

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 38 «Успех» города Ставрополя

ПРИНЯТО
На педагогическом совете
протокол № 1
от «30» августа 2024 г

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ д/с № 38
«Успех» Л.В. Антонова
«30» августа 2024 г



Рабочая программа
по физическому развитию детей
дошкольного возраста (3-8 лет)
муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения
детского сада № 38 «Успех»
города Ставрополя
на 2024 – 2025 учебный год.

Составили:

г. Ставрополь
2024 г.

Содержание

I. Целевой раздел.

1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Основные цели и задачи программы.....	4
1.3. Реализуемые программы и технологии	10
1.4. Принципы и подходы программы	10
1.5. Особенности физического воспитания и развития детей	11
1.6. Связь с другими образовательными областями	13
1.7. Целевые ориентиры образования	13

II. Содержательный раздел.

2.1. Формы, способы, методы и средства реализации программы... ..	14
2.2. Учебный план реализации программы	15
2.3. Расписание образовательной деятельности по физической культуре... ..	15
2.4. Тематическое планирование образовательной деятельности по физической культуре.....	16

III. Организационный раздел.

3.1. Режим двигательной активности.....	29
3.2. Взаимодействие воспитателя по физической культуре с другими участниками образовательного процесса.....	30
3.3. Организация развивающей предметно-пространственной среды физкультурного зала	32
3.4. Мониторинг образовательной деятельности по физической культуре... ..	32
3.5. Перечень учебно-методической литературы по физическому воспитанию детей дошкольного возраста... ..	33
Литература.....	34

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.

1.1. Пояснительная записка.

Рабочая программа по физическому развитию детей МБДОУ д/с № 38 «Успех» разработана в соответствии с примерной основной образовательной программой дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, Э.М.Дорофеевой, 2019 г., в соответствии с ФГОС ДО.

Рабочая программа по физическому развитию детей дошкольного возраста обеспечивает развитие детей в возрасте от 1,5 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по основному направлению – «Физическое развитие».

«Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)» (п.2.6.ФГОС ДО).

Рабочая программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ.
- Устав МБДОУ д/с № 38 «Успех» утвержден 21.08.2017 г.
- Лицензия на осуществление образовательной деятельности № 5916 от 12.09.2017 г.
- Конституция Российской Федерации.
- Конвенция ООН о правах ребенка.
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».
- Санитарных правил 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утверждены постановлением Главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28;

- Инструктивно-методическое письмо Минобразования России «О гигиенических требованиях, максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения».

1.2. Основные цели и задачи программы.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:
- формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

Группа раннего возраста (от 1,5 до 2 лет)

Формировать у детей двигательные умения и навыки, развитие физических качеств.

Первая младшая группа (от 2 до 3 лет)

Формировать у детей представления о значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека: глаза - смотреть, уши - слышать, нос - нюхать, язык - пробовать (определять) на вкус, руки - хватать, держать, трогать; ноги - стоять, прыгать, бегать, ходить; голова - думать, запоминать.

Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)

Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.

Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.

Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.

Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма.

Дать представление о необходимости закаливания.

Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.

Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения.

Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека.

Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат). Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.

Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах.

Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь».

Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»).

Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ошибках, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме. Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека.

Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма.

Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»). Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.

Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.

Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.

Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим.

Формировать умение характеризовать свое самочувствие. Знакомить детей с возможностями здорового человека.

Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.

Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.

Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим). Формировать представления о значении двигательной активности в жизни

человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.

Формировать представления об активном отдыхе.

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

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

Физическая культура.

Группа раннего возраста (от 1,5 до 2 лет)

Ходьба и упражнения в равновесии. Ходьба стайкой, ходьба по доске (ширина 20 см, длина 1,5-2 м), приподнятой одним концом от пола на 15-20 см. Подъем на опрокинутый вверх дном ящик (50x50x15 см) и спуск с него. Перешагивание через веревку или палку, приподнятую от пола на 12-18 см.

Ползание, лазанье. Перелезание через бревно (диаметр 15-20 см), подлезание под веревку, поднятую на высоту 35-40 см, пролезание в обруч (диаметр 45 см). Лазанье по лесенке-стремянке вверх и вниз (высота 1,5 м).

Катание, бросание. Катание мяча (диаметр 20-25 см) в паре с взрослым, катание по скату и перенос мяча к скату. Бросание мяча (диаметр 5-8 см) правой и левой рукой на расстояние 50-70 см.

Общеразвивающие упражнения. В положении сидя на скамейке поднятие рук вперед и опускание их, отведение за спину.

В положении сидя повороты корпуса вправо и влево с передачей предмета.

В положении стоя полунаклоны вперед и выпрямление; при поддержке взрослого полунаклоны вперед, перегибаясь через палку (40-45 см от пола).

Приседания с поддержкой взрослого.

Подвижные игры

Формировать у детей устойчивое положительное отношение к подвижным играм. Ежедневно проводить подвижные игры с использованием игрушки и без нее.

Развивать основные движения детей (ходьба, ползание и лазанье, катание и бросание мяча).

Формировать умение двигаться стайкой в одном направлении, не мешая друг другу. Развивать умение внимательно слушать взрослого, действовать по сигналу.

Первая младшая группа (от 2 до 3 лет)

Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.

Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога.

Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.

Подвижные игры. Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями.

Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание). Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т.п.).

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

Продолжать развивать разнообразные виды движений.

Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног.

Приучать действовать совместно.

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

Учить энергично, отталкиваясь двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см.

Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.

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

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

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

Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.

Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.

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

Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами.

Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами.

Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений.

Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Формировать правильную осанку.

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

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

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

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

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

Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

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

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

Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.

Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

Приучать к выполнению действий по сигналу.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.

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

Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

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

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

Учить ориентироваться в пространстве.

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

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

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

Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

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

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

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

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

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

Добиваться активного движения кисти руки при броске.

Учить перелезть с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

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

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

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

Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.

Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.

Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

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

Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.

Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.

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

1.3. Реализуемые программы и технологии.

