ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
Администрация Центрального района Санкт-Петербурга
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 25 комбинированного вида Центрального района Санкт-Петербурга
(ГБДОУ детский сад № 25 Центрального района СПб)

Принята
Решением педагогического совета
ГБДОУ детского сада №25Центрального района СПб
Протокол №1 от 30.08.2023

УТВЕРЖДАЮ»
_____Г.В. Шакурова
заведующий ГБДОУ детский сад № 25
Центрального района СПб
Приказ от 31.08.2023 № 75

Шакурова Галина Витольдовна
Подписано цифровой подписью: Шакурова Галина Витольдовна
Дата: 2023.08.31 17:08:17 +03'00'

Рабочая программа на 2023-2024 учебный год
Инструктора по физической культуре
для групп компенсирующей направленности с 4-7 лет
Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения
детского сада №25 комбинированного вида
Центрального района Санкт-Петербурга
(ГБДОУ детского сада №25 Центрального района СПб)

Семеновой М.А.
Срок реализации: 1год

Санкт-Петербург
2023 год

№ п/п	Содержание
I	**ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**
1.1.	Пояснительная записка
1.2	Цели и задачи рабочей программы
1.3	Принципы и подходы к формированию рабочей программы
1.4	Характеристика возрастных особенностей физического и психического развития детей 5 – 7 лет с тяжелым нарушением речи
1.5	Планируемые результаты освоения Образовательной программы дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (с тяжелыми нарушениями речи) ГБДОУ в рамках тематического блока «Физическая культура» образовательной области «Физическое развитие»
II	**СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**
2.1	Особенности образовательной деятельности
2.2	Интеграция с другими образовательными областями
2.3	Задачи образовательной деятельности с учетом возрастных особенностей обучающихся
2.4	Содержание образовательной деятельности
2.4.1	Содержание и распределения программного материала в старшей группе
2.4.2	Содержание и распределения программного материала в подготовительной группе
2.5	Система физкультурно-оздоровительной работы
2.6	Особенности взаимодействия с другими специалистами детского сада
2.7	Формы взаимодействия с семьей воспитанников
III	**ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**
3.1	Учебный план по реализации рабочей программы
3.2	Материально-техническое обеспечение
3.3	Оснащенность образовательного процесса игровыми материалами и оборудованием в совмещенном физкультурно-музыкальном зале
3.4	Система оценки достижения обучающимися планируемых результатов освоения Образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ, адаптированной для детей с ограниченными возможностями здоровья (с тяжелыми нарушениями речи)
3.5	Учебно-методическое обеспечение

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа (далее - Программа) разработана инструктором по физической культуре Семеновой М.А., должностная инструкция которого предусматривает реализацию задач образовательной области «Физическое развитие» в ходе с интеграцией другими образовательными областями (далее ОО) для обучающихся 4-7 лет групп компенсирующей направленности Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада 25 комбинированного вида Центрального района Санкт-Петербурга (далее – ГБДОУ) на основе следующих нормативно - правовых документов:

- Федерального закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- приказа Минпросвещения России от 24.11.2022 N 1022 "Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья " (Зарегистрировано в Минюсте России 27.01.2023 N 72149);
- Письмо Минпросвещения России от 15.04.2022 N СК-295/06 "Об использовании государственных символов Российской Федерации" (вместе с "Методическими рекомендациями "Об использовании государственных символов Российской Федерации при обучении и воспитании детей и молодежи в образовательных организациях, а также организациях отдыха детей и их оздоровления");
- Организация режима дня, питания и образовательной нагрузке выстроена в соответствии СП 2.4.3648-20" Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 No28);
- СП 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 г. No 2 Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30 июня 2020г. N 16 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);
- Законом Санкт-Петербурга от 17.07.2013 №461-83 «Об образовании Закона Санкт-Петербурга от 17.07.2013 №461-83 «Об образовании в СанктПетербурге»,
- Методических рекомендаций для дошкольных образовательных организаций по составлению основной образовательной программы дошкольного образования

на основе ФГОС дошкольного образования:

- Устава и других локальных актов ГБДОУ;
- Примерной рабочей программы воспитания для образовательных организаций, реализующих образовательные программы дошкольного образования то 01июля 2021 № 2/21

Рабочая программа разработана с учетом образовательной программы дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (с тяжелыми нарушениями речи) Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада 25 комбинированного вида Центрального района Санкт-Петербурга

В части, формируемой участниками образовательных отношений использованы:

