**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение**
**«Центр развития ребенка № 7 Дзержинского района Волгограда»**
400137, г. Волгоград, ул. 8-й Воздушной Армии, 36
ИНН/КПП 3443905565 / 344301001, ОГРН 1023402981030
***Тел. 31-61-93, 53-69-39 (факс)***

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
«31» 08 2022 г. протокол № 1

УТВЕРЖДЕНА
приказом заведующего
№ 207 от «31» 08 2022г.
/С.И. Красникова/

Красникова Светлана Ивановна

Подписано цифровой подписью: Красникова Светлана Ивановна
DN: cn=Красникова Светлана Ивановна, o=МОУ Центр развития ребенка №7, email=moucrr7@volgadmin.ru, c=RU
Дата: 2022.10.12 10:36:15 +03'00'

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ на 2022-2023 учебный год.

Составитель/Разработчик программы

Тишкова Надежда Иосифовна

инструктор по физической культуре

Срок реализации: 1 год

Волгоград, 2022

# 1. Целевой раздел

## Пояснительная записка

Рабочая программа (далее – Программа) – это нормативно-управленческий документ, структурная и функциональная единица образовательного пространства, обеспечивающая динамическое единство субъектов педагогического процесса, системы их отношений и условий деятельности.

Программа по физической культуре составлена в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями от 24.03.2021
2. Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»
3. Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»
4. Федеральный закон "О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" по вопросам воспитания обучающихся" от 31.07.2020 N 304-ФЗ (последняя редакция)
5. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 г. №373 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»
6. Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 №16 (ред. от 21.03.2022, с изм. от 20.06.2022) «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»

Рабочая программа написана на основе комплексной образовательной программы дошкольного образования «Детство»/ Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др. — СПб.: ООО «Издательство «Детство - Пресс», 2019.- 352 с., которая направлена на развитие самостоятельности, познавательной и коммуникативной активности, социальной уверенности и ценностных ориентаций, определяющих поведение, деятельность и отношение ребенка к миру.

Основная цель рабочей программы – создать каждому ребенку в детском саду возможность для развития способностей, широкого взаимодействия с миром, активного практикования в разных видах деятельности, творческой самореализации. Программа направлена на развитие самостоятельности, познавательной и коммуникативной активности, социальной уверенности и ценностных ориентаций, определяющих поведение, деятельность и отношение ребенка к миру.

Это станет возможно, если взрослые будут нацелены на:

- на создание условий развития ребёнка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих

способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности;

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

Программа нацелена на создание следующих психолого-педагогических условий:

● уважение педагогов к человеческому достоинству воспитанников, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;

● использование в образовательном процессе форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);

● построение образовательного процесса на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития;

● поддержка педагогами положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности.

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение **целей** формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоническое физическое развитие, а так же охраны здоровья детей и формирования основы культуры здоровья через решение следующих специфических **задач**:

- Развитие физических качеств
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей
- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей
- Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Программа предусматривает расширение индивидуального двигательного опыта ребенка, последовательное обучение движениям и двигательным действиям: правильной ходьбе, бегу, умению прыгать с места, разным видам метания, лазанья, различным движениям с мячами.

Занятия физической культурой в дошкольном возрасте призваны удовлетворить биологическую потребность растущего организма в двигательной деятельности, давать ребенку возможность ощущать радость и удовольствие от умения управлять своим телом.

Эффективность учебно-воспитательного процесса во многом определяется планированием, которое призвано обеспечить не только последовательное, рациональное распределение программного материала, но и освоение, а также непрерывное совершенствование выполнение всех видов физических упражнений.

## Цели и задачи реализации

Цель – решение общей задачи по охране жизни и укреплению физического и психического здоровья. Развитие физических качеств и накопление двигательного опыта как важнейшие условия сохранения и укрепления здоровья детей.

Задачи:

Образовательные:

* формировать у детей интерес и ценностное отношение к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
* накапливать и обогащать двигательный опыт детей (овладение основными движениями);
* формировать у воспитанников потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Оздоровительные:

* формировать основы культуры здоровья через сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
* воспитывать культурно – гигиенические навыки;
* формировать начальные представления о здоровом образе жизни.

Срок реализации Программы с сентября 2022 г по май 2023 г.

## Принципы и подходы формирования

В основе реализации Программы лежит физкультурно-оздоровительный и индивидуально-личностный подходы к развитию ребенка, являющиеся методологией ФГОС ДО, который предполагает:

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

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

2. **Сохранение уникальности и самоценности детства** как важного этапа в общем развитии человека. Самоценность детства – понимание детства как периода жизни значимого самого по себе, значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот этап является подготовкой к последующей жизни. Этот принцип подразумевает

полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного детства), обогащение (амплификацию) детского развития.

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

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

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

**6. Сотрудничество МОУ с семьей.** Сотрудничество, кооперация с семьей, открытость в отношении семьи, уважение семейных ценностей и традиций, их учет в образовательной работе являются важнейшим принципом образовательной программы.

Сотрудники МОУ должны знать об условиях жизни ребенка в семье, понимать проблемы, уважать ценности и традиции семей воспитанников. Программа предполагает разнообразные формы сотрудничества с семьей, как в содержательном, так и в организационном планах.

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

8. **Индивидуализация дошкольного образования** предполагает такое построение образовательной деятельности, которое открывает возможности для индивидуализации

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

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

Деятельность педагога должна быть мотивирующей и соответствовать психологическим законам развития ребенка, учитывать его индивидуальные интересы, особенности и склонности

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

11. **Полнота содержания и интеграция отдельных образовательных областей.** В соответствии со Стандартом Программа предполагает всестороннее социально-коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое и физическое развитие детей посредством различных видов детской активности. Деление Программы на образовательные области не означает, что каждая образовательная область осваивается ребенком по отдельности, в форме изолированных занятий по модели школьных предметов.

Между отдельными разделами Программы существуют многообразные взаимосвязи:

познавательное развитие тесно связано с речевым и социально-коммуникативным,

художественно-эстетическое – с познавательным и речевым и т.п. Содержание образовательной деятельности в одной конкретной области тесно связано с другими областями. Такая организация образовательного процесса соответствует особенностям развития детей раннего и дошкольного возраста.

12. **Инвариантность ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей Программы.** Стандарт и Программа задают инвариантные ценности и ориентиры, с учетом которых МОУ должно разработать свою основную образовательную программу и которые для нее являются научно-методическими опорами в современном мире разнообразия и неопределенности. При этом Программа оставляет за МДОУ право выбора способов их достижения, выбора образовательных программ, учитывающих многообразие конкретных социокультурных, географических,

климатических условий реализации Программы, разнородность состава групп воспитанников, их особенностей и интересов, запросов родителей (законных представителей), интересов и предпочтений педагогов и т.п.

## Возрастные особенности воспитанников

В период дошкольного возраста все размеры тела увеличиваются относительно равномерно. Годичный прирост длины тела составляет 5—6 см, массы тела — около 2 кг. Но к концу этого периода начинается ускорение роста: за год ребенок прибавляет 8—10 см.

У детей дошкольного возраста заметно меняются пропорции тела: руки и ноги становятся значительно длиннее и растут быстрее, чем туловище. Если к 6 - 8 годам длина туловища увеличивается в 2 раза, то длина рук — более чем в 2,5 раза, а длина ног — более чем в 3 раза.

Рост мышечной ткани происходит в основном за счет утолщения мышечных волокон. У ребенка сначала развиваются мышцы таза и ног, а затем (с 6 - 8 лет) мышцы рук. К 5 годам увеличивается мышечная сила. Однако из-за быстрой утомляемости мышц и относительной слабости костно-мышечного аппарата дошкольники еще не способны к длительному мышечному напряжению.

К 6-8 годам заканчивается созревание нервных клеток головного мозга. Однако нервная система ребенка еще недостаточно устойчива: процессы возбуждения преобладают над процессами торможения.

Нервная регуляция деятельности сердца у детей еще несовершенна. Неравномерность частоты и силы сердечных сокращений наблюдается даже в покое. При физической нагрузке сердечная мышца быстро утомляется, поэтому упражнения во время занятий надо разнообразить.

Ранний и дошкольный возраст характеризуются значительными изменениями не только в физическом, но и в моторном развитии.

## Особенности развития движений у детей дошкольного возраста Двигательные возможности ребенка

3-4 года - бегает, прыгает на двух и даже на одной ноге, лазает по гимнастической стенке, ловит и бросает мяч, ездит на трехколесном велосипеде, передвигается на лыжах. Способен последовательно выполнять несколько двигательных действий подряд.

5 лет - овладевает целостными двигательными действиями. Движения становятся точнее и энергичнее, появляется способность удерживать исходное положение, сохранять направление, амплитуду и темп движений, формируется умение участвовать в играх с ловлей и увертыванием.

6 лет - успешно осваивает прыжки в длину и высоту с разбега, прыжки со скакалкой, лазание по шесту, канату, гимнастической стенке, метание на дальность и в цель и др. Катается на двухколесном велосипеде, коньках, лыжах, плавает. В движениях появляются выразительность, плавность и точность, особенно при выполнении общеразвивающих упражнений.

Бег, прыжки, метания — те двигательные умения, которые ребенок должен освоить до школы. Насколько успешно он это сделает, зависит от ловкости, быстроты, силы и выносливости, т.е. от развития основных двигательных качеств. По уровню развития этих качеств можно судить о физической подготовленности ребенка.

## Планируемые результаты

Специальные психолого-педагогические воздействия, используемые в программе, позволяют достигнуть высокого уровня развития физических качеств, более раннего формирования той или иной функции, укрепления здоровья. Физически развитый ребенок не только меньше болеет соматически, но и лучше развивается психически.

**Прогнозируемые результаты для различных целевых групп:**

**Дети:** получение знаний о базовых принципах здоровьеформирующего физического воспитания, освоение различных видов детской деятельности - игровой, двигательной, продуктивной, познавательно-исследовательской, коммуникативной, музыкально-художественной, динамика в приобретении и развитии интегративных качеств.

**Педагоги:** повышение профессиональной компетентности в овладении основными моделями построения образовательного процесса физического воспитания детей (совместной и самостоятельной деятельности) на основе здоровье формирующих и здоровьесберегающих технологий. Обеспечение условий для гармоничного физического и эстетического развития ребенка, ориентированных на развитие их интегративных качеств, отвечающих принципам развивающего обучения, научной обоснованности и практической применимости знаний; интеграции образовательных областей.

**Родители:** расширение знаний о методиках и технологиях гармоничного развития детей средствами физической культуры; здоровьеформирующих и здоровьесберегающих технологиях; участие в образовательном процессе.

**Итоги освоения содержания образовательной области «Физическое развитие»**

Вторая младшая группа

- Ребенок гармонично физически развивается, с желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен.
- Интересуется разнообразными физическими упражнениями, действиями с физкультурными пособиями.
- При выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое.
- Уверенно, самостоятельно и точно выполняет задания, действует в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх.
- С большим желанием вступает в общение с другими детьми и с воспитателем при выполнении игровых физических упражнений и в подвижных играх.
- Проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре.

К концу младшего дошкольного возраста ребенок:

*Физическое развитие.* Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. У ребенка сформирована соответствующая возрасту координация движений. Он проявляет положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм.

*Освоение культурно-гигиенических навыков.* Дошкольник владеет элементарной культурой поведения во время еды за столом, навыками самообслуживания — умывания, одевания. Правильно пользуется предметами личной гигиены (полотенцем, носовым платком, расческой).

Средняя группа

- Гармоничное развитие физических качеств и приобретение двигательного опыта, а также повышение уровня мотивации к двигательной активности.
- Уверенное выполнение основных элементов техники движений, обще развивающих упражнений, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве.
- Повышение интереса к занятию спортом. Выполнение организационно-методических требований в соответствии с возрастными особенностями обучающихся. Демонстрировать умение самостоятельно выполнять задания с сохранением заданного темпа. Развитие коммуникативных навыков.
- Основные аспекты самоконтроля и оценка действий сверстников.
- Формирование способности выполнять физические упражнения по эталону.
- Повышение мотивации к двигательной деятельности.
- Развитие элементарного творчества в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.