1. Основная образовательная программа МБДОУ д/с № 38 «Успех», разработанная на основе ФГОС ДО.

2. Э.Я.Степаненкова. «Физическое воспитание в детском саду».

3. Е.Н.Борисова. «Система организации физкультурно – оздоровительной работы с дошкольниками».

4. М.Ю.Картушина. «Зеленый огонек здоровья».

5. А.К.Сундукова, Г.Н.Калайтанова. «Практический опыт здоровьесберегающей деятельности в ДОУ».

6. Л.И.Пензулаева. «Физическая культура в детском саду».

1.4. Принципы и подходы программы.

1. Соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка.

2. Сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики).

3. Соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяет решать поставленные цели и задачи на необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному «минимуму»).

4. Обеспечивает единство воспитательных, обучающих и развивающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию дошкольников.

5. Строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников.

6. Предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности дошкольников не только в рамках образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

7. Предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми (игра)

8. Строится на принципе культуросообразности. Учитывает национальные ценности и традиции в образовании.

1.5. Особенности физического воспитания и развития детей.

Группа раннего возраста (от 1,5 до 3 лет)

Первые годы жизни ребенка характеризуются быстрыми темпами роста и развития организма. Интенсивно увеличиваются морфологические показатели: рост, масса тела.

С рождения до трехлетнего возраста заметно возрастают возбудимость и лабильность нервно-мышечного аппарата, но сила мышц еще невелика. Все суставы ребенка вследствие слабого развития связочного аппарата и мышц отличаются большой подвижностью.

При организации физического воспитания детей раннего возраста следует помнить о физиологии системы и мышечно-связочного аппарата и строго дозировать физические нагрузки.

В этом возрасте нервные процессы недостаточно сильны и подвижны, подвижны, однако условно-рефлекторные связи отличаются большой прочностью и очень трудно поддаются переделке. Поэтому в процессе физического воспитания необходимо учить детей правильному выполнению того или иного упражнения, так как возникший навык прочно и надолго закрепляется. Заученные с ошибками простые движения сделают невозможным в будущем правильное формирование более сложных двигательных навыков, а это будет затруднять полное раскрытие двигательной одаренности ребенка.

В раннем возрасте ребенок не может развиваться правильно без достаточной физической активности. Установлено, что у двухлетних детей на активные движения приходится 70% времени бодрствования, а у трехлетних — не менее 60. Постепенно, по мере развития движения у детей приобретают большую законченность, определенную целесообразность и целенаправленность. Однако в коре головного мозга процессы иррадиации преобладают над процессами концентрации, поэтому движения детей отличаются неточностью, некоординированностью. Внимание в этом возрасте еще неустойчиво, и дети не могут долго сосредотачиваться на чем-то одном и быстро утомляются.

2 младшая группа (от 2 до 3 лет)

Третий год жизни – важный этап в развитии ребёнка. Темп физического развития замедляется, но организм в целом крепнет, движения совершенствуются. Однако, опорно-двигательный аппарата развит сравнительно слабо, двигательный опыт небольшой, движения часто непреднамеренны, направления их случайны, эмоциональные проявления неустойчивы. Активное торможение плохо развито. Ребёнок ещё не умеет самостоятельно регулировать скорость, силу, и амплитуду движений. Интенсивно развивается двигательная активности, которая характеризуется недостаточно сформированной уровнем произвольности. Особенностью формирования у детей дви-

гательных навыков на данном возрастном этапе является многократное повторение одних и тех же движений.

Средняя группа (от 3 до 4 лет)

К четырём годам дети хорошо владеют в общих чертах всеми видами основных движений, возникает необходимость в двигательной импровизации, но они еще не умеют соразмерять свои силы и возможности. Убедившись в трудности выполнения какого-либо упражнения, ребенок проделывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения, что обусловлено неустойчивостью волевых усилий. Двигательная активность детей во многом обусловлена достаточно большим двигательным запасом и хорошей пространственной ориентировкой. Они стремятся к разным сочетаниям физкультурных пособий. Как чрезмерно подвижным, так и малоподвижным детям необходима помощь взрослого, который поможет показать разнообразные действия с пособиями: мячом, обручем, скакалкой и т.д. Важной задачей является формирование у детей положительного отношения к занятиям физическими упражнениями. Ребёнку трех лет свойственна склонность к подражанию сверстникам, вместе с тем дети этого возраста более самостоятельны в выполнении упражнений.

Старшая группа (4-5 лет)

На пятом году жизни движения ребенка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает все более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятия, развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движений, выделять их элементы. Появляется интерес к результатам движения. Потребность выполнять его в соответствии с образцом. Двигательная активность ребенка этого возраста характеризуется соответствующими изменениями в основных движениях. Особенности физического воспитания и развития детей 5-6 лет. На шестом году жизни ребенок успешно овладевает основными видами движений, которые становятся более осознанными, что позволяет повысить требование к их качеству, больше внимания уделять развитию морально-волевых и физических качеств (быстрота, ловкость, выносливость, выдержка, настойчивость, организованность, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений. В старшем возрасте дети овладевают новыми способами выполнения знакомых им движений, осваивают новые движения (ходьбу перекатом с пятки на носок, прыжки в длину и высоту с разбега, с приземлением на мягкое препятствие, наперегонки, лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, упражнения с набивными мячами, учатся спортивным играм и спортивным упражнениям.

Подготовительная к школе группа (6-7 лет.)

На седьмом году жизни движения ребёнка становятся более координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки самореализации, взаимоконтроля, увеличивается проявление волевых усилий при выполнении задания. Ребёнок выполняет их уже целенаправленно, и для него важен результат. У детей формируется потребности заниматься физическими упражнениями, развивается самостоятельность.

1.6. Связь с другими образовательными областями.