- Н.В. Нищева Примерная адаптированная программа коррекционно-развивающей работы в группе компенсирующей направленности ДОО для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7 лет. - СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2015.
- Т. С. Овчинникова Организация здоровьесберегающей деятельности в дошкольном образовательном учреждении. СПб, 2006.
- Ю. А. Кириллова, Ю. А. Интегрированные физкультурно – речевые занятия для дошкольников с ОНР 4 – 7 лет: Методическое пособие. – СПб.: «Детство-Пресс», 2005.
- Л. И. Пензулаева, Физкультурные занятия с детьми старшего дошкольного возраста. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.
- Парциальная программа Е. Г. Сайкина Фитбол-аэробика для детей «Танцы на мячах» (учебно-методическое пособие) – СПб.: РГПУ им. А. И. Герцена, 2008.
- Парциальная программа «Основы безопасности детей дошкольного возраста», Н. Н. Авдеева, О. Л. Князев, Р. Б. Стеркина.- Санкт-Петербург, 2014.

В процессе обучения дошкольников физической культуре в дошкольном образовательном учреждении происходит повышение функциональных возможностей детского организма, совершенствуется физические качества, осваивается определенные двигательные навыки. Рабочая программа показывает, как с учетом конкретных условий, образовательных потребностей и особенностей физического развития детей дошкольного возраста педагог создает индивидуальную педагогическую модель образования в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (далее - ФГОС) дошкольного образования.

Программа предназначена для осуществления коррекционно-образовательной деятельности с детьми, имеющими тяжелые нарушения речи (ТНР):

- среднего дошкольного возраста 4 до 5 лет;
- старшая группа – дети с 5 до 6 лет;
- подготовительная группа – дети с 6 – 7 лет.

Дети с ТНР по физическому развитию отличаются от своих сверстников нарушением моторики, дискоординацией и слабостью движений, двигательной расторможенностью, слабой ориентировкой в пространстве.

Для них планирование физкультурно-оздоровительной работы составляется с

учетом коррекционно-воспитательных задач.

1.2. Цели и задачи рабочей программы

Основной **целью** рабочей Программы является всестороннее и гармоничное развитие ребенка с ограниченными возможностями здоровья; формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни и интереса к физической культуре.

Реализация данной цели направлена на решение коррекционно-развивающих **задач**:

1. Развитие и коррекция техники основных движений — ходьбы, бега, плавания, прыжков, лазанья, перелезания, метания, мелкой моторики, симметричных и асимметричных движений, упражнений с предметами и др.
2. Развитие и коррекция координационных способностей - согласованности движений отдельных звеньев тела, при выполнении физических упражнений, ориентировки в пространстве, дифференцировки усилий, времени и пространства, расслабления, быстроты реагирования на изменяющиеся условия, равновесия, ритмичности, точности движений, мышечно-суставного чувства, зрительно-моторной координации.
3. Развитие и коррекция физической подготовленности — мышечной силы, элементарных форм скоростных, скоростно-силовых качеств, ловкости, выносливости, подвижности в суставах.
4. Профилактика и коррекция вторичных нарушений — осанки, сколиоза, плоскостопия, телосложения, дыхательной и сердечно-сосудистой систем, профилактика простудных и инфекционных заболеваний, травматизма и микротравм.
5. Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности — зрительно-предметного и зрительно-пространственного восприятия, наглядно-образного и вербально-логического мышления, памяти, внимания, речи, воображения, эмоциональноволевой сферы.

Программа направлена на:

− реализацию принципа доступности, учитывая возрастные особенности воспитанников; − соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», реализуя принцип систематичности и последовательности;

− усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования дошкольниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурнооздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

1.3. Принципы и подходы к формированию рабочей программы

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

Данная программа построена на основе **качественного подхода** к проблеме развития психики ребенка. Качественный подход постулирует, что психика ребенка обладает качественно другими характеристиками, чем психика взрослого человека, и лишь в

процессе онтогенетического развития она начинает обладать характеристиками взрослой особи. Это положение развивается в трудах двух крупнейших психологов XX столетия –

Л. С. Выготского.

Возрастной подход

Возрастной подход к развитию психики ребенка учитывает, что психическое и физическое развитие на каждом возрастном этапе подчиняется определенным возрастным закономерностям, а также имеет свою специфику, отличную от другого возраста.

Личностный подход

Все поведение ребенка определяется непосредственными и широкими социальными мотивами поведения и деятельности. В дошкольном возрасте социальные мотивы поведения развиты еще слабо, а потому в этот возрастной период деятельность мотивируется в основном непосредственными мотивами. Исходя из этого, предлагаемая ребенку деятельность должна быть для него осмысленной, только в этом случае она будет оказывать на него развивающее воздействие.