К концу среднего дошкольного возраста:

*Физическое развитие.* Физические возможности детей значительно возросли: движения их стали значительно более уверенными и разнообразными. Дети испытывают острую потребность в движении, отличаются высокой возбудимостью и слабостью тормозных процессов. В случае ограничения активной двигательной деятельности они быстро перевозбуждаются, становятся непослушными, капризными. Эмоционально окрашенная деятельность становится не только средством физического развития, но и способом психологической разгрузки детей среднего дошкольного возраста.

*Освоение культурно-гигиенических навыков.* Ребенок выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни; рассказывает о последовательности и необходимости выполнения культурно-гигиенических навыков — одевания на прогулку, приема пищи и пользовании столовыми приборами, пользовании предметами личной гигиены. Ребенок самостоятелен в самообслуживании, сам ставит цель, видит необходимость выполнения определенных действий.

Старшая группа

- Развитие физических качеств и повышение двигательного опты, а также увеличение объёма двигательной активности.
- Демонстрация физических качеств: выносливости, быстроты, силы, координации, гибкости.
- В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании. Проявление устойчивого интереса к новым и знакомым физическим упражнениям.

- Выполнение упражнений с высокой точностью в заданном темпе.
- Развитие самоконтроля и повышение самооценки. Стремление к лучшему результату.
- В самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием проявляет познавательную и деловую активность, эмоциональную отзывчивость.

К концу шестого года жизни ребенок:
Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками.

*Физическое развитие.* Ребенок проявляет интерес к физическим упражнениям. Правильно выполняет физические упражнения, проявляет самоконтроль и самооценку. Может самостоятельно придумать и выполнить несложные физические упражнения, стремится к проявлению индивидуальности.

*Освоение культурно-гигиенических навыков.* Дошкольник самостоятельно выполняет основные культурно-гигиенические процессы (культура еды, умывание, одевание), владеет приемами чистки одежды и обуви с помощью щетки. Самостоятельно замечает, когда нужно вымыть руки или причесаться. Освоил отдельные правила безопасного поведения, способен рассказать взрослому о своем самочувствии и о некоторых опасных ситуациях, которых нужно избегать.

Подготовительная группа

- Успешное освоение организационно-методических требований по предмету физическая культура.
- Развитие качеств и физического совершенствования.
- Выполнение упражнений в точности по эталону и развитие координационных двигательных способностей.
- Демонстрация элементов творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.
- Развитие самоконтроля и повышение самооценки. Самостоятельное проведение обще развивающих упражнений.

## Планируемые результаты освоения содержания Программы. Интегративные качества ребенка, выпускника детского сада

Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками.

У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Ребенок технически правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляя интерес, активность, необходимые усилия. Может оценить усилия других детей, может достигать свою цель и положительный результат. Дошкольник способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников и малышей. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения. Понимает значение здоровья, необходимость выполнения режима дня, важность занятий спортом, утренней гимнастики. Самостоятельно выполняет доступные возрасту культурно-гигиенические навыки, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.

# Содержание коррекционно - развивающей работы с детьми 5-8 лет с ОНР (общее недоразвитие речи)

**1.** Наглядные методы, к которым относятся:

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

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

3. К практическим методам можно отнести выполнение движений (совместно – распределенное, совместно – последовательное выполнение движений вместе с педагогом и самостоятельное выполнение), повторение упражнений с изменениями и без, а также проведение их в игровой форме, в виде подвижных игр и игровых упражнений, и соревновательной форме. Наряду с методами значительное внимание отводится средствам физического воспитания. К средствам физического развития и оздоровления детей относятся:

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

5.Естественные силы природы (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребенка;

6.Физические упражнения, которые обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также форм организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми. Такими организованными формами работы являются:

- разные виды занятий по физической культуре;
- физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня;
- активный отдых (физкультурный досуг, физкультурные праздники, Дни здоровья и др.);
- самостоятельная двигательная деятельность детей;
- занятия в семье.

Таким образом, рациональное сочетание разных видов занятий по физической культуре, утренней гимнастики, подвижных игр и физических упражнений во время прогулок, физкультминуток на занятиях с умственной нагрузкой, времени для самостоятельной двигательной активности воспитанников и активного двигательного

отдыха создает определенный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей.

Оценка эффективности организации двигательного режима и всех форм оздоровительно – воспитательной деятельности в детском саду, направленной на физическое образование его воспитанников, оценивается с помощью следующих критериев:

1. Все физкультурные мероприятия (двигательный режим) должны составлять 50 – 60 % периода бодрствования.

2. Разученные движения для закрепления и совершенствования переносятся в повседневные формы работы: утренняя гимнастика, подвижные игры и гимнастика пробуждения с закаливающими процедурами, физкультминутки, динамический час, занятия по интересам.

3. Физические досуги и праздники повышают интерес к физическим упражнениям. При этом используется соревновательный метод, который является средством повышения двигательной активности.

4. Самостоятельная двигательная деятельность является критерием, определяющим степени овладения двигательными умениями. Если дети легко, свободно и творчески используют движения, значит, они в полной мере освоили их в организованных формах работы.

5. С детьми, отстающими в двигательном развитии необходимо систематически проводить коррекционную, дифференцированную и индивидуальную работу.

6. Вся физкультурно-оздоровительная работа проводится в тесном единстве с семьей. Родителей знакомят с физкультурной работой в детском саду, информируют об уровне подготовленности ребенка (индивидуальная карта), приглашают участвовать в совместных занятиях (непосредственно образовательная деятельность по физической культуре, досуги, праздники, Дни здоровья, походы и экскурсии); рекомендуют организовать здоровый образ жизни (двигательный режим) в семье; предлагают специальную литературу и видеофильмы, изучают опыт использования физической культуры в семье.

Очень важной, составной частью гармонической личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание всех этих качеств должно начинаться с детства.

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также - форм организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми. Такими организованными формами работы являются:

- разные виды занятий по физической культуре;
- физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня;
- активный отдых (физкультурный досуг, физкультурные праздники, Дни здоровья и др.);
- самостоятельная двигательная деятельность детей;

## Формы занятий

**Традиционный тип:**

Ознакомление с новым программным материалом

Обучение спортивным играм и упражнениям, знакомство с правилами, содержанием, техникой различных видов движений.

**Смешанного характера**

Разучивание новых и совершенствование освоенных ранее.

Организация дифференцированного обучения с учетом здоровья детей, двигательной активности, уровня освоения двигательных навыков.

**Вариативного характера**

Формирование двигательного воображения

На знакомом материала, но с включением усложненных вариантов двигательных заданий.

**Занятие тренировочного типа**

Направленно на развитие двигательных и функциональных возможностей детей.

Включает большое количество циклических, музыкально-ритмических движений, элементы акробатики, дифференцированные двигательные задания на развитие быстроты реакции, ловкости и выносливости.

**Игровое занятие**

Направленно на формирование двигательного воображения.

Построено на основе разнообразных подвижных игр, игр-эстафет.

**Сюжетно-игровое занятие**

Направленно на формирование двигательного опыта ребенка, приобретение знаний, умений, навыков из окружающего мира (включать задачи по развитию речи, ориентировки в окружающем пространстве, обучению счету и др.)

Занятие содержит целостную сюжетно-игровую ситуацию, отражающую в условной форме окружающий мир ребенка.

**Занятие с использованием тренажеров и спортивных комплексов**

Направленно на приобретение определенных двигательных умений и навыков, на обучение самостоятельного пользования тренажерами,

Занятие включает разнообразные упражнения: висы, лазание по гимнастической стенке, канату, шесту, веревочной лестнице, упражнения с эспандерами, гантелями, на дисках здоровья и др., овладение приемами страховки.

**Занятия ритмической гимнастикой**

Направленно на развитие и совершенствование музыкально-эстетических чувств, развитие эмоциональной сферы ребенка.

Проводится под музыкальное сопровождение с включением разных видов ходьбы, бега, прыжков, танцевальных движений. Разучивание движений на этих занятиях не проводится. Материал должен быть знаком детям.

**Занятие по интересам**

Направленно на развитие двигательных способностей, формирование индивидуальности, развитие творчества, инициативности и самостоятельности в выборе рода занятий в физкультурно-предметной среде.

Детям предоставляется возможность самостоятельного выбора движений с предлагаемыми пособиями. Зал разбит на зоны, где расположены разные физкультурные пособия. Воспитатель предлагает по желанию выбрать любую зону и выполнить произвольные движения с пособиями. Через определенное время дети меняются зонами.

**Тематическое занятие**

Направленно на освоение хорошего качества выполнения одного

Посвящено одному виду физкультурного упражнения: лыжам, элементам игры в теннис, в баскетбол и др.,

Отрабатывается физическое упражнение, умение пользоваться оборудованием.

**Занятие комплексного характера**

Синтезирование разных видов деятельности

Проводится в форме игровых упражнений, с включением задач из разных разделов программы.

**Контрольно проверочное занятие**

Направленно на выявление количественных и качественных результатов в основных видах движений и в развитии физических качеств .

Участвуют воспитатели и методист. Составляются «Протоколы оценки физических качеств и двигательной подготовленности детей» с учетом коэффициента двигательного

развития каждого ребенка. Проводится 3-4 раза в год. Можно проводить в виде соревнований или спартакиад.

**Занятие «Забочусь о своем здоровье**

Направленно на приобщение к ценностям здорового образа жизни, получение представления о своем теле и своих физических возможностях.

Обучение приемам расслабления, аутотренингу, самомассажу, проведению закаливающих и гигиенических процедур, оказанию медицинской помощи.

**Занятие-соревнование**

Направленно на развитие инициативности, самовыражения, уверенности в своих силах, опирающиеся на разнообразный моторный опыт.

Две команды в ходе различных эстафет выявляют победителя.

## Содержание образовательной деятельности по реализации образовательной области «Физическое развитие» с детьми 5-8 лет с ОНР

Инструктор по физической культуре создает условия и побуждает детей к выполнению следующих упражнений.

Самостоятельные перестроения. Из шеренги в колонну, в две колонны, в два круга, по диагонали, «змейкой» без ориентиров. Повороты направо, налево, на месте и в движении на углах.

**Ходьба и упражнения в равновесии**. Ходьба в полуприседе, с перекатом с пятки на носок, с задержкой на носке («петушиный шаг»), с заданиями (с хлопками, различными положениями рук), с закрытыми глазами (3—4 м). Ходьба через предметы (высотой 20—25 см), по наклонной доске (высотой 35—40 см, шириной 20 см), ходьба по гимнастической скамейке с закрытыми глазами, с поворотами, различными движениями рук, остановками. Ходьба по шнуру (8—10 м), бревну (высотой 25—30 см, шириной 10 см), с мешочком на голове (500 г), по пенькам, спиной вперед (3—4 м). Приставной шаг с приседанием, шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперед и в кружении, полуприседание с выставлением ноги на пятку.

**Бег.** На носках, с высоким подниманием колен, через предметы и между ними, со сменой темпа. Бег в медленном темпе 350 м по пересеченной местности. Бег в быстром темпе 10 м (3—4 раза), 20—30 м (2—3 раза); челночный бег 3х10 м в медленном темпе (1,5—2 мин).

**Прыжки**. На месте: ноги скрестно — ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге 4—5 м. Прыжки через 5—6 предметов на двух ногах (высота 15—20 см), вспрыгивание на предметы: пеньки, кубики, бревно (высотой до 20 см). Подпрыгивание до предметов, подвешенных на 15—20 см выше поднятой руки. Прыжки в длину с места (80—90 см), в высоту (30—40 см) с разбега 6—8 м; в длину (на 130—150 см) с разбега 8 м. Прыжки в глубину (с пенька, бревна, кубов высотой 30—40 см) в указанное место. Прыжки через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад.

**Бросание, ловля, метание**. Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами (ширина 40— 30 см, длина 3—4 м). Бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой — 4—6 раз подряд. Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5—6 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю). Метание в горизонтальную и вертикальную цель (на высоту 2,2 м) с расстояния 3,5—4 м. Метание вдаль на 5—9 м.