«Социально-коммуникативное развитие»	Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.
«Художественно-эстетическое развитие»	Развитие музыкально-ритмической деятельности на основе физических качеств и основных движений детей.
«Речевое развитие»	Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.
«Познавательное развитие»	Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

1.7. Целевые ориентиры образования.

В соответствии с ФГОС дошкольного образования к целевым ориентирам образовательной области «Физическое развитие» относятся следующие социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка.

К 2-3 годам ребенок:

- интересуется окружающими предметами, активно действует с ними, исследует их свойства, экспериментирует. Использует специфические, культурно фиксированные предметные действия, знает назначение бытовых предметов (ложки, расчески, карандаша и пр.) и умеет пользоваться ими. Проявляет настойчивость в достижении результата своих действий;

- стремится к общению и воспринимает смыслы в различных ситуациях общения с взрослыми, активно подражает им в движениях и действиях, умеет действовать согласованно;

- в короткой игре воспроизводит действия взрослого, впервые осуществляя игровые замещения; проявляет самостоятельность в бытовых и игровых действиях;

- с удовольствием двигается - ходит, бегает в разных направлениях, стремится осваивать различные виды движения (подпрыгивание, лазанье, перешагивание и пр.)

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования.

К 7 годам ребенок:

- овладевает основными культурными способами деятельности,
- проявляет инициативу и самостоятельность в игре, общении, конструировании и других видах детской активности;
- способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности; ребенок положительно относится к миру, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх;
- способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;
- ребенок обладает воображением, которое реализуется в разных видах деятельности и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными произвольными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях с взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;
- ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей;
- ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Формы, способы, методы и средства реализации программы.

Совместная образовательная деятельность педагогов и детей		самостоятельная деятельность детей	образовательная деятельность в семье
образовательная деятельность	образовательная деятельность в режимных моментах		
Физкультурные занятия: - сюжетно-	Индивидуальная работа с детьми. Игровые упражнения.	Подвижные игры. Игровые упраж-	Беседа Совместные игры.

игровые, - тематические, -классические, -тренирующие, - на тренажерах, - на улице, -походы. Общеразвивающие упражнения: -с предметами, - без предметов, -сюжетные, -имитационные. Игры с элементами спорта. Спортивные упражнения	Игровые ситуации. Утренняя гимнастика: -классическая, -игровая, -полоса препятствий, - имитационные движения. Физкультминутки. Динамические паузы. Подвижные игры. Игровые упражнения. Игровые ситуации. Проблемные ситуации. Имитационные движения. Спортивные праздники и развлечения. Гимнастика после дневного сна: -оздоровительная, -полоса препятствий. Упражнения: - корректирующие -классические.	нения. Имитационные движения.	Походы.
--	---	----------------------------------	---------

2.2. Учебный план реализации программы.

Учебный план образовательной деятельности по физической культуре составлен в соответствии требованиями СанПиН.

группы	возраст	продолжительность образовательной деятельности	количество образовательной деятельности		
			неделя	месяц	год
Группа раннего возраста	1,5-2	10	2	8	36
1 младшая	2-3	10	3	12	108
2 младшая	3-4	15	3	12	108
средняя	4-5	20	3	12	108
старшая	5-6	25	3	12	108
Подготовительная к школе	6-7	30	3	12	108

2.3. Расписание образовательной деятельности по физической культуре.

группы	дни недели				
	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
группа раннего возраста		09.20-09.45 (по под-группам)		16.15-16.40 (по под-группам)	
1 младшая	09.20-09.30		09.55-10.05		в конце

					прогулки
2 младшая		09.50-10.05		09.20-09.35	в конце прогулки
средняя	09.50-10.10			09.50-10.10	в конце прогулки
старшая	в конце прогулки		09.20-09.45		10.05-10.20
подготовительная к школе		10.20-10.50	в конце прогулки	10.15-10.45	

2.4. Тематическое планирование образовательной деятельности по физической культуре.

1

младшая группа.

Месяц	Тема образовательной деятельности.	Литература.
Сентябрь	Адаптация	
Октябрь	Занятие №1 Занятие №1 На воздухе	С.Я.Лайзане с.73-74(№1-2) С.Я.Лайзане с.73-74(№1-2) Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы, с.7 №3
	Занятие №2 Занятие №2 На воздухе	С.Я.Лайзане с.74(№3-4) С.Я.Лайзане с.74(№5-6) Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы, с.№6 С.Я.Лайзане с.75(№5-6)
	Занятие №3 Занятие №3 На воздухе	С.Я.Лайзане с.75(№5-6) Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы, с.9№9
	Занятие №4 Занятие №4 На воздухе	С.Я.Лайзане с.76(№7-8) С.Я.Лайзане с.76(№7-8) Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы, с.10№12
Ноябрь.	Занятие №5 Занятие №5 На воздухе	С.Я.Лайзане с.77№1 С.Я.Лайзане с.77№2 Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы, с.11№3
	Занятие №6 Занятие №6 На воздухе	С.Я.Лайзане с.78-79№3 С.Я.Лайзане с.79-80№4 Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы, с.12№6
	Занятие №7	С.Я.Лайзане с.80-81№5