Исходя из положения, что в основе развития лежит прежде всего эволюция поведения и интересов ребенка, изменение структуры направленности его поведения. Идея о поступательном развитии ребенка главным образом за счет его личностного развития принципиально противоположна господствующим в современной педагогике идеям о приоритете интеллектуального развития. **Принципы построения программы по ФГОС:**

- *Принцип оздоровительной направленности,* согласно которому воспитатель по физической культуре несет ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, обеспечивает рациональный общий и двигательный режим, создает оптимальные условия для двигательной активности детей.
- *Принцип разностороннего и гармоничного развития личности,* который выражается в комплексном решении задач физического и интеллектуального, эмоционального, социально – нравственного и художественно – эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.
- *Принцип гуманизации и демократизации,* который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно – оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств и методов физического развития и видов спорта, в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.
- *Принцип индивидуализации* позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию учитывая индивидуальные способности каждого ребенка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности, реализуя *принцип возрастной адекватности физических упражнений. - Принципы постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередования нагрузок и отдыха,* лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.
- *Принцип оптимальности педагогических воздействий* направлен на оптимальную меру воздействия физической нагрузки на организм, в качестве стимулов выступают физические упражнения, различные по характеру, направленности, координационной сложности, объему, интенсивности, методам организации. Важно, чтобы психофизическая нагрузка (признаки внешнего утомления) соответствовала оптимальным реакциям по В. Л. Страковской, 1994.

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

1.4. Характеристика возрастных особенностей физического и психического развития детей 4-7- лет с тяжелым нарушением речи

В ГБДОУ функционируют 4 группы компенсирующей направленности для детей дошкольного возраста с тяжёлыми нарушениями речи (три группы для детей дошкольного возраста с 5 до 7 лет; одна группа для детей среднего дошкольного возраста с 4 до 5 лет)

Предельная наполняемость соответствует нормам действующего СанПиН. **Особенности психического и физического развития детей дошкольного возраста с тяжелым нарушением речи** Неполноценная речевая деятельность накладывает отпечаток на формирование у детей сенсорной, интеллектуальной и аффективно-волевой сферы. Различные формы органических и функциональных нарушений речи часто сопровождаются той или иной патологией в области двигательной сферы.

Дети с речевыми нарушениями обычно имеют функциональные или органические отклонения в состоянии центральной нервной системы. Наличие органического поражения головного мозга обуславливает то, что эти дети плохо переносят жару, духоту, езду в транспорте, долгое качание на качелях. Такие дети быстро истощаются и пересыщаются любым видом деятельности. Они характеризуются раздражительностью, повышенной возбудимостью, двигательной расторможенностью, не могут спокойно сидеть. Они эмоционально неустойчивы, настроение быстро меняется. Нередко возникают расстройства настроения с проявлением агрессии, навязчивости, беспокойства. Значительно реже у них наблюдается заторможенность и вялость. Эти дети довольно быстро утомляются, приём это утомление накапливается в течение дня к вечеру, а такжек концу недели. Утомление сказывается на общем поведении ребѐнка, на его самочувствии. Это может проявляться в расстройстве сна, вялости либо, напротив, повышенной двигательной активности. Таким детям трудно сохранять усидчивость, работоспособность и произвольное внимание. Их двигательная расторможенность может выражаться в том, что они проявляют двигательное беспокойство.

Для детей с ОНР характерен низкий уровень развития основных свойств внимания. У некоторых из них отмечается недостаточное и ограниченные возможности его распределения.

Речевое отставание отрицательно сказывается и на развитии памяти. При относительной сохранной смысловой, логической памяти у таких детей заметно снижены, по сравнению с нормально говорящими сверстниками, вербальная память и продуктивность запоминания, воспроизведение. Снижена двигательная память, поэтому нарушена быстрота и прочность запоминания значительного числа последовательных движений (как простых, так и сложно-координированых), длительность сохранения их, оперативность использования в необходимых случаях (при реализации двигательных программ, хранящих в памяти). Дети часто забывают сложные инструкции (трех-четырех ступенчатые), опускают некоторые их

элементы, меняют последовательность предложенных заданий. Для них характерны затруднения в восприятии и понимании общепринятых строевых команд и игровых правил. Нередки ошибки дублирования при описании предметов, картинок. Также отмечается у некоторых дошкольников низкая активность припоминания, которая сочетается с ограниченными возможностями развития познавательной деятельности.