**Ползание и лазание**. Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание

под дуги, веревки (высотой 40—50 см). Лазание по гимнастической стенке чередующимся способом ритмично, с изменением темпа. Лазание по лестнице с перекрестной координацией движений рук и ног. Лазание по веревочной лестнице, канату, шесту свободным способом.

**Общеразвивающие упражнения**

**Исходные положения**: стоя (пятки вместе, носки врозь), сидя, лежа на животе и спине.

Положения и движения головы, вверх, вниз, повороты в стороны, наклоны (4—5 раз).

Положения и движения рук: одновременные и попеременные; однонаправленные и разнонаправленные — вверх (вниз), в стороны; махи и вращения (одновременно двумя руками и поочередно вперед- назад); подъем рук вперед-вверх со сцепленными в замок пальцами (кисти внутрь тыльной стороной); сжимание, разжимание, вращение кистей рук (8—10 раз).

**Положения и движения туловища**: повороты, наклоны вперед, назад, в стороны, вращения.

**Положения и движения ног**: приседания (до 40 раз), махи вперед- назад, держась за опору; выпады вперед, в стороны с движениями рук вперед, в стороны, вверх; подскоки на месте (40х3=120). Упражнения с отягощающими предметами — мешочками, гантелями (150 г), набивными мячами (1 кг).

**Спортивные упражнения**

Катание на санках с горки по одному и парами. Катание друг друга по ровному месту.

Катание на велосипеде по прямой, повороты направо, налево. Катание на самокате, отталкиваясь одной ногой.

**Подвижные игры**

Игры с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием; игры- эстафеты.

Городки. Бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5—6 м) и полукона (2—3 м).

**Баскетбол.** Перебрасывание мяча друг другу от груди. Ведение мяча правой и левой рукой. Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди. Игра по упрощенным правилам.

**Бадминтон**. Отбивание волана ракеткой в заданном направлении. Игра с воспитателем.

**Футбол.** Отбивание мяча правой и левой ногами в заданном направлении. Обведение мяча между и вокруг предметов. Отбивание мяча о стенку. Передача мяча ногой друг другу (3—5 м). Игра по упрощенным правилам.

Освоение основных движений, общеразвивающих, спортивных, музыкальноритмических упражнений содействует не только формированию жизненно важных навыков у детей, но и развитию физических качеств. В то же время педагог использует в работе с детьми специальные упражнения для целенаправленного развития физических качеств. При этом следует учитывать, что на шестом году жизни наиболее активно развиваются общая выносливость, сила и быстрота.

**Упражнения для развития физических качеств**

**Игры и упражнения для развития быстроты движений.**

Упражнения на развитие быстроты реакции: бег со стартов из разных исходных положений: стоя, сидя, из упора на коленях; смена движений, разных по структуре: ходьба — прыжки; изменение направления движения при ходьбе и беге по сигналу; изменение интенсивности движений: ходьба — бег быстрый, бег медленный — бег с ускорением.

Упражнения на развитие способности в короткое время увеличивать темп движения: бег в максимальном темпе на дистанции 20—25 м; бег с высоким подниманием бедра или отведением голени назад; бег с ускорением.

**Игры на развитие быстроты**

«Топотушки»: повороты на месте переступанием на 90, 180 и 360 градусов.

«Найди свое место».

«Змейка»: ходьба по извилистой дорожке со сменой направления по сигналам.

«Не наступи!»: бег через ленты, лежащие на полу.

«Иноходец»: смена способов ходьбы и бега по сигналу.

«Перемена мест», «Быстро шагай, стоп», «Собери грибы».

«Брось мяч в стену».

«Кто быстрее?»: перебежки шеренгами.

«Бег наперегонки», «Бабочки и стрекозы».

Игры и упражнения для развития скоростно-силовых качеств

Бег с высоким подниманием колен на расстояние 8—10 м, бег с захлестом голени назад.

Прыжки с продвижением вперед на расстояние 5 м.

Бег и прыжки через препятствия высотой от 15 до 30 см (длина дорожки с препятствиями может быть 15—20 м, количество препятствий — 3—8).

Ходьба в полуприседе, глубоком приседе.

Прыжки точно в центр начерченного круга или линии.

Упражнения с набивными мячами (вес 500—1000 г)

Сидя, ноги на мяче, разведение ног в стороны, вверх.

Сидя, мяч в руках, наклоны вперед.

Прыжки вокруг мяча и через него.

Прокатывания мяча из разных положений (сидя, стоя).

**Подвижные игры**

«Лягушки и цапли», «Кто сделает меньше прыжков».

«Парашютики»: прыжки по дорожке с поворотом на 90—180 градусов произвольно и по сигналу.

«На одной ножке по дорожке».

**Упражнения для развития силы**

Упражнения с отягощением набивными мячами, преодолением сопротивления предмета, партнера.

Сжимание кистевого эспандера — резинового кольца; растягивание упругих резинок и детского плечевого эспандера в положениях стоя, сидя, лежа.

Упражнения и игры для развития выносливости

Пробегание 2 отрезков по 100 м в начале года и по 200 м во второй половине года.

Медленный бег по 3 отрезка длиной 150 м в начале и 200 м в конце года.

Бег в медленном темпе на 300—350 м по пересеченной местности.

Бег в медленном темпе 1,5—2 мин.

Подвижные игры: «Синие, зеленые, желтые»; «Позвони в колокольчик», «Самолеты».

Упражнения для развития гибкости

Для рук и плечевого пояса

Круговые движения рук в разные стороны с максимальной амплитудой.

Одновременное отведение двух рук как можно дальше назад.

Для туловища

Наклоны вперед, дотрагиваясь до пола руками.

Стоя, ноги слегка расставлены, круговые движения обручем вправо –влево вправо.

Сидя, ноги в стороны, прокатывание мяча как можно дальше от себя, не выпуская его из рук.

Для ног

Пружинистые приседания.

Лежа на спине, поднимание ног, согнутых в коленях, вверх и разведение их в стороны.

Стоя боком у стенки, держась за рейку, маховые движения поочередно одной и другой ногой.

**Игры и упражнения для развития ловкости**

Бег с перешагиванием через гимнастические палки, уложенные на **разном** расстоянии (одинаковом, увеличенном); челночный бег 3 раза по 10 м.

Упражнения с гимнастическими палками и кольцами

Перебрасывание палки из одной руки в другую перед собой.

Перебрасывание кольца (диаметром 25—30 см), из руки в руку.

**Упражнения с фитболами**

Покачивание на мяче, сидя на мячах, пружинящие, повторяющиеся, круговые движения рук вперед-назад, движения назад прямых и согнутых рук, движения ног при раскачивании на мячах: ноги вместе, ноги разведены в стороны, накаты на мяч на спину, на живот.

Сочетание движений на мяче с растягиванием в стороны резиновой ленты.

**Подвижные игры**

«Мишень-люлька», «Будь ловким», «Передай мяч».

«Не задень»: обегание предметов.

«Маятник»: подскоки влево -вправо.

Минимальные результаты.

Бег на 30 м — 7,9—7,5 с.

Прыжок в длину с места — 80—90 см.

Прыжок в длину с разбега — 130—150 см

Прыжок в высоту с разбега — 40 см.

Прыжок вверх с места — 25 см.

Прыжок в глубину — 40 см.

Метание предмета:

весом 200 г — 3,5—4 м.

весом 80 г — 7,5 м.

Метание набивного мяча — 2,5 м.

**Модель взаимодействия инструктора по физической культуре:**

- С заведующим, зам. заведующего – создает условия для физкультурнооздоровительной работы, координируют работу педагогов.

- С медицинской сестрой – участвует в проведении лечебнопрофилактических и оздоровительных мероприятий, проводит санитарнопросветительскую работу среди педагогов и родителей.

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

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

В заключении можно сделать вывод:

- положительные результаты в процессе реализации задач образовательных областей «Здоровье», «Физическая культура» возможны при условии тесной взаимосвязи и преемственности в работе всего педагогического коллектива и единства требований, предъявляемых к детям.

**Режим двигательной активности детей группы компенсирующей направленности:**

8-10 минут ежедневно
1.2 Физкультминутки
ежедневно
1.3 Игры и физические упражнения на прогулке
15-20 минут ежедневно
1.4 Закаливание:
- воздушные ванны
Ежедневно после дневного сна
- обтирание
Ежедневно после дневного сна
- босохождение
Ежедневно после дневного сна
- ходьба по массажным дорожкам
Ежедневно после дневного сна
1.5 Дыхательная гимнастика
Ежедневно после дневного сна
2. Учебные физкультурные занятия

Совместные занятия в спортивном зале

2 раза в неделю по 25-30 минут
2.2 Физкультурные занятия на свежем воздухе
1 раз в неделю 25-30 минут
2.3 Корригирующая гимнастика
1 раз в неделю 25-30 минут
3.Активный отдых

Самостоятельная двигательная деятельность

Ежедневно под руководством воспитателя (продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка)

3.2 Спортивные праздники
2 раза в год
3.3 Досуги и развлечения
1 раз в месяц
3.4 Дни здоровья
1 раз в квартал

Совместная деятельность с семьей

4.1 Веселые старты
2 раза в год
4.2 Консультации для родителей
Ежеквартально

**Особенности взаимодействия с семьями воспитанников**

Одним из важных принципов технологии реализации программы по физической культуре является совместное с родителями воспитание и развитие дошкольников, вовлечение родителей в образовательный процесс дошкольного учреждения. При этом сам воспитатель, инструктор по физической культуре определяет, какие задачи он сможет более эффективно решить при взаимодействии с семьей, как поддерживать с родителями деловые и личные контакты, вовлекать их в процесс совместного воспитания дошкольников.

Совместная работа детского сада и семьи по физическому воспитанию вырастить ребенка сильным, крепким, здоровым – это желание родителей и ведущая задача, стоящая перед дошкольным учреждением. Семья и детский сад – те структуры, которые в основном определяют уровень здоровья ребенка. Поступая в детский сад, многие дети имеют отклонения в физическом развитии, и одной из причин таких результатов является неосведомленность родителей в вопросах физического воспитания детей.

Так анкетирование родителей детского сада по вопросам педагогической компетентности в физическом развитии детей показало, что только 30% родителей уверены в своих знаниях, около 20% постоянно знакомятся с рекомендациями по воспитанию детей, а 50% испытывают потребность в консультациях и рекомендациях по физическому воспитанию.

Это означает, что система тесного сотрудничества с семьей является острой необходимостью. Организуя взаимодействие с семьей по вопросам оздоровления детей, мы используем следующие формы работы: Наглядные уголки для родителей, папки передвижки, консультации специалистов.

Анкетирование - этот метод позволяет нам получить информацию от родителей по вопросам физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, получить информацию о ребенке, о его жизни в семье, анализировать качество проводимой работы с родителями. Конкурсы, выставки совместных работ детей и родителей.

Спортивные мероприятия в МОУ центр развития ребёнка№7 проводятся в течение года по разным видам спорта. Основная их цель – помочь каждому ребенку проявить себя в любимом виде спорта, ощутить себя членом команды, разделить с товарищем ответственность за ее победу, показать свои лучшие качества. А участие в соревнованиях детей и родителей благотворно влияет на взаимоотношения в семье, вызывает чувство гордости за общие и индивидуальные победы, позволяет лучше узнать друг друга и побуждает родителя поощрять спортивные интересы ребенка.

*Задача взаимодействия инструктора с семьями дошкольников*

- инструктор по физическому развитию активно вовлекает родителей в совместные с детьми виды деятельности,
- помогает устанавливать партнерские взаимоотношения, поощряет активность и самостоятельность детей.
- в процессе организации разных форм детско-родительского взаимодействия инструктор способствует развитию родительской уверенности, радости и удовлетворения от общения со своими детьми.

