30 | 11.30 | 15.30 |
| Вторник | 1 мл. | Подгот. |  |  |  |  |
| Среда |  |  |  |  |  | Досуг физкультурный |
| Четверг | Ср | 9.30  1мл | Ст. |  |  |  |
| Пятница | Ср. | 9.30  Ст | Ст. | 10.05.  подгот. |  |  |

Расписание утренних гимнастик.

|  |  |
| --- | --- |
| В музыкально-физкультурном зале | |
| 8.00-8.08 | Средняя группа |
| 8.10-8.19 | Старшая группа |
| 8.21.-8.31 | Подготовительная группа |
| В групповой комнате | |
| 8.00-8.05 | 1 младшая |

**3.7.Описание традиций.**

**Тематический план проведения физкультурных досугов**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***№*** | ***Наименование мероприятия*** | ***Время проведения*** | ***Место проведения*** | ***Ответственные*** |
| 1 | «Прогулка в осенний лес» | сентябрь | Спортплощадка | Инструктор ФК, воспитатели |
|  | «Огородная-хороводная» | сентябрь | Спортплощадка | Инструктор ФК, воспитатели |
|  | «Веселые затеи» | сентябрь | Спортплощадка | Инструктор ФК, воспитатели |
|  | «Осенняя полянка» | сентябрь | Спортплощадка | Инструктор ФК, воспитатели |
| 2 | «Курочка и цыплята» | октябрь | Музыкальный зал | Инструктор ФК, воспитатели |
|  | «Путешествие в гости к зайке» | октябрь | Музыкальный зал | Инструктор ФК, воспитатели |
|  | «Веселые старты» | октябрь | Музыкальный зал | Инструктор ФК, воспитатели |
|  | «Веселые старты» | октябрь | Музыкальный зал | Инструктор ФК, воспитатели |
| 3 | «В гости к лисе» | ноябрь | Спортплощадка | Инструктор ФК, воспитатели |
|  | «Избушки трех поросят» | ноябрь | Спортплощадка | Инструктор ФК, воспитатели |
|  | «У медведя во бору» | ноябрь | Музыкальный зал | Инструктор ФК, воспитатели |
|  | «Веселая прогулка» | ноябрь | Музыкальный зал | Инструктор ФК, воспитатели |
| 4 | «Зимняя рыбалка» | декабрь | Музыкальный зал | Инструктор ФК, воспитатели |
|  | «Здравствуй, гостья зима!» | декабрь | Музыкальный зал | Инструктор ФК, воспитатели |
|  | "Зимние развлечения" | декабрь | Музыкальный зал | Инструктор ФК, воспитатели |
|  | «Зимушка-зима» | декабрь | Музыкальный зал | Инструктор ФК, воспитатели |
| 5 | «В гостях у дедушки Снеговика» | январь | Музыкальный зал | Инструктор ФК, воспитатели |
|  | «Путешествие со Снегурочкой» | январь | Музыкальный зал | Инструктор ФК, воспитатели |
|  | «Приключения с Бабой Ягой» | январь | Музыкальный зал | Инструктор ФК, воспитатели |
|  | «Приключения с Бабой Ягой» | январь | Музыкальный зал | Инструктор ФК, воспитатели |
| 6 | «Репка» | февраль | Музыкальный зал | Инструктор ФК, воспитатели |
|  | «Веселые старты» | февраль | Музыкальный зал | Инструктор ФК, воспитатели |
|  | «Зарница» | февраль | Музыкальный зал | Инструктор ФК, воспитатели |
|  | «Зарница» | февраль | Музыкальный зал | Инструктор ФК, воспитатели |
| 7 | «На весенней полянке» | март | Музыкальный зал | Инструктор ФК, воспитатели |
|  | «Мамины помощники» | март | Музыкальный зал | Инструктор ФК, воспитатели |
|  | «Весенние старты» | март | Музыкальный зал | Инструктор ФК, воспитатели |
|  | «Весенние старты» | март | Музыкальный зал | Инструктор ФК, воспитатели |
| 8 | «В гости к зверятам» | апрель | Музыкальный зал | Инструктор ФК, воспитатели |
|  | «Весна- красна» | апрель | Музыкальный зал | Инструктор ФК, воспитатели |
|  | «Мой веселый звонкий мяч» | апрель | Музыкальный зал | Инструктор ФК, воспитатели |
|  | «Мой веселый звонкий мяч» | апрель | Музыкальный зал | Инструктор ФК, воспитатели |
| 9 | «Солнышко лучистое» | май | Спортплощадка | Инструктор ФК, воспитатели |
|  | «Красный, желтый и зеленый» | май | Спортплощадка | Инструктор ФК, воспитатели |
|  | «Весенние путешествия в страну ПДД» | май | Спортплощадка | Инструктор ФК, воспитатели |
|  | «Путешествие со Светофориком» | май | Спортплощадка | Инструктор ФК, воспитатели |

* 1. раз в месяц

**Физкультурные праздники**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***№*** | ***Названия праздников*** | ***Дата проведения*** |
| 1 | Зимний спортивный праздник | январь |
| 2 | Летний спортивный праздник | июль |

2 раза в год

**Организация «Дней здоровья»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***№*** | ***Названия*** | ***Дата проведения*** |
| 1 | «В гости к Доктору Айболиту» | ноябрь |
| 2 | «Чистота – залог здоровья» | февраль |
| 3 | Всемирный день здоровья | апрель |
| 4 | «Мойдодыр» | июнь |

1 раз в квартал

**3.8.Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды**.

Музыкальный зал:

- большие мячи резиновые;

-средние мячи резиновые;

-малые мячи резиновые;

-погремушки, флажки;

-кубики;

-обручи разных размеров;

-гимнастические скамейки 4 шт.;

-гимнастическое бревно;

-мешочки с песком;

-гантели;

-кегли;

-гимнастические палки;

-гимнастический мат 2 шт.;

-дуги;

-канат;

-верёвки;

-кольцеброс;

-труба,

-ядро для метания (25 шт.);

-мишень навесная;

-гимнастическая стенка.

# *Часть, формируемая участниками образовательных отношений.*

1.Предупреждение детского дорожного транспортного травматизма.

Перспективный план работы.

|  |  |
| --- | --- |
| Мероприятие | сроки |
| Праздник «Красный, жёлтый, зелёный» с привлечением родителей. | сентябрь |
| Праздник «На светофоре - зелёный». | август |
| Досуги по ПДД | В течение года по всем возрастным группам |
| Подвижные игры, игры-эстафеты по изучению ПДД | В течение года по всем возрастным группам |