Связь между речевыми нарушениями и другими сторонами психического развития обусловливает некоторые специфические особенности мышления. Обладая полноценными предпосылками для овладения мыслительными операциями, доступными их возрасту, дети, однако, отстают в развитии наглядно-образной сферы мышления, без специального обучения с трудом овладевают анализом и синтезом, сравнением. Для многих из них характерна ригидность мышления. Недоразвитие речи тормозит полноценное развитие познавательной деятельности.

Двигательная культура во многом зависит от развития внимания, памяти, мышления, представления, воображения ребенка. Дети-логопаты не внимательны, значит, плохо запоминает упражнения и всегда излишне напряжены при их выполнении. Недостаток образного и логического мышления приводят к ошибкам при выполнении комплексов упражнений. Плохо сформированные представление и воображение не позволят ребенку выразительно создать и передать двигательный образ.

Наряду с общей соматической ослабленностью и замедленным развитием локомоторных функций детям с нарушением речи присуще некоторое отставание в развитии двигательной сферы. Оно характеризуется плохой координацией движений, снижения скорости и ловкости выполнения упражнений. Они плохо знают названия частей тела и движений, поэтому наибольшие трудности выявляются при выполнении движений по словесной инструкции, с трудом соотносят словесное описание с показом образца. Соловьева Т. В. (2006) указывает что, дети-логопаты зачастую не могут показать или путают право и лево, для них трудно выполнимы перестроения.

Дети с ОНР отстают от нормально развивающих сверстников в воспроизведении двигательного задания по пространственно-временным параметрам, нарушают последовательность элементов действия, опускают его составные части, встречаются патологические двигательные стереотипы. Выявляется общая моторная неловкость детей. Затруднения вызывают такие задания, как, прыжки на правой и левой ноге, на двух ногах с продвижением; броски и ловля мяча, удары об пол с попеременным чередованием; ритмические движения под музыку, отсутствие плавности в движениях и выразительности. В процессе упражнений проявляется такая их отличительная особенность, как боязливость, замедленность, застывание на одной позе. Особенно заметно несовершенство мелкой моторики рук, зрительно-моторной координации, что тормозит формирование у детей графомоторных навыков.

У детей-логопатов наблюдается несовершенство речевого дыхания, проявляется в снижении силы и выносливости дыхательной мускулатуры. У основной массы детей с нарушениями речи выявлен низкий уровень развития дыхательной системы в отличие от детей нормально развивающихся. Дети в основном произносят фразы при ключичном типе дыхания, при котором воздухом заполняются преимущественно узкие верхушки легких, поэтому воздуха не хватает на длинную фразу.

Речевая патология у детей проявляется в снижении силы и выносливости дыхательной мускулатуры, в нарушении произвольной регуляции дыхания. За счет нарушения иннервации дыхательной мускулатуры нарушается речевое дыхание. Из-за

вялости артикуляционного аппарата воздушная струя растекается по всей ротовой полости, что мешает звукопроизношению. Ритм дыхания не регулируется смысловым содержанием речи, в момент речи ребенок делает поверхностные судорожные вдохи, активный выдох укорочен и происходит через нос. В связи с уменьшением глубины вдоха и ослаблением выдоха, дыхание становится ключичным, поверхностным, захлебывающимся, напряженным и слабым.

Для того чтобы иметь возможность свободно говорить фразами в процессе речевого высказывания, необходимо тренировать диафрагму; заставлять ее активно участвовать в голосообразовании, создать так называемую опору.

1.5. Планируемые результаты освоения Образовательной программы дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (с тяжелыми нарушениями речи) ГБДОУ в рамках тематического блока «Физическая культура» образовательной области «Физическое развитие»

Требования ФГОС дошкольного образования к результатам освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные, возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования.

Образовательная деятельность с детьми среднего дошкольного возраста.

Задачи образовательной области «Физическое развитие» для обучающихся с ТНР решаются в разнообразных формах работы.

Характер решаемых задач позволяет структурировать содержание образовательной области «Физическое развитие» по следующим разделам:

1) физическая культура;

2) представления о здоровом образе жизни и гигиене.

Образовательную деятельность в рамках образовательной области проводят воспитатели, инструктор по физической культуре. Активными участниками образовательного процесса должны стать родители (законные представители), а также все остальные специалисты, работающие с детьми.

Реализация содержания образовательной области помимо непосредственно образовательных задач, соответствующих возрастным требованиям образовательного стандарта, предполагает решение развивающих, коррекционных и оздоровительных задач, воспитание у обучающихся представлений о здоровом образе жизни, приобщение их к физической культуре.