	Занятие №7 На воздухе	С.Я.Лайзане с.82№ Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы, с.13№9
	Занятие №8 Занятие №8 На воздухе	С.Я.Лайзане с.83№7 С.Я.Лайзане с.83-84№8 Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы, с. 13№12
Декабрь.	Занятие №9 Занятие №9 На воздухе	С.Я.Лайзане с.84-85№1 С.Я.Лайзане с.85-86№2 Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы, с.14№3
	Занятие №10 Занятие №10 На воздухе	С.Я.Лайзане с.86-87№3 С.Я.Лайзане с.87№4 Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы, с.15№6
	Занятие №11 Занятие №11 На воздухе	С.Я.Лайзане с.88№5 С.Я.Лайзане с.89№6 Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы, с.16№9
	Занятие №12 Занятие №12 На воздухе	С.Я.Лайзане с.90№7 С.Я.Лайзане с.91№8 Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред.Н.Е.Вераксы, с.17№12
Январь.	Занятие №13 Занятие №13 На воздухе	С.Я.Лайзане с.91-91№1 С.Я.Лайзане с.92-94№2 Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы, с.18№3
	Занятие №14 Занятие №14 На воздухе	С.Я.Лайзане с.94№3 С.Я.Лайзане с.95-96№4 Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы, с.19№6
	Занятие №15 Занятие №15 На воздухе	С.Я.Лайзане с.96№5 С.Я.Лайзане с.97№6 С.Я.Лайзане с.97№6 Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы, с.21№12
	Занятие №16 Занятие №16 На воздухе	С.Я.Лайзане с.97-98№7 С.Я.Лайзане с.97-98№7 Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы
Февраль.	Занятие №17 Занятие №17 На воздухе	С.Я.Лайзане с.99-100№1 С.Я.Лайзане с.100-101№2 Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы, с.23№6
	Занятие №18	С.Я.Лайзане с.101-102№3

	<p>Занятие №18 На воздухе</p> <p>Занятие №19 Занятие №19 На воздухе</p> <p>Занятие №20 Занятие №20 На воздухе</p>	<p>С.Я.Лайзане с.102-103№4 Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы, с.24№9</p> <p>С.Я.Лайзане с.103-104№5 С.Я.Лайзане с.104-105№6 Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы, с.25№12</p> <p>С.Я.Лайзане с.105-106№7 С.Я.Лайзане с.107№8 Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы, с.26№3</p>
Март.	<p>Занятие №21 Занятие №21 На воздухе</p> <p>Занятие №22 Занятие №22 На воздухе</p> <p>10.Занятие №23 1Занятие №23 1На воздухе</p>	<p>С.Я.Лайзане с.108№1 С.Я.Лайзане с.109№2 Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы, с.27№6</p> <p>С.Я.Лайзане с.109-110№3 С.Я.Лайзане с.110-111№4 Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред.Н.Е.Вераксы, с.28№9</p> <p>С.Я.Лайзане с.111-112№5 С.Я.Лайзане с.112-113№6 Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы, с.28№9</p>
Апрель.	<p>Занятие №24 Занятие №24 На воздухе</p> <p>Занятие №25 Занятие №25 На воздухе</p> <p>Занятие №26 Занятие №26 На воздухе</p> <p>Занятие №27 Занятие №27 На воздухе</p>	<p>С.Я.Лайзане с.113№7 С.Я.Лайзане с.114№8 Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы, с.29№3</p> <p>С.Я.Лайзане с.116-117№3 С.Я.Лайзане с.117-118№4 Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы, с.31№9</p> <p>С.Я.Лайзане с.118-119№5 С.Я.Лайзане с.119№6 Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы, с.32№12</p> <p>С.Я.Лайзане с.119-120№7 С.Я.Лайзане с.120-121№8 Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы, с.33№3</p>
Май.	<p>Занятие №28 Занятие №28 На воздухе</p> <p>Занятие №29 Занятие №29</p>	<p>С.Я.Лайзане с.121-122№1 С.Я.Лайзане с.122-123№2 Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы, с.34№6</p> <p>С.Я.Лайзане с.123-124№3 С.Я.Лайзане с.124-125№4</p>

	На воздухе Занятие №30 Занятие №30 На воздухе Занятие №31 Занятие №31 На воздухе	Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы, 34№6 С.Я.Лайзане с.125-126№5 С.Я.Лайзане с.126№6 Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред. Н.Е.Вераксы, с.35№9 С.Я.Лайзане с.127№7 С.Я.Лайзане с.127-128№8 Перспективное планирование "От рождения до школы" под ред.Н.Е.Вераксы, с.36№12
--	--	--

2

младшая группа.

Месяц	Тема образовательной деятельности.	Литература.
Сентябрь.	Занятие №1 Занятие №1 На воздухе Занятие №2 Занятие №2 На воздухе Занятие №3 Занятие №3 На воздухе Занятие №4 Занятие №4 На воздухе	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду» стр.23 стр.23 стр.27 стр.24 стр.24 стр.28 стр.25 стр.25 стр.28 стр.26 стр.26 стр.27
Октябрь.	Занятие №5 Занятие №5 На воздухе Занятие №6 Занятие №6 На воздухе Занятие №7 Занятие №7 На воздухе Занятие №8 Занятие №8 На воздухе	стр.28 стр.28 стр.32 стр.29 стр.29 стр.33 стр.80 стр.80 стр.33 стр.31 стр.31 стр.33
Ноябрь.	Занятие №9 Занятие №9	стр.33 стр.33

	На воздухе Занятие №10 Занятие №10 На воздухе Занятие №11 Занятие №11 На воздухе Занятие №12 Занятие №12 На воздухе	стр.38 стр.34 стр.28 стр.38 стр.35 стр.35 стр.38 стр.37 стр.37 стр.38
Декабрь.	Занятие №13 Занятие №13 На воздухе Занятие №14 Занятие №14 На воздухе Занятие №15 Занятие №15 На воздухе Занятие №16 Занятие №16 На воздухе	стр.38 стр.38 стр.43 стр.40 стр.40 стр.43 стр.41 стр.41 стр.43 стр.42 стр.42 стр.43
Январь.	Занятие №17 Занятие №17 На воздухе Занятие №18 Занятие №18 На воздухе Занятие №19 Занятие №19 На воздухе	стр.43 стр.43 стр.49 стр.45 стр.45 стр.49 стр.46 стр.46 стр.49
Февраль.	Занятие №21 Занятие №21 На воздухе Занятие №22 Занятие №22 На воздухе Занятие №23 Занятие №23 На воздухе Занятие №24 Занятие №24 На воздухе	стр.50 стр.50 стр.54 стр.51 стр.51 стр.54 стр.52 стр.52 стр.54 стр.53 стр.53 стр.54