## II. Содержательный раздел рабочей программы
## Содержание образовательной работы с воспитанниками

**Вторая младшая группа**

| Месяц | Образовательные области | Планируемые результаты | Основные задачи работы с детьми | Формы организации учебно-воспитательной деятельности |
|---|---|---|---|---|
| Сентябрь 2022 г. | Социально-коммуникативное развитие | Привить интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях. | Способствовать формированию положительного эмоционального отношения к выполнению физических упражнений.<br>Воспитание командных действий и развитие физических качеств.<br>Дифференциация конвенциональных и моральных норм. | НОД<br>Развивающие игры<br>Беседа |
| | Речевое развитие | Формировать навык коллективного взаимодействия. | Выполнение движений под речитатив. | Индивидуальная работа<br>Подвижные игры<br>Пальчиковая гимнастика |
| | **Физическое развитие** | Сформировать навык организованного передвижения по залу. | Освоить перестроение в одну шеренгу и колонну.<br>Освоить элементарные основы перестроений. | НОД<br>Индивидуальная работа<br>Утренняя гимнастика<br>Бодрящая гимнастика |
| Октябрь 2022 г. | Социально-коммуникативное развитие | Развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости и сопереживания. | Продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду.<br>Развитие двигательных способностей. | НОД, праздники |
| | Речевое развитие | Способствовать коммуникативному развитию. | Пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз | Индивидуальная, групповая работа.<br>Работа в мини группах. |
| | **Физическое развитие** | Развитие | Выполнение согласованных | НОД, утренняя |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | физических качеств: быстроты и ловкости. | движений рук и ног. Развитие вестибулярного аппарата и формирование ортостатической устойчивости. | гимнастика, бодрящая гимнастика, индивидуальная работа |
| **Ноябрь 2022 г.** | Социально-коммуникативное развитие | Формирование положительного отношения к труду и другим видам творчества. | Создание благоприятной психологической среды. Укрепление психического здоровья. | Игры малой и средней подвижности, утренняя гимнастика |
| | Речевое развитие | Взаимодействов ие со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательн ое отношение к товарищам. | Развивать диалогическую форму речи. | Потешки, гимнастика для глаз, бодрящая гимнастика, игры малой подвижности |
| | **Физическое развитие** | Ознакомить с организационно-методическими требованиями. | Освоить элементарные основы перестроений. | НОД, утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика, индивидуальная работа |
| **Декабрь 2022 г.** | Социально-коммуникативное развитие | Сформировать элементарные представления о здоровом образе жизни. | Иметь представление о здоровом образе жизни. | Подвижные игры средней и высокой интенсивности |
| | Речевое развитие | Воспитание толерантности. | Формирование командного взаимодействия и уважения друг к другу, и к совместной деятельности. | Беседы Интерактивные игры Загадки |
| | **Физическое развитие** | Формирование кондиционных способностей. | Умение выполнять точно упражнения согласно эталону. | НОД, индивидуальная работа, утренняя гимнастика, подвижные игры в зале и на улице. |
| **Январь 2023 г.** | Социально-коммуникативное развитие | Преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой | Продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль. | Подвижные игры, игры средней и малой подвижности |
| | Речевое развитие | Упражнения и развитие памяти. | Развивать инициативную речь детей во взаимодействия со | Потешки, пальчиковая гимнастика |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | | взрослыми и сверстниками | |
| | **Физическое развитие** | Формирование техники двигательных действий. | В понятие запомнить цепочку упражнений. | НОД, утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика |
| **Февраль 2023 г.** | Социально-коммуникативное развитие | Проявляет положительные эмоции при физической активности, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, понимает, что надо жить дружно, помогать друг другу. | Развивать умение соблюдать в ходе игры элементарные правила, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. | Подвижные игры, игры средней и малой подвижности |
| | Речевое развитие | Закрепление воспитание толерантности. | Формировать умение вести диалог с педагогом: слушать и понимать заданный вопрос, понятно отвечать на него, говорить в нормальном темпе, не перебивая говорящего взрослого. | Пальчиковая гимнастика, самомассаж |
| | **Физическое развитие** | Развитие скоростно-силовых качеств. | Проявить качества: быстроты, ловкости и выносливости | Челночный бег |
| **Март 2023 г.** | Социально-коммуникативное развитие | Элементарные представления о ценности здоровья и формирование командного взаимодействия. | Развивать активность детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, формировать первичные гендерные представления. | Подвижные игры, игры средней и малой подвижности |
| | Речевое развитие | Формирование навыков общения окружающих. | Формировать потребность делиться своими впечатлениями с воспитателями и родителями | Подвижные игры, НОД, двигательная активность в режимных моментах |
| | **Физическое развитие** | Освоить технику прыжков с двух ног. | Развивать умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с продвижением вперед, принимать правильное исходное положение в прыжках в длину, обучать хвату за перекладину во время лазанья, упражнять в ходьбе | Подвижные игры |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | | и беге парами,<br>по кругу, врассыпную, по доске, с перешагиванием через предметы. | |
| **Апрель 2023 г.** | Социально-коммуникативное развитие | Сформировать элементарные представления о здоровом образе жизни. | Выполнение потягивающих упражнений по одному и в парах. | Подвижные игры, игры средней и малой подвижности |
| | Речевое развитие | Обращается к воспитателю по имени и отчеству. | На основе обогащения представлений о ближайшем окружении продолжать расширять и активизировать словарный запас детей. | Подвижные игры, НОД, двигательная активность в режимных моментах |
| | **Физическое развитие** | Физическое совершенствование. | Формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии; развивать умение правильно приземляться в прыжках;<br>закреплять умение энергично отталкивать мячи при бросании, ловить мяч двумя<br>руками одновременно; закреплять умение ползать. | НОД, утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика |
| **Май 2023г.** | Социально-коммуникативное развитие | Проявление положительных эмоций при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, дружелюбие по отношению к окружающим. | Продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения<br>в детском саду. | Подвижные игры, игры средней и малой подвижности |
| | Речевое развитие | Расширение словарного запаса. | Формировать различные слова и их объяснения. | Подвижные игры, НОД, двигательная активность в режимных моментах |
| | **Физическое развитие** | Развитие физической подготовленности. | Формирование физических качеств, ценностных ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Игры на свежем воздухе. |

**Средняя группа**

| Месяц | Образовательные области | Планируемый результат | Основные задачи работы с детьми | Формы организации учебно-воспитательной деятельности |
|---|---|---|---|---|
| Сентябрь 2022 г. | Социально-коммуникативное развитие | Проявление интереса к участию в совместных играх и физических упражнениях. | Способствовать участию детей в совместных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. | НОД Утренняя гимнастика |
| | Речевое развитие | Умение посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками. | Помогать детям доброжелательно общаться друг с другом. | Индивидуальная работа Подвижные игры |
| | **Физическое развитие** | Выполнение организационно-методических требований. | Строевые упражнения. Обще развивающие упражнения. | НОД Индивидуальная работа Утренняя гимнастика Бодрящая гимнастика |
| Октябрь 2022 г. | Социально-коммуникативное развитие | Проявление положительных эмоций при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в детском саду. | Продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду. Приучение детей к самостоятельному выполнению правил в подвижных играх | НОД, утренняя гимнастика |
| | Речевое развитие | Упражнения и | Развивать активность детей | Индивидуальна |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | развитие памяти. | в двигательной деятельности, умение общаться спокойно, без крика. | я работа |
| | **Физическое развитие** | Развитие скоростно-силовых качеств. | Сформировать первоначальную технику бега.<br>Мотивация учебной деятельности.<br>Обще развивающие упражнение. | НОД, утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика, индивидуальна я работа |
| **Ноябрь 2022 г.** | Социально-коммуникативное развитие | Элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, умеет взаимодействова ть со сверстниками. | Воспитывать интерес к двигательной деятельности. Развивать у дошкольников интереса к различным видам игр, побуждение к активной деятельности. | НОД, утренняя гимнастика, подвижные игры |
| | Речевое развитие | Ситуативное проявление доброжелательн ого отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков. | Помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом | Пальчиковая гимнастика Потешки |
| | **Физическое развитие** | Развитие координации и ортостатической устойчивости. | Развитие двигательных навыков, согласованное движение рук и ног.<br>Совершенствование физических качеств. | НОД, утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика, индивидуальна я работа |
| **Декабрь 2022 г.** | Социально-коммуникативное развитие | Проявление интереса к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействова ть и ладить со сверстниками в | Формировать в процессе игры соблюдение правил культурного поведения. Развивать умение подбирать предметы и атрибуты для игры.<br>Продолжать формировать стремление помогать воспитателю в расстановке и уборке спортинвентаря. | НОД, утренняя гимнастика |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | непродолжительной совместной игре, выполняет правила игр, помогает в расстановке и уборке спортинвентаря. | | |
| | Речевое развитие | Умение посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками. | Формировать умение доброжелательно общаться со сверстниками. | Пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз |
| | **Физическое развитие** | Повышение мотивации к спортивной деятельности. | Целеполагание учебной деятельности. Формирование положительных мотивов. | Подвижные игры |
| **Январь 2023 г.** | Социально-коммуникативное развитие | Стремление самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой. | Развивать умение заботиться о своем здоровье | Неделя здоровья |
| | Речевое развитие | Умение посредством речи налаживать контакты. | Развивать свободное общение со взрослыми и детьми. | Пальчиковая гимнастика, бодрящая гимнастика Потешки Неделя здоровья |
| | **Физическое развитие** | Общефизическая подготовка. | Выполнение общеразвивающих упражнений. Повышение аэробных упражнений. | Неделя здоровья Дыхательная гимнастика |
| **Февраль 2023 г.** | Социально-коммуникативное развитие | Проявление положительных эмоций при выполнении физической активности, готов соблюдать элементарные правила в совместных | Совершенствовать умение объединяться в игре, поступать в соответствии с правилами игры. Продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время проведения подвижных игр и игр-соревнований. | НОД, утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | играх, понимает, что надо жить дружно, помогать друг другу | | |
| | Речевое развитие | Умение посредством речи налаживать контакты. | Совершенствовать умение определять и называть местоположение предмета (справа, слева, рядом), совершенствование диалогической речи. | Пальчиковая гимнастика, самомассаж, потешки, считалки |
| | **Физическое развитие** | Координация, ортостатическая устойчивость, её формирование. | Выполнение комбинационных упражнений. | Утренняя гимнастика |
| **Март 2023 г.** | Социально-коммуникативное развитие | Проявление положительных эмоций в самостоятельной двигательной деятельности, имеет элементарные представления о ценности здоровья, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения в соответствии с темпом и ритмом музыки | Продолжать развивать интерес к различным видам игр, формировать умение соблюдать правила культурного поведения в играх.<br>Развивать умение ориентироваться в зале, на физкультурной площадке; соблюдать правила безопасного поведения во время непосредственно образовательной деятельности. | НОД, утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика |
| | Речевое развитие | Закрепление воспитание толерантности. | Продолжать формировать умение доброжелательно общаться со сверстниками во время непосредственно образовательной деятельности. | Пальчиковая гимнастика |
| | **Физическое развитие** | Развитие гибкости. | Развитие потягивающих упражнений по одному и в парах.<br>Формирование навыков командных упражнений. | НОД |
| **IV-2023 г** | Социально-коммуникативное развитие | Готовность соблюдать элементарные правила в | Продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр и игровых упражнений. | НОД, утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | совместных играх, знает предметы ближайшего окружения, ориентируется в пространстве зала и физкультурной площадки. | . | |
| | Речевое развитие | Формирование навыков общения окружающих. | Поддерживать интерес к различным видам игр, к самостоятельному выполнению правил в играх, развитие творческих способностей в играх | Пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, потешки, считалки |
| | **Физическое развитие** | Развитие координационных способностей. Укрепление апорнодвигательного аппарата. | Выполнение комбинационных упражнений. Общеразвивающие упражнения. | НОД, утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика |
| **Май 2023 г.** | Социально-коммуникативное развитие | Проявление положительных эмоций при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности. | Продолжать развивать интерес к различным видам игр, формировать умение соблюдать правила культурного поведения в играх. | НОД, утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика |
| | Речевое развитие | Проявление доброжелательности, дружелюбие по отношению к окружающим. | Продолжать развитие игровой деятельности детей, приобщение к элементарным нормам и правилам взаимоотношений со сверстниками и взрослыми. | Пальчиковая гимнастика, самомассаж, потешки, считалки. |
| | **Физическое развитие** | Развитие скоростно-силовых качеств. | Освоить технику челночного бега. Выполнение упражнений с предметами. | Подвижные игры |