В этот период реализация задач образовательной области «Физическое развитие» должна стать прочной основой, интегрирующей сенсорно-перцептивное и моторно-двигательное развитие обучающихся с нарушением речи.

	Шестой год жизни	***Седьмой год жизни***
О чем узнают дети	Дети узнают новые порядковые упражнения: перестроения в 2 и 3 звена, способы выполнения общеразвивающих упражнений с различными предметами, возможные направления и разную последовательность действий отдельных частей тела. Узнают, что хороший результат в основных движениях зависит от правильной техники выполнения главных элементов: в скоростном беге — от выноса голени	Дети узнают новые способы построений и перестроений, разноименные, разнонаправленные, поочередные движения в общеразвивающих упражнениях, парные упражнения. Узнают новые варианты упражнений с мячами разного размера, требования к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазания по лестнице и канату, новые спортивные игры, правила

	маховой ноги вперед. Узнают особенности правильного выполнения равномерного бега в среднем и медленном темпах, прыжков в длину и высоту с разбега «согнув ноги», прыжков со скакалкой, разных способов метания в цель и вдаль, лазания по лестнице разноименным способом, скользящего лыжного хода. Знакомятся со специальными подводящими упражнениями. Узнают разнообразные упражнения, входящие в «школу мяча». Знакомятся с новыми спортивными играми. В подвижных играх осваивают новые правила, варианты их изменения, выбора ведущих.	спортивных игр.
Что дети осваивают	Порядковые упражнения: порядок построения в шеренгу, способы перестроения в 2 и 3 звена. Общеразвивающие упражнения: способы выполнения упражнений с различными предметами, направления и последовательность действий отдельных частей тела. Основные движения: вынос голени маховой ноги вперед в скоростном беге; равномерный бег в среднем и медленном темпах; способы выполнения прыжков в длину и высоту с разбега; прыжки со скакалкой; «школа мяча»; способы метания в цель и вдаль; лазание по лестнице одноименным и разноименным способами. Подвижные и спортивные игры: правила игр, способы выбора ведущего. По мере накопления двигательного опыта у детей формируются следующие новые двигательные умения: - сохранять дистанцию во время ходьбы и бега;	Порядковые упражнения: способы перестроения; общеразвивающие упражнения: разноименные и одноименные упражнения; темп и ритм в соответствии с музыкальным сопровождением; упражнения в парах и подгруппах; основные движения: в беге — работу рук; в прыжках — плотную группировку, устойчивое равновесие при приземлении; в метании — энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании — ритмичность при подъеме и спуске. Подвижные и спортивные игры: правила игр; способы контроля за своими действиями; способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр. Спортивные упражнения: скользящий переменный шаг по лыжне. По мере накопления двигательного опыта у детей формируются следующие новые двигательные умения: - самостоятельно, быстро и организованно строиться и перестраиваться во время движения;

	- выполнять упражнения с напряжением, в заданном темпе и ритме, выразительно, с большой амплитудой, в соответствии с характером и динамикой музыки; - ходить энергично, сохраняя правильную осанку; сохранять равновесие при передвижении по ограниченной площади опоры; - энергично отталкиваться и выносить маховую ногу вверх в скоростном беге; - точно выполнять сложные подскоки на месте, сохранять равновесие в прыжках в глубину, прыгать в длину и высоту с разбега, со скакалкой; - свободно, ритмично, быстро спускаться по гимнастической стенке; - самостоятельно проводить подвижные игры; - вести, передавать и забрасывать мяч в корзину, знать правила игры; - передвигаться на лыжах переменным шагом; - кататься на двухколесном велосипеде и самокате	-выполнять общие упражнения активно, с напряжением, из разных исходных положений; -выполнять упражнения выразительно и точно, в соответствии с музыкальной фразой или указаниями; - сохранять динамическое и статическое равновесие в сложных условиях; -сохранять скорость и заданный темп бега; ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления; -отбивать, передавать, подбрасывать мяч способами; точно поражать цель (горизонтальную, вертикальную, кольцеброс и другие); -энергично подтягиваться на скамейке различными способами. Быстро и ритмично лазать по наклонной и вертикальной лестницам; лазать по канату (шесту) способом «в три приема»; -организовать игру с подгруппой сверстников. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит. Забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении. Контролировать свои действия в соответствии с правилами. Вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы. Правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола; -выполнять попеременный двухшаговый ход на лыжах, подъемы и спуски с горы. Отталкиваться одной