Март.	Занятие №25 Занятие №25 На воздухе Занятие №26 Занятие №26 На воздухе Занятие №27 Занятие №27 На воздухе Занятие №28 Занятие №28 На воздухе	стр.54 стр.54 стр.59 стр.56 стр.56 стр.59 стр.57 стр.57 стр.59 стр.58 стр.58 стр.59
Апрель.	Занятие №29 Занятие №29 На воздухе Занятие №30 Занятие №30 На воздухе Занятие №31 Занятие №31 На воздухе Занятие №32 Занятие №32 На воздухе	стр.60 стр.60 стр.64 стр.61 стр.61 стр.64 стр.62 стр.62 стр.64 стр.63 стр.63 стр.64
Май.	Занятие №33 Занятие №33 На воздухе Занятие №34 Занятие №34 На воздухе Занятие №35 Занятие №35 На воздухе Занятие №36 Занятие №36 На воздухе	стр.65 стр.65 стр.69 стр.66 стр.66 стр.69 стр.67 стр.67 стр.69 стр.68 стр.68 стр.69

Средняя группа.

Месяц	Тема образовательной деятельности.	Литература.
Сентябрь.	Занятие №1 Занятие №2 Занятие №3 (на воздухе).	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду» стр. 20 - 22

	<p>Занятие № 4 Занятие № 5 Занятие № 6 (на воздухе). Занятие № 7 Занятие № 8 Занятие № 9 (на воздухе). Занятие № 10 Занятие № 11 Занятие № 12 (на воздухе).</p>	<p>стр. 22 стр. 24 стр. 24 стр. 25 стр. 27 стр. 27 стр. 28 стр. 29 стр. 30</p>
Октябрь.	<p>Занятие № 13 Занятие № 14 Занятие № 15 (на воздухе). Занятие № 16 Занятие № 17 Занятие № 18 (на воздухе). Занятие № 19 Занятие № 20 Занятие № 21 (на воздухе). Занятие № 22 Занятие № 23 Занятие № 24 (на воздухе).</p>	<p>стр. 31 стр. 33 стр.33 стр. 34 стр. 35 стр. 35 стр. 36 стр. 36-37 стр. 37 стр. 37 – 38 стр. 38 стр. 39</p>
Ноябрь.	<p>Занятие № 25 Занятие № 26 Занятие № 27 (на воздухе). Занятие № 28 Занятие № 29 Занятие № 30 (на воздухе). Занятие № 31 Занятие № 32 Занятие № 33 (на воздухе). Занятие № 34 Занятие № 35 Занятие № 36 (на воздухе).</p>	<p>стр. 40 стр. 41 стр. 41 – 42 стр. 42 – 43 стр. 43 стр. 44 стр. 44 – 45 стр. 45 стр. 46 стр. 46 стр. 47 стр. 48</p>
Декабрь.	<p>Занятие № 37 Занятие № 38 Занятие № 39 (на воздухе). Занятие № 40 Занятие № 41 Занятие № 42 (на воздухе). Занятие № 43 Занятие № 44 Занятие № 45 (на воздухе) Занятие № 46 Занятие № 47 Занятие № 48 (на воздухе).</p>	<p>стр. 49 стр. 50 стр. 50 стр. 51 стр. 52 стр. 52 стр. 53 стр. 55 стр. 55 стр. 55 – 57 стр. 57 стр. 57</p>

Январь.	Занятие № 49 Занятие № 50 Занятие № 51 (на воздухе). Занятие № 52 Занятие № 53 Занятие № 54 (на воздухе). Занятие № 55 Занятие № 56 Занятие № 57 (на воздухе).	стр. 58 стр. 59 стр. 60 стр. 60 стр. 60 – 61 стр. 61 – 62 стр. 62 стр. 63 стр. 63 – 64
Февраль.	Занятие № 58 Занятие № 59 Занятие № 60 (на воздухе). Занятие № 61 Занятие № 62 Занятие № 63 (на воздухе). Занятие № 64 Занятие № 65 Занятие № 66 (на воздухе). Занятие № 67 Занятие № 68 Занятие № 69 (на воздухе).	стр. 66 стр. 67 стр. 68 стр. 68 стр. 69 стр. 70 стр. 71 стр. 71 стр. 71 стр. 71 – 72 стр. 72 – 73 стр. 73
Март.	Занятие № 70 Занятие № 71 Занятие № 72 (на воздухе). Занятие № 73 Занятие № 74 Занятие № 75 (на воздухе). Занятие № 76 Занятие № 77 Занятие № 78 (на воздухе). Занятие № 79 Занятие № 80 Занятие № 81 (на воздухе).	стр. 73 – 74 стр. 74 стр. 74 - 75 стр. 75 стр. 76 – 77 стр. 77 стр. 77 – 78 стр. 78 стр. 78 стр. 79 стр. 80 стр. 80
Апрель.	Занятие № 82 Занятие № 83 Занятие № 84 (на воздухе). Занятие № 85 Занятие № 86 Занятие № 87 (на воздухе). Занятие № 88 Занятие № 89 Занятие № 90 (на воздухе). Занятие № 91 Занятие № 92	стр. 81 стр. 82 стр. 83 стр. 83 – 84 стр. 84 стр. 85 стр. 85 стр. 86 стр. 86 стр. 87 стр. 88

	Занятие № 93 (на воздухе).	стр. 88
Май.	Занятие № 94	стр. 89
	Занятие № 95	стр. 90
	Занятие № 96 (на воздухе).	стр. 90
	Занятие № 97	стр. 90
	Занятие № 98	стр. 91
	Занятие № 99 (на воздухе).	стр. 91 – 92
	Занятие № 100	стр. 92
	Занятие № 101	стр. 93
	Занятие № 102 (на воздухе).	стр. 93 – 94
	Занятие № 103	стр. 94
	Занятие № 104	стр. 94
	Занятие № 105 (на воздухе).	стр. 94 - 95

Старшая группа.