**Старшая группа**

| Месяц | Образовательные области | Планируемые результаты | Основные задачи работы с детьми | Формы работы (занятия, проекты, праздники, концерты и др.) |
|---|---|---|---|---|
| **Сентябрь 2022 г.** | Социально-коммуникативное развитие | Проявление интереса к участию в совместных играх и физических упражнениях. | Воспитывать радостное эмоциональное отношение к выполнению упражнений. Способствовать участию детей в совместных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. Учить соблюдать правила безопасного передвижения в помещении и осторожно спускаться и подниматься по лестнице, держаться за перила. | НОД Утренняя гимнастика |
| | Речевое развитие | Знание считалки. | Развивать свободного общения со взрослыми и детьми. | Индивидуальная работа Подвижные игры Пальчиковая гимнастика |
| | **Физическое развитие** | Выполнение организационно-методических требований. | Строевые упражнения. Обще развивающие упражнения. Специально беговые упражнения. | НОД Индивидуальная работа Утренняя гимнастика Бодрящая гимнастика |
| **Октябрь 2022 г.** | Социально-коммуникативное развитие | Проявление положительных эмоций при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности. | Продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду. Развивать активность детей в двигательной деятельности, умение общаться спокойно, без крика | НОД, утренняя гимнастика Подвижные игры |
| | Речевое развитие | Знание двух-трёх считалок. | Развивать свободного общения со взрослыми и детьми. | Индивидуальная работа Пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз Считалки |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | **Физическое развитие** | Развитие скоростных качеств. | Сформировать первоначальную технику бега.<br>Мотивация учебной деятельности.<br>Обще развивающие упражнение.<br>Специально беговые упражнения. | НОД, утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика, индивидуальная работа |
| **Ноябрь 2022 г.** | Социально-коммуникативное развитие | Стремление участвовать в играх с элементами соревнования. | Поощрять самостоятельную организацию детьми знакомых подвижных игр, участие в играх с элементами соревнований. Поощрять проявление честности, справедливости в играх. | НОД, утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика |
| | Речевое развитие | Знание более трёх считалок. | Развивать свободного общения со взрослыми и детьми. | Пальчиковая гимнастика Потешки |
| | **Физическое развитие** | Развитие скоростно-силовых качеств. | Развитие двигательных навыков, согласованное движение рук и ног.<br>Совершенствование физических качеств. | НОД, утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика, индивидуальная работа |
| **Декабрь 2022 г.** | Социально-коммуникативное развитие | Активное участие в подготовке и уборке физкультурного инвентаря; следит за внешним видом, чистотой и опрятностью физкультурной формы | Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми в процессе непосредственно организованной образовательной деятельности. | НОД, утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика |
| | Речевое развитие | Умение решать спорные вопросы и улаживать конфликты с помощью речи | Формировать умение решать спорные вопросы и улаживать конфликты с помощью речи: убеждать, доказывать, объяснять. | Пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, потешки |
| | **Физическое развитие** | Повышение мотивации к спортивной деятельности. | Целеполагание учебной деятельности.<br>Формирование положительных мотивов.<br>Моделирование успешной ситуации. | НОД, утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика, индивидуальная работа |
| | Социально-коммуникативное | Принятие активного | Умение выполнять точно упражнения согласно | Неделя здоровья |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | развитие | участия в подвижных играх и соревнованиях, стремиться к самостоятельной организации игр. | эталону. | |
| | Речевое развитие | Упражнения и развитие памяти. | Развивать свободного общения со взрослыми и детьми | Неделя здоровья |
| | **Физическое развитие** | Общефизическая подготовка. | Выполнение общеразвивающих упражнений. Повышение аэробных упражнений. | Неделя здоровья Дыхательная гимнастика |
| **Февраль 2023 г.** | Социально-коммуникативное развитие | Принятие активного участия в играх, играх-соревнованиях, стремиться к самостоятельной организации подвижной игры; имеет представление о Российской Армии | Расширять представления о российской Армии посредством непосредственно организованной образовательной деятельности. | НОД, утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика |
| | Речевое развитие | Умение посредством речи налаживать контакты. | Совершенствовать умение определять и называть местоположение предмета (справа, слева, рядом), совершенствование диалогической речи. | Пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, потешки, самомассаж |
| | **Физическое развитие** | Развитие гибкости. | Развитие потягивающих упражнений по одному и в парах. Формирование навыков командных упражнений. | НОД, утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика, вечер развлечений |
| **Март 2023 г.** | Социально-коммуникативное развитие | Подготовка и уборка спортинвентарь к занятию; знает значимость физических упражнений для организма, о важности физических упражнений для | Поощрять организацию детьми знакомых подвижных игр, участия в играх с элементами соревнования. | НОД, утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | здоровья. | | |
| | Речевое развитие | Умение доброжелательно общаться со сверстниками | Продолжать формировать умение доброжелательно общаться со сверстниками во время непосредственно образовательной деятельности. | Пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, потешки |
| | **Физическое развитие** | Развитие координационных способностей. Укрепление апорнодвигательного аппарата. | Выполнение комбинационных упражнений. Общеразвивающие упражнения. | НОД, утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика |
| **Апрель 2023 г.** | Социально-коммуникативное развитие | Проявление честности, справедливости и взаимовыручки при проведении игр-соревнований | Поддерживать интерес к различным видам игр. *П*родолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр и игровых упражнений. | НОД, подвижные игры, подвижные игры на улице |
| | Речевое развитие | Умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. | Продолжать формировать умение доброжелательно общаться со сверстниками во время непосредственно образовательной деятельности. | Подвижные игры малой подвижности |
| | **Физическое развитие** | Развитие физической подготовленности. | Формирование физических качеств, ценностных ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Игры на свежем воздухе |
| **Май 2023 г.** | Социально-коммуникативное развитие | Проявление положительных эмоций при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, дружелюбие по отношению к окружающим. | продолжать приобщать к общепринятым правилам и нормам поведения со сверстниками и со взрослыми | НОД, утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика |
| | Речевое развитие | Потешки, считалки, их знания. | Пальчиковая гимнастика, самомассаж | Пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, потешки |
| | **Физическое развитие** | Развитие скоростно- | Освоить технику челночного бега. | НОД, утренняя гимнастика, |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | силовых качеств. | Выполнение упражнений с предметами. | бодрящая гимнастика, вечер развлечений |

**Подготовительная к школе группа**

| Месяц | Образовательные области | Планируемые результаты | Основные задачи работы с детьми | Формы организации учебно-воспитательной деятельности |
|---|---|---|---|---|
| Сентябрь 2022 г. | Социально-коммуникативное развитие | Умение согласовывать свои действия с действиями партнеров, соблюдает в игре ролевые взаимодействия и взаимоотноше-ния | Воспитывать радостное эмоциональное отношение к выполнению упражнений. Способствовать участию детей в совместных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. Учить соблюдать правила безопасного передвижения в помещении и осторожно спускаться и подниматься по лестнице, держаться за перила. | НОД Утренняя гимнастика Подвижные игры |
| | Речевое развитие | Свободное общение с взрослыми и детьми. | Развивать свободного общения с взрослыми и детьми. | Индивидуальная работа Подвижные игры Пальчиковая гимнастика |
| | **Физическое развитие** | Выполнение организационно-методических требований. | Строевые упражнения. Обще развивающие и специально беговые упражнения. | НОД Индивидуальная работа Утренняя гимнастика Бодрящая гимнастика |
| Октябрь 2022 г. | Социально-коммуникативное развитие | Знание элементарных правил поведения в физкультурном зале. | Продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду. Развивать активность детей в двигательной деятельности, | НОД, утренняя гимнастика Подвижные игры |
| | Речевое развитие | Умение общаться спокойно, без | Развивать умение общаться спокойно, без крика | Пальчиковая гимнастика, гимнастика для |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | крика. | | глаз, потешки, считалки |
| | **Физическое развитие** | Развитие скоростно-силовых качеств. | Сформировать первоначальную технику бега.<br>Мотивация учебной деятельности.<br>Обще развивающие и специально беговые упражнение. | НОД, утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика, индивидуальная работа |
| **Ноябрь 2022 г.** | Социально-коммуникативное развитие | Принятие активного участия в подготовке и уборке спортинвентаря; ориентируется в пространстве. | Поощрять активность детей в подготовке и уборке спортинвентаря | НОД, утренняя гимнастика, подвижные игры малой подвижности, подвижные игры на улице |
| | Речевое развитие | Ситуативное проявление доброжелательного отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков. | Помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом | Пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, самомассаж |
| | **Физическое развитие** | Развитие координации и ортостатической устойчивости. | Развитие двигательных навыков, согласованное движение рук и ног.<br>Совершенствование физических качеств.<br>Обще развивающие и специально беговые упражнения. | НОД, утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика, индивидуальная работа |
| **Декабрь 2022 г.** | Социально-коммуникативное развитие | Оценка качества упражнений выполнения другими детьми, как сам выполняет; умеет решать спорные вопросы в процессе двигательной деятельности, проявляет | Развивать инициативу организаторских способностей, умение действовать в команде. | НОД, утренняя гимнастика, подвижные игры малой подвижности, подвижные игры на улице |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | взаимовыручку. | | |
| | Речевое развитие | Знание названия многих физических упражнений | Побуждать к называнию упражнений, поощрение речевой активности в процессе двигательной деятельности. | Пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, потешки |
| | **Физическое развитие** | Повышение мотивации к спортивной деятельности. | Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе; развивать умение придумывать варианты игр, проявляя творческие способности | НОД, утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика |
| **Январь 2023 г.** | Социально-коммуникативное развитие | Проявление интереса к физкультуре. | Целеполагание учебной деятельности. Формирование положительных мотивов. | Неделя здоровья |
| | Речевое развитие | Проявление интереса к физкультуре, проговаривает название физических упражнений и знает их влияние на организм | Формировать умение отстаивать свою точку зрения. | Неделя здоровья |
| | **Физическое развитие** | Общефизическая подготовка. | Выполнение общеразвивающих и специально беговых упражнений. Повышение аэробных упражнений. | Неделя здоровья Дыхательная гимнастика |
| **Февраль 2023 г.** | Социально-коммуникативное развитие | Представление о Российской Армии; активно участвует в подвижных играх, придумывает варианты игр. | Расширять представления о российской Армии посредством непосредственно организованной образовательной | НОД, утренняя гимнастика, подвижные игры малой подвижности, подвижные игры на улице |
| | Речевое развитие | Стремление к самостоятельной организации игр; умеет отстаивать свою точку зрения. | Совершенствовать умение определять и называть местоположение предмета (справа, слева, рядом), совершенствование диалогической речи. | Пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз Потешки |
| | **Физическое развитие** | Координация, ортостатическая устойчивость, её формирование | Выполнение комбинационных, обще развивающих и специально беговых упражнений. | НОД, вечер развлечений |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **Март 2023 г.** | Социально-коммуникативное развитие | Проявление взаимовыручки, поддержка своих товарищей, действие в команде. | Развивать умение использовать в самостоятельной деятельности разнообразные по содержанию подвижные игры, справедливо оценивать результаты игры, интерес к народным играм. | НОД, утренняя гимнастика, подвижные игры малой подвижности, подвижные игры на улице |
| | Речевое развитие | Умение доброжелательно общаться со сверстниками | Продолжать формировать умение доброжелательно общаться со сверстниками во время непосредственно образовательной деятельности. | Пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, потешки, считалки |
| | **Физическое развитие** | Развитие гибкости. | Развитие потягивающих упражнений по одному и в парах. Формирование навыков командных упражнений. | НОД, утренняя гимнастика, вечер развлечений |
| **Апрель 2023 г.** | Социально-коммуникативное развитие | Проявление взаимовыручки, поддержка своих товарищей, действие в команде. | Развивать умения действовать в команде. Продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр и игровых упражнений. | НОД, утренняя гимнастика, подвижные игры малой подвижности, подвижные игры на улице |
| | Речевое развитие | Умение доброжелательно общаться со сверстниками | Продолжать формировать умение доброжелательно общаться со сверстниками во время непосредственно образовательной деятельности. | Пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, считалки |
| | **Физическое развитие** | Развитие координационных способностей. Укрепление опорно-двигательного аппарата. | Выполнение комбинационных упражнений. Общеразвивающие и специально беговые упражнения. | НОД, утренняя гимнастика, вечер развлечений |
| **Май 2023 г.** | Социально-коммуникативное развитие | Проявление взаимовыручки, поддержка своих товарищей, действие в команде. | Воспитывать доброжелательность, готовность выручить сверстника, развивать умение считаться с интересами и мнением товарищей по игре, справедливо решать споры. | НОД, утренняя гимнастика, подвижные игры малой подвижности, подвижные игры на улице |
| | Речевое развитие | Умение доброжелательно общаться со сверстниками | Продолжать формировать умение доброжелательно общаться со сверстниками во время непосредственно | Пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, считалки |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | | образовательной деятельности. | |
| | **Физическое развитие** | Развитие скоростно-силовых качеств. | Освоить технику челночного бега. Выполнение упражнений с предметами. | НОД, утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика |

## Система физкультурно-оздоровительной работы с детьми

**Основные направления физкультурно-оздоровительной работы:**

- Распределение материала занятий, двигательной нагрузки, профилактику заболеваний, диагностики развития и воспитания.
- Изменение модели взаимодействия педагога и ребёнка с учебно-дисциплинарной на личностно-ориентированную.
- Взаимосвязь всех специалистов МОУ в решении задач.
- Активное приобщение родителей к проведению физкультурно-оздоровительной работы.