		ногой, катаясь на самокате.
Планируемые результаты освоения Образовательной программы дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ограниченным и возможностями здоровья (с тяжелыми нарушениями речи) ГБДОУ в рамках тематического блока «Физическая культура» образовательной области	- Ребенок гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений). - В двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость. - В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании. Проявляет высокий, стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений. -Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения. Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений. - Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру. Знает и подчиняется правилам подвижных игр, эстафет, игр с элементами спорта. - В самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками, проявляя познавательную и деловую активность, эмоциональную отзывчивость. - Выполняет основные виды движений	-Ребенок гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат. -Результативно, уверенно, мягко, выразительно и точно выполняет физические упражнения. В двигательной деятельности успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость. -Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях. -Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом, стремится к физическому совершенствованию, самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта. -Осуществляет элементарное двигательное и словесное планирование действий в ходе спортивных упражнений.

	и упражнения по словесной инструкции взрослых. - Владеет элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).	

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Содержание психолого-педагогической работы по освоению тематического блока «Физическая культура образовательной области «Физическое развитие»

2.1 Особенности образовательной деятельности

Образовательная нагрузка в соответствии с действующим СанПиНом

Количество занятий в рамках непрерывной образовательной деятельности

Возрастная группа	Количество ОД в неделю / время	Количество ОДв месяц / время	Количество ОД в год / время
Средние группы	3/ 60 минут	12/180 мин	108 / 2020минут
Старшие группы	3/ 75 минут	12/300 мин	108 / 2700 минут
Подготовительные к школе группы	3 / 90 минут	12/360мин	108/ 3240 минут

Структура физкультурного занятия в спортивно-музыкальном зале.

В каждой возрастной группе физкультурное занятие проводится 2 раза в неделю в спортивном зале (1 раз в неделю на улице в форме подвижных игр разной степени подвижностии). Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья.

Физкультурное занятие состоит из трех частей:

1. **Вводная часть** обеспечивает организацию детей, активизацию внимания, подготовку организма к выполнению более сложных упражнений. В первой части занятия предлагаются упражнения в ходьбе, беге, построении, перестроении, несложные игровые задания. Для нее подбираются строевые упражнения, различные виды ходьбы и бега построении, перестроении, несложные игровые задания, общеразвивающие упражнения (ОРУ).
2. **Основная часть**, где реализуются главные образовательные задачи. Она состоит из общеразвивающих упражнений с образовательной и развивающей динамикой на все группы мышц, подвижности позвоночника, основных видов движений (метание, лазание, прыжки) и подвижной игры.
3. **Заключительная часть** служит для обеспечения перехода от интенсивных движений к спокойным, что приводит работу органов и систем в первоначальное состояние. Для нее используют упражнения в ходьбе, несложные игровые задания, подвижные игры разной интенсивности, релаксационные и дыхательные упражнения.

Продолжительность каждой части занятия для каждой возрастной группы

Часть занятия	**Возрастная группа**	
	старшая	**подготовительная**
Вводная часть	до 6 минут	до 8 минут
Основная часть	до 16 минут	до 18 минут

Заключительная часть	до 3 минут	до 4 минут
Итог	**25 минут**	**30 минут**

В образовательной деятельности по физической культуре различают разнообразные виды деятельности, выполняющие свои цели и задачи:

1. Общеразвивающие упражнения (далее – ОУ) направлены на развитие координационных способностей, гибкости и подвижности в суставах, укрепление отдельных мышц или их групп, недостаточное развитие которых мешает овладению совершенной техникой бега. Данный материал используется для развития основных физических качеств.
2. Физкультурно-оздоровительная деятельность направлена на укрепление здоровья детей, коррекцию осанки, развитие двигательных навыков, занятия некоторыми видами спорта и на тренажерах, а также воспитание положительного отношения к своему здоровью и формирование стремления к здоровому образу жизни. По этому направлению разработаны:
   - комплексы утренней гимнастики
   - комплексы физкультминуток
   - план работы по профилактике и коррекции нарушений осанки, стоп
   - комплексы упражнений на развитие физических качеств
   - комплексы дыхательных упражнений - гимнастика для глаз и т. п.
3. Спортивно-оздоровительная деятельность направлена на формирование у воспитанников, родителей, педагогов осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью, важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации.
4. Физкультурно-досуговые мероприятия направлены на формирование у детей двигательной активности, повышения самооценки, выносливости, смекалки, ловкости, умения жить в коллективе, усиление интереса к физическим упражнениям, приобщают к спорту и здоровому образу жизни.