Месяц.	Тема образовательной деятельности.	Литература.
Сентябрь.	Занятие № 1	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду». стр.15-17
	Занятие № 2	стр.17
	Занятие № 3 (на воздухе)	стр.17 -19
	Занятие № 4	стр.19-20
	Занятие № 5	стр.20
	Занятие № 6 (на воздухе)	стр.20-21
	Занятие № 7	стр.21-23
	Занятие № 8	стр.23-24
	Занятие № 9 (на воздухе)	стр.24
	Занятие № 10	стр.24-26
	Занятие № 11	стр.26
	Занятие № 12 (на воздухе)	стр.26-27
Октябрь.	Занятие № 13	стр.28-29
	Занятие № 14	стр. 29
	Занятие № 15 (на воздухе)	стр. 29-30
	Занятие № 16	стр.30-32
	Занятие № 17	стр.32
	Занятие № 18 (на воздухе)	стр.32
	Занятие № 19	стр.33-34
	Занятие № 20	стр.34-35
	Занятие № 21 (на воздухе)	стр.35
	Занятие № 22	стр.35-37
	Занятие № 23	стр.37

	Занятие № 24 (на воздухе)	стр.37-38
Ноябрь.	Занятие № 25 Занятие № 26 Занятие № 27 (на воздухе) Занятие № 28 Занятие № 29 Занятие № 30 (на воздухе) Занятие № 31 Занятие № 32 Занятие № 33 (на воздухе) Занятие № 34 Занятие № 35 Занятие № 36 (на воздухе)	стр.39-41 стр.41 стр.41 стр.42-43 стр.43 стр.43-44 стр.44-45 стр.45 стр.45-46 стр.46-47 стр.47 стр.47
Декабрь.	Занятие № 37 Занятие № 38 Занятие № 39 (на воздухе) Занятие № 40 Занятие № 41 Занятие № 42 (на воздухе) Занятие № 43 Занятие № 44 Занятие № 45 (на воздухе) Занятие № 46 Занятие № 47 Занятие № 48 (на воздухе)	стр.48-49 стр.49-50 стр.50-51 стр.51-52 стр.52 стр.52-53 стр.53-54 стр.54 стр.54-55 стр.55-57 стр.57 стр.57-58
Январь.	Занятие № 49 Занятие № 50 Занятие № 51 (на воздухе). Занятие № 52 Занятие № 53 Занятие № 54 (на воздухе). Занятие № 55 Занятие № 56 Занятие № 57 (на воздухе).	стр.59-60 стр.60 стр.61 стр.61-62 стр.63 стр.63 стр.63-64 стр. 64 стр. 65
Февраль.	Занятие № 58 Занятие № 59 Занятие № 60 (на воздухе). Занятие № 61 Занятие № 62 Занятие № 63 (на воздухе). Занятие № 64 Занятие № 65 Занятие № 66 (на воздухе). Занятие № 67 Занятие № 68	стр.65-66 стр.66 стр.66 стр.68-69 стр.69 стр.69-70 стр.70-71 стр.71 стр.71 стр.71-72 стр.72-73

	Занятие № 69 (на воздухе).	стр.73
Март.	Занятие № 70 Занятие № 71 Занятие № 72 (на воздухе). Занятие № 73 Занятие № 74 Занятие № 75 (на воздухе). Занятие № 76 Занятие № 77 Занятие № 78 (на воздухе). Занятие № 79 Занятие № 80 Занятие № 81 (на воздухе).	стр.73-74 стр.74-75 стр.75 стр.76-77 стр.77-78 стр.78-79 стр.79-80 стр.80 стр.80-81 стр.81-82 стр.82 стр.83
Апрель.	Занятие № 82 Занятие № 83 Занятие № 84 (на воздухе). Занятие № 85 Занятие № 86 Занятие № 87 (на воздухе). Занятие № 88 Занятие № 89 Занятие № 90 (на воздухе). Занятие № 91 Занятие № 92 Занятие № 93 (на воздухе).	стр.83-84 стр.84 стр.85 стр.86-87 стр.87 стр.87 стр.88-89 стр.89 стр.89 стр.89-91 стр.91 стр.91
Май.	Занятие № 94 Занятие № 95 Занятие № 96 (на воздухе). Занятие № 97 Занятие № 98 Занятие № 99 (на воздухе). Занятие № 100 Занятие № 101 Занятие № 102 (на воздухе). Занятие № 103 Занятие № 104 Занятие № 105 (на воздухе).	стр.91-93 стр.93 стр.93-94 стр.94-95 стр.95-96 стр.96 стр.96-97 стр.97 стр.97-98 стр.98-99 стр.99

Подготовительная к школе группа.

Месяц.	Тема образовательной деятельности.	Литература.
--------	------------------------------------	-------------