Система *по формированию физических качеств и укрепления здоровья детей решаются интегрировано* в ходе освоения всех образовательных областей:

- познавательное развитие
- речевое развитие
- социально-коммуникативное развитие
- художественно-эстетическое развитие

**Взаимодействие всех участников образовательной деятельности в МОУ Центр развития ребёнка№7**

| Компоненты деятельности | Педагоги | Медицинский персонал | Администрация | Родители |
|---|---|---|---|---|
| **Физическое развитие и оздоровление ребенка** | | | | |
| Адаптация | Оказание эмоциональной поддержке ребёнку к постепенной адаптации и привыканию к МОУ. Оценка индивидуальных особенностей поведения и воспитания ребёнка. | Проведение медико-биологических мероприятий с целью выявления особенностей физического развития ребёнка. Содействие и помощь педагогам и родителям в адаптации ребёнка к МОУ. | Координация работы медицинской, педагогической службы МОУ с целью обеспечения щадящей адаптации ребёнка. | Содействие работникам МОУ и оказание поддержки малышу в адаптации. |
| Создание условий для физического развития и | Выполнение системы проведения режимных | Обеспечение рационального режим сна, питания, | Обеспечение руководство и контроль по созданию | Соблюдение дома режима сна и питания, принятые в |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| психологического комфорта ребенка в МОУ | мероприятий. Создание благоприятного психологического климата в группе. Реализация личностно-ориентированного подхода. | двигательного режима и выполнения санитарных требований к содержанию детей в МОУ | условий для физического и психологического комфорта ребенка в детском саду. | детском саду. |
| Соблюдение режима двигательной активности | Создание условия, выделяют время в режиме дня для спонтанной двигательной активности и организованных физкультурных форм работы в группах | Осуществление медико-педагогического контроля за соблюдением режима двигательной активности в течение дня. | | Организация прогулки дома в выходные дни, дают возможность малышу свободно двигаться в самостоятельной игровой деятельности |
| НОД по физической культуре, спортивные праздники, досуги | Соблюдение программных и возрастных требований при организации и проведении НОД по физической культуре и утренних гимнастик. Оказание необходимой консультативной помощи родителям с целью формирования у детей интереса к систематическим занятиям спортивными упражнениями. Осуществление индивидуального подхода к детям с ослабленным | Контроль и соблюдение санитарно – гигиенических норм проведения занятий, моторной плотности и физической нагрузки на детей во время организованных форм работы по физическому воспитанию детей | Создание материально – технических условий, обеспечивающих качественное и безопасное проведение образовательной деятельности по физическому развитию детей. Осуществление контроля за качеством проведения всех форм работы по физическому развитию детей и обеспечению двигательной активности детей в течение дня. | Вовлечение родителей в педагогический процесс. Осуществление совместной спортивной деятельности. |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | здоровьем. | | | |
| Формирование основ здорового образа жизни | Обучение детей личной гигиене. Формирование знаний и умений детей по основам безопасности жизнедеятельности, освоению схемы поведения детей в опасных ситуациях. | Осуществление контроля за качеством работы педагогов МОУ по формированию культурно – гигиенических навыков, выполнением санитарных правил, установленных органами Роспотребнадзора. | Создание условия для безопасного труда и безопасной жизнедеятельности детей в МОУ, контролирует выполнение санитарных правил, установленных органами Роспотребнадзора. Осуществление контроля за освоением Программы по данному направлению. | Соблюдение культурно – гигиенические навыков и привычек, вырабатываемые в детском саду, в том числе и дома. Контроль за выполнением. |
| Летняя оздоровительная работа | Обеспечение максимального пребывания детей на свежем воздухе. Организация музыкальных и спортивных развлечения, активный отдых на прогулке, походы, экскурсии на природу. | Консультация педагогов и родителей по обеспечению безопасности детей в летний период, по профилактике детского травматизма, солнечного удара, укусы насекомых, отравления ядовитыми грибами, ягодами, растениями и т.д. Оказание первой помощи при заболеваниях детей, контролирует выполнение закаливающих процедур. | Материальное обеспечение летней оздоровительной работы. Контроль выполнения закаливающих процедур, мероприятия по активному отдыху и организации прогулок, экскурсий, организует связь с общественными организациями. | Соблюдение требований, предъявляемых детским садом к летней одежде, головным уборам, питанию, режиму дня, заботе о безопасности ребенка. |
| Закаливание. Укрепление иммунитета детей к болезням. | Обеспечение систематичности, качество проведения закаливающих и оздоровительн | Разработка и внедрение комплекса закаливающих и общеукрепляющих процедур, адаптировав их к условиям МОУ. | | Обеспечение непрерывности закаливающих процедур в дни непосещения ребенком МОУ. |
| | | Осуществление медико – педагогического контроля над проведением закаливающих процедур. | | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | ых процедур в режиме дня. Консультация родителей по видам профилактики заболеваний в домашних условиях. | Проводят анализ эффективности применения закаливания. | | |
| Группа здоровья | Обеспечение регулярного посещение группы здоровья ослабленными или часто болеющими детьми. Обеспечение щадящего режима в группе для часто болеющих детей, детей 3 группы здоровья, недавно переболевших детей. | Провождение отбора детей в группу здоровья по медицинским показаниям. Подбирают в соответствии с заболеваниями комплексы лечебной гимнастики, упражнений, игр, витаминотерапии для укрепления иммунитета детей | Координация работы сотрудников МОУ, родителей, педиатра детской поликлиники по укреплению здоровья детей. | Выполнение рекомендаций МОУ, обеспечивая непрерывность процесса оздоровления. |
| Профилактика нарушений зрения, осанки и плоскостопия | Включение в режим дня упражнения на профилактику нарушений плоскостопия, осанки, зрения. Учит детей контролировать собственную осанку, посадку за столом во время занятий. | Проведение диагностики состояния у детей зрения, осанки, стопы. Контролирует выполнение в группах комплексной системы оздоровительных мероприятий в МОУ. | Обеспечение материально – технического состояния здания, мебели, игрового материал, спортивного оборудования в физкультурном зале и на участках в соответствии санитарным нормам и требованиям Роспотребнадзора. | Выполнения упражнения по рекомендациям врача, воспитателя. Контроль состояние осанки ребенка дома. Контроль время просмотра телепередач и компьютерных игр. |

## Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения основной адаптированной программы дошкольного образования по физическому развитию воспитанников

| Объект педагогической диагностики (мониторинг) | Формы и методы педагогической диагностики | Периодичность проведения педагогической диагностики | Длительность проведения педагогической диагностики | Сроки проведения педагогической диагностики |
|---|---|---|---|---|
| **Индивидуальные достижения детей в образовательной области: "Физическое развитие" II младшая группа** | Наблюдение. Диагностика физической подготовленности. Качественные показатели техники основных видов движений | 2 раза в год | 2 недели во всех возрастных группах | С 3 по 16 сентября 2022<br>С 16 по 31 мая 2023 |
| **Индивидуальные достижения детей в образовательной области: "Физическое развитие" Средняя группа** | Наблюдение. Диагностика физической подготовленности. Качественные показатели техники основных видов движений | 2 раза в год | 2 недели во всех возрастных группах | С 3 по 16 сентября 2022<br>С 16 по 31 мая 2023 |
| **Индивидуальные достижения детей в образовательной области: "Физическое развитие" Старшая группа/подготовительная к школе группа** | Наблюдение. Диагностика физической подготовленности. Качественные показатели техники основных видов движений | 2 раза в год | 2 недели во всех возрастных группах | С 3 по 16 сентября 2022<br>С 16 по 31 мая 2023 |

## 2.4. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников

| месяц | Темы | Группы | Формы работы |
|---|---|---|---|
| **IX-2022г.** | «Цели и задачи физического воспитания детей данного возраста» | Все группы | Выступление на родительских собраниях |
| **X-2022 г.** | «Папа, мама, я – спортивная семья!» | Подготовительная группа | Проведение семейного спортивного праздника |
| **XI-2022г.** | Здоровье, красота, спорт | Все группы | Занятие корригирующей гимнастикой (Гимнастика, направленная на формирование осанки) |
| **XII-2022 г.** | «Не стесняйся!» Развитие самооценки | Все группы | Тренинг |
| **I-2023 г.** | «Любимые виды зимних видов спорта» | Все группы | Выставка рисунков |
| **II-2023 г.** | Детский фитнес | Все группы | Практическое занятие |
| **III-2023 г.** | Урок - импровизация | Все группы | Игровая деятельность |
| **IV-2023 г.** | Путешествие в Спортландию | Старшая и подготовительная группы | Совместное с родителями и детьми старшего и подготовительного возраста физкультурное развлечение |
| **V-2023 г.** | Занятие - соревнования | Средняя группа | Проведение семейного спортивного праздника с родителями и детьми средней группы |
| **VI-2023 г.** | 1.«Диагностика физического развития»<br>2.«Организация и проведение активного летнего отдыха детей и взрослых» | Все группы | 1.Индивидуальные консультации с родителями по результатам диагностики физического развития.<br>2.Оформление информационного стенда |

## 3. Организационный раздел рабочей программы

## Объем образовательной нагрузки

| **Группы** | **Продолжительность одного занятия по физическому развитию** | **Количество образовательных занятий по физическому развитию** ***в неделю*** |
|---|---|---|
| Группа младшего возраста | 15 мин | 2 |
| Группы среднего возраста | 20 мин | 2 |
| Группы старшего возраста | 25 мин | 2 |
| Подготовительные к школе группы | 30 мин | 2 |

## Режим двигательной активности детей МДОУ на неделю

| Формы работы | Виды занятий | Количество и длительность занятий (в мин) в зависимости от возраста детей не более: | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | 3-4 года | 4-5 лет | 5-6 лет | 6-8 лет |
| Физкультурные занятия | В помещении | 2 раза в неделю 15 | 2 раза в неделю 20 | 2 раза в неделю 25 | 2 раза в неделю 30 |
| | На улице | 1 раз в неделю 15 | 1 раз в неделю 20 | 1 раз в неделю 25 | 1 раз в неделю 30 |
| Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня | Утренняя гимнастика | Ежедневно 10 | Ежедневно 10 | Ежедневно 10 | Ежедневно 10 |
| | Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке | Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15 | Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20 | Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25 | Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30 |
| | Физкультминутки (в середине статического занятия) | 10 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий | 10 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий | 10 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий | 10 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Активный отдых | Физкультурный досуг | 1 раз в месяц 20 | 1 раз в месяц 20 | 1 раз в месяц 30 | 1 раз в месяц 40 |
| | Физкультурный праздник | - | 2 раза в год до 45 мин | 2 раза в год до 60 мин | 2 раза в год до 60 мин |
| | День здоровья | 1 раз в квартал | 1 раз в квартал | 1 раз в квартал | 1 раз в квартал |
| Самостоятельная двигательная деятельность | Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования | Ежедневно | Ежедневно | Ежедневно | Ежедневно |
| | Самостоятельные подвижные игры | Ежедневно | Ежедневно | Ежедневно | Ежедневно |