Физкультурные досуги и праздники проводятся в форме веселых игр, забав, развлечений. Упражнения, выполняемые с эмоциональным подъемом, оказывают благоприятное воздействие на организм ребенка. На физкультурных досугах и праздниках не только закрепляются двигательные умения и навыки детей, развиваются двигательные качества (быстрота, ловкость, ориентировка в пространстве и др.), но и способствуют воспитанию чувства коллективизма, товарищества, дружбы, взаимопомощи, развивают выдержку и внимание, целеустремленность, смелость, упорство, дисциплинированность и организованность.

2.2. Интеграция с другими образовательными областями

Программа по физической культуре интегрирует в себе такие образовательные области как, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

Интеграция тематического блока «Физическая культура» образовательной области «Физическое развитие» с другими образовательными областями

Образовательная область	Задачи
Социально-коммуникативное развитие	- Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, умение разрешить конфликт через общение. - Развивать игровой опыт совместной игры ребенка со сверстниками и взрослыми. - Формировать умения согласовывать свои желания и потребности с коллективом. - Воспитывать потребность ухаживать за собой и своими вещами. - Поощрять стремление помогать взрослому в подготовке физкультурной среды (в группе, на спортивной площадке и т.д.). - Воспитывать потребность в аккуратном обращении со спортивным оборудованием, инвентарем.

	- Воспитывать интерес к совместным подвижным играм; стремление организовывать игры-эстафеты, игры-соревнования и участвовать в них. - Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. - Воспитывать чувство гордости за спортивные достижения России. - Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию. - Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, активность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.
Речевое развитие	- Формировать способность к диалогической речи. - Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий. - Обогащать и активизировать активный словарь за счет проговаривания частей тела, команд, действий и названия упражнений в процессе двигательной деятельности; названия спортивного инвентаря. - Развивать звуковую и интонационную культуру речи в выразительном чтении считалок, стихотворных потешек в словесных, подвижных и малоподвижных играх. - Формировать умение характеризовать свое самочувствие. - Формировать координацию речи с движением.

Познавательное развитие	- Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. - Формировать представления о здоровье, его ценности и охраны, о мерах профилактики здоровья (полезных привычках укрепляющих здоровье). - Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем. - 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. - Обогащать знания о видах спорта. - Развивать навык ориентации в пространстве по указанию взрослого и самостоятельно. - Развивать восприятие предметов по весу, форме, цвету, величине, расположению в пространстве. - Расширять кругозор детей в области подвижных игр разных народов мира, обогащать представления об их разнообразии и пользе. - Знакомить с доступными сведениями из истории
	олимпийского движения.
Художественно – эстетическое развитие	- Развивать музыкально-ритмические способности детей, способствовать развитию выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения. - Развивать умения оценивать красоту и выразительность, двигательное творчество. - Формировать выразительность, грациозность и пластичность движений. - Развивать творчество и умение придумывать варианты игры и упражнений, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх - Привлекать к активному участию в развлечениях и праздниках. - Способствовать развитию музыкального слуха и вкуса. - Обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями и музыкальными композициями.

2.3. Задачи образовательной деятельности с учетом возрастных особенностей обучающихся

5 год жизни	6-7 й год жизни

1. Содействовать гармоничному физическому развитию детей. 2. Накапливать и обогащать двигательный опыт детей: -добиваться осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений); -формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях; -учить детей анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей; -побуждать к проявлению творчества в двигательной деятельности; -воспитывать у детей желание самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами. 3. Развивать у детей физические качества: общую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость. 4. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.	1. Содействовать гармоничному физическому развитию детей. 2. Накапливать и обогащать двигательный опыт детей: -добиваться точного, энергичного и выразительного выполнения всех упражнений; -закреплять двигательные умения и знание правил в спортивных играх и упражнениях; -закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами; -закреплять умение осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности; - развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений. 3. Развивать у детей физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость, координацию движений. 4. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

2.4. Содержание образовательной деятельности

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

2.4.1. Содержание и распределения программного материала в средней группе
Задачи:

1. Содействовать гармоничному физическому развитию детей.
2. Накапливать и обогащать двигательный опыт детей: добиваться осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений); формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях; учить детей анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей; побуждать к проявлению творчества в двигательной деятельности; воспитывать у детей желание самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.
3. Развивать у детей физические качества: общую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.
4. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Программный материал