Сентябрь.	<p>Занятие №1</p> <p>Занятие №2</p> <p>Занятие №3 (на воздухе).</p> <p>Занятие № 4</p> <p>Занятие № 5</p> <p>Занятие № 6 (на воздухе)</p> <p>Занятие № 7</p> <p>Занятие № 8</p> <p>Занятие № 9 (на воздухе)</p> <p>Занятие № 10</p> <p>Занятие № 11</p> <p>Занятие № 12 (на воздухе)</p>	<p>Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду».</p> <p>стр. 10-11</p> <p>стр. 10-11</p> <p>стр. 12</p> <p>стр. 12-14</p> <p>стр. 12-14</p> <p>стр. 15</p> <p>стр. 16</p> <p>стр. 16-17</p> <p>стр. 17</p> <p>стр. 17-18</p> <p>стр. 17-19</p> <p>стр. 19</p>
Октябрь.	<p>Занятие № 13</p> <p>Занятие № 14</p> <p>Занятие № 15 (на воздухе)</p> <p>Занятие № 16</p> <p>Занятие № 17</p> <p>Занятие № 18 (на воздухе)</p> <p>Занятие № 19</p> <p>Занятие № 20</p> <p>Занятие № 21 (на воздухе)</p> <p>Занятие № 22</p> <p>Занятие № 23</p> <p>Занятие № 24 (на воздухе)</p>	<p>стр. 21-22</p> <p>стр. 21-23</p> <p>стр. 23</p> <p>стр. 23-24</p> <p>стр. 23-25</p> <p>стр. 25</p> <p>стр. 25-26</p> <p>стр. 25-27</p> <p>стр. 27-28</p> <p>стр. 28-29</p> <p>стр. 28-29</p> <p>стр. 29-30</p>
Ноябрь.	<p>Занятие № 25</p> <p>Занятие № 26</p> <p>Занятие № 27 (на воздухе)</p> <p>Занятие № 28</p> <p>Занятие № 29</p> <p>Занятие № 30 (на воздухе)</p> <p>Занятие № 31</p> <p>Занятие № 32</p> <p>Занятие № 33 (на воздухе)</p> <p>Занятие № 34</p> <p>Занятие № 35</p> <p>Занятие № 36 (на воздухе)</p>	<p>стр. 30-33</p> <p>стр. 30-33</p> <p>стр. 33</p> <p>стр. 33-35</p> <p>стр. 33-35</p> <p>стр. 35</p> <p>стр. 35-37</p> <p>стр. 35-37</p> <p>стр. 37-38</p> <p>стр. 38-39</p> <p>стр. 38-40</p> <p>стр. 40</p>
Декабрь.	<p>Занятие № 37</p> <p>Занятие № 38</p> <p>Занятие № 39 (на воздухе)</p> <p>Занятие № 40</p> <p>Занятие № 41</p>	<p>стр. 41-42</p> <p>стр. 41-42</p> <p>стр. 42-43</p> <p>стр. 43-44</p> <p>стр. 43-44</p>

	<p>Занятие № 42 (на воздухе) Занятие № 43 Занятие № 44 Занятие № 45 (на воздухе) Занятие № 46 Занятие № 47 Занятие № 48 (на воздухе)</p>	<p>стр. 44-45 стр. 46-47 стр. 46-47 стр. 47-48 стр. 48-49 стр. 48-49 стр. 49-50</p>
Январь.	<p>Занятие № 49 Занятие № 50 Занятие № 51 (на воздухе). Занятие № 52 Занятие № 53 Занятие № 54 (на воздухе). Занятие № 55 Занятие № 56 Занятие № 57 (на воздухе).</p>	<p>стр. 53-54 стр. 53-54 стр. 55 стр. 55-57 стр. 55-57 стр. 57 стр. 58-59 стр. 58-59 стр. 59</p>
Февраль.	<p>Занятие № 58 Занятие № 59 Занятие № 60 (на воздухе). Занятие № 61 Занятие № 62 Занятие № 63 (на воздухе). Занятие № 64 Занятие № 65 Занятие № 66 (на воздухе). Занятие № 67 Занятие № 68 Занятие № 69 (на воздухе).</p>	<p>стр. 60-61 стр. 60-61 стр. 61-62 стр. 62-63 стр. 62-63 стр. 63-64 стр. 64-65 стр. 64-65 стр. 65-66 стр. 66-67 стр. 66-67 стр. 67</p>
Март.	<p>Занятие № 70 Занятие № 71 Занятие № 72 (на воздухе). Занятие № 73 Занятие № 74 Занятие № 75 (на воздухе). Занятие № 76 Занятие № 77 Занятие № 78 (на воздухе). Занятие № 79 Занятие № 80 Занятие № 81 (на воздухе).</p>	<p>стр. 73-74 стр. 73-74 стр. 74-75 стр. 75-76 стр. 75-76 стр. 76-77 стр. 77-79 стр. 77-79 стр. 79-80 стр. 80-81 стр. 80-81 стр. 81-82</p>

Апрель.	Занятие № 82	стр. 82-83
	Занятие № 83	стр. 82-83
	Занятие № 84 (на воздухе).	стр. 83-84
	Занятие № 85	стр. 84-85
	Занятие № 86	стр. 84-85
	Занятие № 87 (на воздухе).	стр. 85
	Занятие № 88	стр. 85-86
	Занятие № 89	стр. 85-86
	Занятие № 90 (на воздухе).	стр. 87-88
	Занятие № 91	стр. 88-89
	Занятие № 92	стр. 88-89
Занятие № 93 (на воздухе).	стр. 89	
Май.	Занятие № 94	стр. 89-90
	Занятие № 95	стр. 89-91
	Занятие № 96 (на воздухе).	стр. 91
	Занятие № 97	стр. 91-92
	Занятие № 98	стр. 91-92
	Занятие № 99 (на воздухе).	стр. 93
	Занятие № 100	стр. 93-94
	Занятие № 101	стр. 93-94
	Занятие № 102 (на воздухе).	стр. 94-96
	Занятие № 103	стр. 96-97
	Занятие № 104	стр. 96-97
Занятие № 105 (на воздухе).	стр. 97	

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ.

3.1. Режим двигательной активности.

Формы работы.	Виды занятий.	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей.			
		3-4 года.	4-5 лет.	5-6 лет.	6-7 лет.
Образовательная деятельность по физической культуре.	В помещении.	2 раза в неделю 15-20	2 раза в неделю 20-25	2 раза в неделю 25-30	2 раза в неделю 30-35
	На улице.	1 раз в неделю 15-20	1 раз в неделю 20-25	1 раз в неделю 25-30	1 раз в неделю 30-35
Физкультурно - оздоровительная работа в режиме дня.	Утренняя гимнастика.	Ежедневно 5-6	Ежедневно 6-8	Ежедневно 8-10	Ежедневно 10-12
	Подвижные и спортивные	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

	игры и упражнения на прогулке.	2 раза (утром и вечером) 15-20	2 раза (утром и вечером) 20-25	2 раза (утром и вечером) 25-30	2 раза (утром и вечером) 30-40
	Физкультминутки (в середине статической ОД).	Ежедневно (на каждой ОД).	Ежедневно (на каждой ОД).	Ежедневно (на каждой ОД).	Ежедневно (на каждой ОД).
	Гимнастика после сна.	Ежедневно 5-6	Ежедневно 6-8	Ежедневно 8-10	Ежедневно 10-12
Активный отдых.	Физкультурный досуг.	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 25-30	1 раз в месяц 40
	Физкультурный праздник.	-	2 раза в год до 60 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 активность.	Самостоятельное использование физкультурного и спортивного – игрового оборудования	Ежедневно.	Ежедневно.	Ежедневно.	Ежедневно.
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры.	Ежедневно.	Ежедневно.	Ежедневно.	Ежедневно.