## Формы, способы, методы и средства работы с воспитанниками при реализации образовательной области «Физическое развитие»

| | Содержание |
|---|---|
| **1. Формы работы** | *Занятие тренировочного типа*, которое направлено на развитие двигательных функциональных возможностей детей. Тренировочные занятия включают многообразие движений (циклических, ритмических, акробатических и др.) и комплекс общеразвивающих упражнений с использованием тренажеров простого и сложного устройства. В занятие данного типа входят упражнения на спортивных комплексах, где дети выполняют такие движения, как лазанье по канату, шесту, веревочной лестнице и др.<br>• *Тематические занятия*, которые направлены на обучение дошкольников элементам спортивных игр и упражнений (бадминтон, городки, хоккей, настольный теннис, футбол, ходьба на лыжах, езда на велосипеде). Данный тип занятия в основном проводится на воздухе в зависимости от сезона.<br>• *Сюжетные тематические занятия*, построенные на определенном сюжете, в процессе которого дети выполняют упражнения и основные движения на закрепление.<br>• *Контрольно-проверочные занятия*, целью которых является выявление состояния двигательных умений и навыков у детей в основных видах движений (бег на скорость на I0 м с хода и на 30 м со старта, прыжки в длину с места, метание теннисного мяча вдаль (удобной рукой), бросание мяча вверх и ловля его, бросание набивного мяча весом 1 кг из-за головы двумя руками и т.д.).<br>• *Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня*<br>-Утренняя гимнастика |

| | |
|---|---|
| | -Подвижные игры и физические упражнения на прогулке.<br>-Физкультминутки<br>-Физические упражнения после дневного сна.<br>-Закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями<br>• *Активный отдых*<br>-Детский туризм<br>-Физкультурные досуги<br>-Физкультурные праздники<br>-Дни здоровья<br>• *Самостоятельная двигательная деятельность детей* как на прогулке, так и в групповом помещении под руководством воспитателя<br>• *Индивидуальная работа с детьми* |
| **2. Средства работы** | 1. *Гигиенические факторы* (режим дня, гигиена одежды, обуви, гигиеническая обстановка, культурно-гигиенические навыки). Они повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм ребенка, а также содействуют нормальной работе всех внутренних органов и систем.<br>2. *Естественные силы природы* (солнце, вода, воздух) усиливают положительное воздействие физических упражнений на организм и повышают работоспособность ребенка, используются для его закаливания<br>3. *Физические упражнения* - основное средство физического воспитания. Они используются для решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач, содействуют осуществлению умственного, нравственного, эстетического и трудового воспитания дошкольников, а также являются средством лечения при многих заболеваниях. Все эти средства физического воспитания имеют свои характеристики, методы и пути осуществления для детей разного возраста.<br>- во всех мероприятиях по физическому воспитанию следует основываться на знании анатомо-физиологических особенностей детей дошкольного возраста;<br>- необходимо учитывать целостность и единство организма ребенка, которое проявляется в том, что всякое воздействие на любую часть тела вызывает реакцию всего организма. Не может быть изолированных реакций: центральная нервная система объединяет все системы организма в единое целое;<br>- важное значение придается подвижным играм. Они являются не только средством физического воспитания здоровых детей, но и лечебным и оздоровительным средством для больных и ослабленных детей. Игра формирует нравственные качества ребенка, его характер;<br>- необходим индивидуальный подход к каждому ребенку. Дня этого следует знать не только силы и умения ребенка, но и учитывать, что они развиваются и формируются под воздействием воспитания. При этом нельзя выделять детей, которым отдельные движения даются легко и подчеркивать недостатки другого ребенка. Следует у всех детей воспитывать уверенность в своих способностях. Здесь особенно важна роль личности воспитателя, его отношение к физкультуре, гигиене, закаливанию. |

| | |
|---|---|
| **3. Способы работы** | • *Фронтальный способ.* Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.<br>• *Поточный способ*. Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.<br>• *Групповой способ*. Дети по указанию педагога распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).<br>• *Индивидуальный способ*. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности. |
| **4. Методы работы** | *Наглядные*:<br>- наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физического оборудования, зрительные ориентиры);<br>- наглядно – слуховые приемы (музыка)<br>- тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя).<br>*Словесные*:<br>- объяснения, пояснения, указания;<br>- подача команд, распоряжений, сигналов;<br>- вопросы к детям и поиск ответов;<br>- образный сюжетный рассказ, беседа;<br>- словесная инструкция.<br>*Практические*:<br>- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;<br>- выполнение упражнений в игровой форме;<br>- выполнение упражнений в соревновательной форме;<br>- самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре. |

# Создание развивающей предметно - пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда спортивного зала **содержательно насыщена и соответствует возрастным возможностям детей.** Образовательное пространство спортивного зала оснащено в соответствии с требованиями образовательных программ, реализуемых в дошкольном учреждении и создано таким образом, что дает возможность эффективно развивать **индивидуальность каждого ребенка с учетом его склонностей, интересов, уровня активности**.

**Для основных видов движения:** Гимнастическая скамейка, доска гладкая с зацепами, доска с ребристой поверхностью, дорожка – змейка (канат), коврик массажный, коврик со следочками, батут детский, скакалки, маты гимнастические, гимнастический мяч (фитбол), кегли, кольцеброс, мешочек с грузом, мяч набивной, мячи большие, мячи средние, мячи малые, мяч для волейбола, мяч для футбола, мяч для баскетбола, мишени для метания настенные, кольцо баскетбольное, стенка гимнастическая деревянная, дуга большая, дуга средняя, дуга малая, туннель.

**Для общеразвивающих упражнений**: Флажки, кубики, ленточки, платочки, гимнастические палки, кегли, теннисные мячики, мячики массажные (суджок), обручи, султанчики, мячи средние, мячи малые, гантели.

**Для подвижных игр и эстафет:** маски-шапочки, кольца, обручи, кегли, ориентиры, кубики, мячики, клюшки, шайбы, ворота, пирамиды большие, платочки, прищепки, «гонзики» (пальчиковая гимнастика), муляжи овощей и фруктов, ракетки для бадминтона, маленькие мячики: футбольный, баскетбольный, волейбольный, теннисные мячи (настольный, для большого тенниса). Маски из бумаги, морковки из ткани, машины нарисованные, рыбки и удочки деревянные самодельные, ориентиры для эстафет из бросового материала, самодельные ракеты, маленькие мячики: футбольный, баскетбольный, волейбольный для регби, теннисные мячики (настольный)

Все пространство предметно-пространственной среды и оборудование спортивного зала безопасное, эстетически привлекательное, здоровьесберегающее, развивающее, соответствует санитарно-гигиеническим требованиям и требованиям пожарной безопасности, с учетом свободного доступа детей к местам эвакуации. Спортивное оборудование зала **соответствует возрасту и росту детей**.

**Безопасность:** все спортивное оборудование и инвентарь изготовлено из безвредных для здоровья детей материалов и имеет документы, подтверждающие их происхождение и безопасность. Все приобретаемое оборудование соответствует обязательным требованиям, установленным техническими регламентами и национальными стандартами. Спортивное оборудование закреплено и проверено, на основании чего составлен акт испытания спортивного оборудования и инвентаря.

Все оснащение спортивного зала **эстетически привлекательно**, имеет современный дизайн, яркую окраску и изготовлено из современных материалов. Все оборудование и оснащение зала проходит санитарную обработку в соответствии с **нормами СанПиН** и могут быть подвержены влажной уборке и дезинфекции, рабочий инвентарь ежедневно промываются проточной водой с мылом. В спортивном зале **созданы все условия для сохранения психического и физического здоровья каждого ребенка** и обеспечение его эмоционального благополучия. Предметно-пространственная среда зала обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала, способствует общению и совместной деятельности детей и взрослых.

**Трансформируемость** предметно-пространственной среды спортивного зала подразумевает возможность её изменения в зависимости от образовательной ситуации. Спортивное оборудование зала размещено по периметру помещения благодаря этому остается максимальное пространство для активной двигательной деятельности и проведения НОД. В теплое время года зарядка и непосредственно образовательная деятельность провидится на спортивной площадке, так же используется и асфальтированная территория детского сада для проведения спортивных эстафет и кроссов для детей старшего дошкольного возраста. Во время проведения непосредственно образовательной деятельности дети могут легко пользоваться любым спортивным инвентарем и пособиями, которые располагаются на открытых полках и стеллажах находящихся в свободном доступе детей разных возрастных групп. Инвентарь можно перемещать, переставлять с одного места на другое в зависимости от образовательной ситуации, и поставленной задачи. Использование мягких красочных модулей помогает трансформировать пространство, а **полифункциональность** материалов помогает изменить его в зависимости от образовательной ситуации, например, те же мягкие модули могут быть строительным материалом, средствами для плавания, служить ориентирами, или препятствиями в эстафете и подвижных играх.

**Все пособия** спортивного зала **полифункциональны** и пригодны для использования в разных видах детской активности. Спортивно – игровые пособия, спортивное оборудование, а также спортивный инвентарь **периодически меняется**, появляются новые спортивные пособия и предметы, стимулирующие игровую, двигательную и исследовательскую активность детей. В зависимости от времени года или проектной деятельности МДОУ в спортивном зале меняются наглядные и дидактические пособия, а так же игровой материал, также меняется и оформление фото стенда «Олимпийцы среди нас». Таким образом, развивающая **среда является вариативной.**

Предметно-пространственная среда спортивного зала спроектирована в соответствии с образовательной программой, реализуемой в МДОУ, с учетом **принципа интеграции образовательных областей.**

# *Перспективное планирование спортивных праздников и развлечений на 2022-2023 учебный год по образовательной области « Физическое развитие»*

| № | Тема мероприятия | Сроки проведения | Группа | Ответственные |
|---|---|---|---|---|
| 1 | «На огороде и в саду» | сентябрь | 2 – я младшая | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 2 | «В гостях у сказки» | сентябрь | Средняя | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 3 | «Праздник дорожных знаков» | сентябрь | Старшая | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 4 | «Путешествие в страну знаний» | сентябрь | Подготовительная | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 5 | «Магазин игрушек» | октябрь | 2 – я младшая | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 6 | «В лес по грибы» | октябрь | Средняя | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 7 | «Весёлая физкультура» | октябрь | Старшая | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 8 | «Весёлые старты!» | октябрь | Подготовительная | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 9 | «До свидания, осень!» | ноябрь | 2 – я младшая | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 10 | «Мама – улыбнись!» | ноябрь | Средняя | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 11 | «Поле чудес» | ноябрь | Старшая | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 12 | «Мамины помощники» | ноябрь | Подготовительная | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 13 | «Зимние забавы» | декабрь | 2 – я младшая | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 14 | «Снег, снежок – белая вся улица» | декабрь | Средняя | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 15 | «Зимнее путешествие по станциям» | декабрь | Старшая | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 16 | «Ледниковый период» | декабрь | Подготовительная | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 17 | «В гости к Снеговику» | январь | 2 – я младшая | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 18 | «Проказы зимы» | январь | Средняя | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 19 | «Сильным, ловким вырастай!» | январь | Старшая | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 20 | « Новогодние игры» | январь | Подготовительная | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 21 | «Мы растём сильными, здоровыми, спортивными!» | февраль | 2 – я младшая | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 22 | « Наша армия сильна, охраняет нас она» | февраль | Средняя | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 23 | «День защитника Отечества» | февраль | Старшая | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 24 | « Папа – гордость моя» | февраль | Подготовительная | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 25 | «Весеннее настроение» | март | 2 – я младшая | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 26 | «Весна - цветущая пора!» | март | Средняя | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 27 | «Вместе с мамой, вместе с папой с физкультурою дружу» | март | Старшая | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 28 | « Маме мир я подарю» | март | Подготовительная | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 29 | «Весна на улицу зовёт» | апрель | 2 – я младшая | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 30 | «Хотим мы быть здоровыми» | апрель | Средняя | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 31 | « День смеха» | апрель | Старшая | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 32 | « Давай пошалим» | апрель | подготовительная | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 33 | « В гости к солнышку» | май | 2-я младшая | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 34 | «На лесной полянке» | май | Средняя | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 35 | «Красный, желтый, зелёный» | май | Старшая | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |
| 36 | « Огонь – враг и помощник людей» | май | Подготовительная | Инструктор по ФИЗО, воспитатель |

## Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)

| № | Образовательная область по ФГОС | Общеобразовательные программы | Педагогические технологии |
|---|---|---|---|
| | | Основные | |
| 1. | **Физическое развитие** | «Образовательная программа дошкольного образования МДОУ «Центр развития ребенка № 7 Дзержинского района Волгограда» | 1.Оздоровительная работа в МДОУ по программе «Остров здоровья»/Е.Ю.Александрова. – Волгоград:Учитель, 2007<br>2.Занятия, упражнения и игры с мячами, на мячах. Учебно-методическое пособие к Программе воспитания и обучения дошкольников/Под ред.Т.С.Овчинниковой – СПб:КАРО,2010<br>3.Физическая культура дошкольника в МДОУ. Программно-методическое пособие. – М.:Центр педагогического образования, 2007<br>4.Сборник подвижных игр. Для работы с детьми 2-7 лет/Автор-сост. Э.Я.Степаненкова – М.: Мозаика-Синтез, 2011<br>5.Организация занятий фитнесом системе дошкольного образования. Учебно-методическое пособие/М.Борисова – Москва:Обруч, 2014<br>6. Программа «Детство» планирование образовательной деятельности Физическая культура. Т.И.Бабаевой, А.Г.Гогоберидзе, З.А. Михайловой и др.,2011г |

## 4. Приложения

## Перспективное планирование физкультурных развлечений по «Физическому развитию» на 2022-2023 учебный год

| | II младшая группа | Средняя группа | Старшая группа | Подготовительная группа |
|---|---|---|---|---|
| **Сентябрь** | **«Курочка с цыплятами»** **Цель:** Упражнять в беге, равновесии и ориентировке в пространстве. Создать положительно - эмоциональный настрой детей, вызвать интерес к занятиям спортом. | **«Веселый мяч»** **Цель:** Доставить детям удовольствие при выполнении физи-ческих упражнений. Развивать ловкость и глазомер при игре с мячом. Повторить игровые упражнения с бегом. | **«Веселый стадион»** **Цель:** Доставить детям удовольствие при выполнении физических упражнений. Развивать ловкость и глазомер во время игры с мячом. Закрепить умение передавать мяч за головой назад, прыгать с мячом зажатым между ног. Повторить игровые упражнения с бегом. Воспитывать смелость, находчивость. | **«Спортландия»** **Цель:** Доставить детям удовольствие при выполнении физических упражнений. Развивать ловкость и глазомер во время игры с мячом; закрепить умение передавать мяч за головой назад, прыгать с мячом, зажатым между ног. Повторить игровые упражнения с бегом. Воспитывать смелость, находчивость. |
| **Октябрь** | **«Веселые зайчата»** **Цель:** Совершенствовать навыки ходьбы и бега, упражнять в прыжках в высоту. Продолжать знакомить детей с окружающим миром. Учить разгадывать загадки. Доставить детям чувство радости. | **«Путешествие в осенний лес»** **Цель:** Продолжать расширять знания детей об окружающем мире, развивать фантазию, воображение. Воспитывать любовь к природе и бережное к ней отношение. Развивать физи-ческие качества (силу, ловкость смелость, гибкость) | **«В гостях у осени»** **Цель:** Доставить детям удовольствие при выполнении физических упражнений. Закрепить умение продвигаться по кругу; повторить игровые упражнения с бегом, метанием. Развивать ловкость, быстроту, смелость. | **«Осенние гуляния»** **Цель:** Знакомить с русскими народными играми, забавами и народными традициями. Закреплять навыки выполнения русских танцевальных движений. Развивать самостоятельность и умение импровизировать. |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | Доставить детям чувство радости. | | |
| **Ноябрь** | **«Колобок»**<br><br>**Цель:** Вызвать положительный эмоциональный отклик. Дать родителям возможность увидеть возможности и способности ребенка. Дать возможность родителям и детям заниматься совместно физкультурой. | **«Как звери готовятся к зиме»**<br><br>**Цель:** Продолжать знакомить детей с окружающим миром. Совершенствовать навыки ходьбы и бега. Упражнять в подбрасывании и ловле мяча. Доставить детям чувство радости. | **«Сказочные эстафеты»**<br><br>**Цель:** Вызвать положительный, эмоциональный настрой, устойчивый интерес к занятиям спортом, Упражнять в равновесии, беге прыжках. Развивать быстроту, ловкость, смелость. Воспитывать чувства коллективизма и взаимовыручки. | **«Веселые старты»**<br><br>**Цель:** Способствовать пропаганде здорового образа жизни среди детей и их родителей; популяризации активных форм отдыха; укреплению морального облика семьи; проявлению у детей и взрослых физической закалки, духа коллективизма. Развивать у детей физические качества: быстроту, смелость, выносливость. Воспитывать дружелюбие, чувство сопереживания, ответственности, дисциплинированности. |
| **Декабрь** | **«В гости к мишкам»**<br><br>**Цель:** Продолжать знакомить детей с природными явлениями; воспитывать любовь к природе и желание ее беречь; совершенствовать навыки ходьбы и бега; упражнять в ползании. Доставить детям радость. | **«Зимние забавы»**<br><br>**Цель:** Расширять знания детей об окружающем мире. Совершенствовать навыки ходьбы и бега. Упражнять в подбрасывании и ловле мяча. Доставить детям чувства радости. | **«Зимние игры»**<br><br>**Цель:** Формировать двигательные умения и навыки. Развивать физические качества (силу, быстроту, выносливость). Воспитывать целеустремленность. Доставить детям радость. | **«Если хочешь быть здоровым»**<br><br>**Цель:** Создать радостное, бодрое настроение, желание играть в совместные игры. Упражнять в беге, прыжках, метании. Развивать ловкость, быстроту, смелость. Воспитывать доброжелательность. |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **Январь** | **«Встреча со Снеговиком»**<br>**Цель:** Совершенствовать навыки ходьбы и бега. Упражнять в метании, прыжках. Закреплять знания детей в названии и определении времен года. Развивать внимание. Доставить детям чувство радости. | **«Путешествие в зимний лес»**<br>**Цель:** Совершенствовать навыки ходьбы и бега. Упражнять в ползании. Продолжать знакомить с зимними явлениями природы. Воспитывать любовь к природе и желание ее беречь. | **«Чем зимою нам заняться?»**<br>**Цель:** Закрепить знания о зимних видах спорта и развлечениях. Развивать внимание, выразительность движений, подвижность суставов. Формировать умение создавать образ в движении. Воспитывать интерес к спорту, желание заниматься им. | **«Страна зимних игр и развлечений»**<br>**Цель:** Закрепить знания детей о зимних видах спорта. Способствовать развитию выразительности речи, мимики и движений. Развивать ловкость быстроту, смелость, внимание, выразительность движений. Воспитывать желание заниматься спортом, чувство товарищества и спортивный характер. |
| **Февраль** | **«Летчики»**<br>**Цель:** Упражнять в беге, равновесии, спрыгивании, прыжках. Развивать ловкость, быстроту. Воспитывать желание быть похожими на храбрых летчиков. | **«Хочется мальчишкам в армии служить!»**<br>**Цель:** Создать радостное, бодрое настроение. Совершенствовать двигательные умения. Формировать интерес и потребность в занятиях спортом. Развивать ловкость, быстроту, силу, смекалку. | **«Будем в армии служить!»**<br>**Цель:** Упражнять в беге. прыжках, метании. Развивать быстроту, ловкость, смелость, глазомер. Воспитывать любовь и уважение к профессии военного, чувства коллективизма и взаимовыручки, ответственности. | **«Слава армии Российской!»**<br>**Цель:** Совершенствовать двигательные способности; упражнять в равновесии, беге прыжках. Развивать быстроту, ловкость, смелость. Воспитывать любовь и уважение к профессии военного, чувства коллективизма и взаимовыручки. |
| **Март** | **«Пришла весна, разбудим мишку ото сна»**<br>**Цель:** . Закрепить умение бросать мяч об пол (вверх) и ловить его двумя | **«Федорино горе»**<br>**Цель:** Упражнять в равновесии, умении сохранять правильную | **«Весенние старты»**<br>**Цель:** Совершенствовать навыки ходьбы и бег. Упражнять в подбрасывании, | **«Юные олимпийцы»**<br>**Цель:** Приобщить детей к традициям большого спорта; продолжать укреплять здоровье |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **Март** | руками. Развивать устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке и массажным дорожкам. Совершенствовать навык прыжков через предметы. Воспитывать желание заниматься физическими упражнениями. | осанку, спрыгивании со скамейки и подпрыгивании вверх с доставанием предмета. Развивать внимание, ловкость, выносливость. Доставить детям чувство радости. | отбивании, ловле и прокатывании мяча. Воспитывать волю к победе, командные качества (чувство долга, ответственности). Доставить детям радость. | детей; учить не только получать радость от своих результатов, но и переживать за товарищей. выявить спортивные интересы, склонности и способности дошкольников; развивать быстроту, ловкость, силу, точность, выносливость; воспитывать волевые качества, развивать стремление к победе и уверенность в своих силах. |
| **Апрель** | **«Мы растем здоровыми!»** **Цель:** Создать радостное, бодрое настроение, желание играть в совместные игры. Упражнять в беге, прыжках, метании. Развивать ловкость, быстроту, смелость. Воспитывать доброжелательность. | **«Мы растем здоровыми, красивыми, счастливыми!»** **Цель:** Формировать навыки здорового образа жизни. Закрепить выполнение основных движений: бега, прыжков, метания. Развивать умение ориентироваться в пространстве. Доставить детям чувство радости. | **«Ловкие, сильные, смелые!»** **Цель:** Развивать умение ставить перед собой цель и достигать ее, преодолевая препятствия; совершенствовать двигательные качества (ловкость, быстроту, выносливость); развивать умение ориентироваться в пространстве; воспитывать командные качества; доставить детям чувство радости. | **«В здоровом теле – здоровый дух!»** **Цель:** Прививать любовь к спорту и физкультурным упражнениям. Развивать быстроту, ловкость, силу. Подвести детей к пониманию того, что каждый человек должен сам заботиться о своем здоровье с детства. Повышать защитные силы организма через массаж, дыхательную гимнастику. Закрепить знания о необходимости наличия витаминов в организме человека, о полезных продуктах, в которых содержаться витамины. Доставить детям чувство радости. |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **Май** | **«Веселые лягушки»**<br>**Цель:** Доставить детям удовольствие при выполнении физических упражнений. Упражнять в ходьбе, беге, прыжках. Развивать ориентировку в пространстве. | **«Веселый обруч»**<br>**Цель:** Доставить детям удовольствие при выполнении физи-ческих упражнений; развивать ловкость и глазомер во время игры с обручем; повторить игровые упражнения с бегом, прыжками; воспитывать смелость, находчивость | **«Зеленая страна»**<br>**Цель:** Совершенствовать двигательные способности детей. Упражнять в ходьбе, беге, прыжках, метании. Воспитывать любовь к природе. Доставить детям чувство радости. | **«Джунгли зовут!»**<br>**Цель:** Вызвать положительный, эмоциональный настрой, устойчивый интерес к занятиям спортом. Упражнять в равновесии, беге прыжках. Развивать быстроту, ловкость, смелость. Воспитывать чувства коллективизма и взаимовыручки. |