3.2. Взаимодействие воспитателя по ФИЗО с другими участниками образовательного процесса.

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда.

Взаимодействие воспитателя по ФИЗО и воспитателя.

Перед образовательной деятельностью по физической культуре воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей и обувью. Перестраивает детей по росту: от самого высокого ребенка до самого низкого. Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель умело должен применять на утренней гимнастике и в повседневной жизни детей.

Взаимодействие воспитателя по ФИЗО и учителя-логопеда.

Задачи взаимосвязи:

Коррекция звукопроизношения.

Упражнение детей в основных видах движений.

Становление координации общей моторики.

Умение согласовывать слово и жест.

Воспитание умения работать сообща.

Взаимодействие воспитателя по ФИЗО и медицинского работника

Основными проблемами, требующими совместной деятельности прежде всего, являются:

Физическое состояние детей, посещающих детский сад (в начале и в конце года, совместно с медицинской сестрой осуществляется мониторинг физической подготовленности детей).

Профилактика заболеваний ОДА, сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем.

Способствуем предупреждению негативных влияний интенсивной образовательной деятельности.

Взаимодействие воспитателя по ФИЗО и музыкального руководителя.

Музыка воздействует:

- на эмоции детей;

- создает у них хорошее настроение;

- помогает активировать умственную деятельность;

- способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации;

- привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике.

Взаимодействие воспитателя по ФИЗО с родителями.

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

Цель работы воспитателя по ФИЗО с родителями воспитанников - консультативная помощь в физическом воспитании и развитии ребенка в семье.

Основные формы взаимодействия с родителями.

1. Проведение родительских собраний, семинаров-практикумов, консультаций, круглых столов и др.

2. Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам физического развития детей дошкольного возраста.
3. Дни открытых дверей.
4. Показ образовательной деятельности по физической культуре для родителей.
5. Организация совместных дел.

3.3. Организация предметно-развивающей среды физкультурного зала.

Предметно-развивающая среда необходима детям потому, что выполняет по отношению к ним информационную, стимулирующую и развивающую функции. Она не может существовать сама по себе, без детей и взрослых, которые меняют ее в соответствии со своими потребностями, интересами, целями и задачами взаимодействия.

Предметно-пространственная среда музыкального зала строиться на основе ведущих принципов и является:

- содержательно-насыщенной;
- развивающей;
- трансформируемой;
- полифункциональной;
- вариативной;
- доступной;
- безопасной;
- здоровьесберегающей;
- эстетически-привлекательной.

Предметно-развивающая среда с учетом взросления дошкольников, то есть в соответствии с возрастными особенностями их физического развития и этапами становления различных видов физкультурно-оздоровительной деятельности, наполнена следующим оборудованием.

3.4. Мониторинг образовательной деятельности.

Мониторинг образовательной деятельности по физической культуре проводится два раза в год (в сентябре и мае). Основная задача мониторинга: оценка исходного уровня развития каждого ребенка, определение оптимальной для него «ближайшей» зоны здоровья, формирования систем, функций организма и двигательных навыков. Одной из составных характеристик физического состояния организма является физическая подготовленность. Мониторинг позволяет:

- определить технику овладения основными двигательными умениями;
- выработать индивидуальную нагрузку, комплекс физических упражнений;
- развивать интерес к занятиям физической культурой;

•определять необходимые физкультурно-оздоровительные мероприятия.

3.5. Перечень учебно-методической литературы по физическому воспитанию детей дошкольного возраста.

Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология XXI века./ Авторы- составители Антонов Ю.Е., Кузнецова М.Н. Саулина Т.Ф. – М.: АРКТИ, 2007

Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка. Пособие для практических работников детских дошкольных учреждений. – Москва 2007

Симакова Н.Д. Физкультурные досуги с детьми старшего дошкольного и младшего школьного возраста. – Екатеринбург 2011

Степаненко Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. Для занятий с детьми 2-7 лет. М.: «Мозаика-Синтез», 2006

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в средней группе М.: «Мозаика-Синтез», 2012

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в старшей группе М.: «Мозаика-Синтез», 2011

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе М.: «Мозаика-Синтез», 2012

Харченко Утренняя гимнастика в детском саду (5-7 лет) М.: «Мозаика-Синтез», 2011

Литература.

1. Примерная основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы». Под ред. Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, Э.М.Дорофеевой. М. Мозаика – Синтез. 2019
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования.
3. Антонов Ю.В., Кузнецов М.Н., Саулина Т.Ф. Здоровый дошкольник. М. АРКТИ. 2001.
4. Борисова Е.Н. Система организации физкультурно – оздоровительной работы с дошкольниками. Волгоград. Глобус. 2007
5. Маханёва М.Д. С физкультурой дружить – здоровым быть. Творческий центр Сфера Москва 2009 г.
6. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Издательство Мозаика – Синтез 2014 г.
7. Прищепа С.С. Физическое развитие и здоровье детей 3 – 7 лет. Творческий центр Сфера Москва 2009 г.
8. Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. Москва. Мозаика-Синтез. 2006 г.
9. Степаненкова Э.Я. Методика физического воспитания. Москва. Мозаика-Синтез. 2005 г.