I. Гимнастика.

1. **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.
2. **Ходьба:** в полуприседе; с перекатом на носок; с задержкой на носке («петушиный шаг»); с заданиями (с различными положениями рук); с закрытыми глазами (3–4 м); через предметы (высотой 20–25 см); по наклонной доске (высота 35–40 см); поочередное выбрасывание ноги вперед в прыжке; приставной шаг с приседанием; шаг на всей ступне на месте; с продвижением вперед и в кружении; полуприседание с выставлением ноги на пятку.
3. **Бег:** на носках; с высоким подниманием колен; через и между предметами; со сменой темпа; бег в медленном темпе 350 м по пересеченной местности; бег в быстром темпе 10 м (4 раза); 20–30 м (2–3 раза); челночный бег 3х10 м в медленном темпе (1,5–2 мин).
4. **ОРУ:**

а) для головы (вверх, вниз, повороты в стороны, наклоны, вращения);

б) для рук (однонаправленные и попеременные, однонаправленные и разнонаправленные, махи и вращения, подъем рук вперед-вверх со сцепленными в замок пальцами, сжиманиеразжимание, вращение кистей рук (8–10 раз);

в) для ног (приседания – до 40 раз; махи вперед-назад, держась за опору; выпады вперед, в сторону с движениями рук вперед, в стороны, вверх; подскоки на месте 40х3; упражнения с отягощающими предметами – мешочки, гантели, набивные мячи 1 кг);

г) для туловища (повороты, наклоны; вращения).

5. **Основные виды движений (далее – ОВД):**

а) 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 высотой 15–20 см; впрыгивание на предметы 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 высотой 30–40 см в указанное место; прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад);

б) катание, бросание, ловля: 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 цель и вертикальную (на высоте 2,2 м) с расстояния 3,5–4 м; метание вдаль на 5–9 м;

в) ползание, лазание: ползание на четвереньках, толкая мяч головой по скамейке; подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне; ползание и перелезание через предметы; подлезание под дуги, веревки (высота 40–50 см); лазание по веревочной лестнице, канату, свободным способом.

II. Игры:

Подвижные: «Огородники», «Веселое соревнование – кто скорее до флажка», «Удочка», «Стой», «Коршун и наседка», «Ловишка с мячом», «Кролики», «Сбей кеглю», «Медведь и пчелы», «Эстафета парами», «Ловишка с приседанием», «Встречные перебежки»; «Уголки», «Мяч капитану», «Мороз, Красный нос», «Охотники и зайцы», «Ловишка с мячом», «Мышеловка», «Ловля обезьян», «Пустое место», «С кочки на кочку», «Горелки», «Охотники и звери», «Караси и щука», «Третий лишний», «Мы – веселые ребята», «Волк во рву», «Ловишка, бери ленту», «Быстрые и меткие», «Лиса и куры», «Лесная эстафета».

Спортивные: 1) Городки (бросание биты сбоку; выбивание городка с кона 5–6 м и полукона 2–3 м); 2) 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); 3)Бадминтон (отбивание волана ракеткой в заданном направлении, игра с воспитателем); 4) Футбол (отбивание мяча правой и левой в заданном направлении, обведение мяча между и вокруг предметов, отбивание мяча о стену, передача мяча ногой друг другу с 3–5 м, игра по упрощенным правилам); 5) Элементы хоккея (прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывать ее в ворота, прокатывать шайбу в парах).

III. Спортивные упражнения: 1) катание на санках (с горки по одному и в парах, катание по ровному месту друг друга); 2) ходьба на лыжах (по пересеченной местности шагом, повороты на месте влево, вправо, подъем на гору «лесенкой», спуск в низкой стойке); 3) скольжение по ледяным дорожкам (с разбега приседая и вставая во время скольжения).

К концу года дети могут

- Ходить и бегать легко, ритмично сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- Лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.
- Прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см); прыгать через короткую и длинную скакалку.
- Метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м), владеть школой мяча.

- Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- Перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.
- Знать исходные положения, последовательность выполнения общеразвивающих упражнений, понимать их оздоровительное значение. • Скользить по ледяным дорожкам, выполняя задание.
- Ходить на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживать за лыжами.
- Кататься на самокате и 2-х, 3-х колесном велосипеде.
- Участвовать в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.
- Самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, придумывать с помощью воспитателя игры на заданные сюжеты.

Комплексно-тематическое планирование занятий в ОО «Физическое развитие»

СЕНТЯБРЬ
Задачи Изучения особенностей развития физических качеств и освоения основных движений у детей
Интеграция образовательных областей **ОО «Социально-коммуникативное развитие»:** побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр; убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных упражнений; формировать навыки безопасного поведения в спортивном зале и во время проведения прыжков, перебрасывания мячей, подвижной игры, метания и лазанья. **ОО «Познавательное развитие»:** развивать расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием через мячи. **ОО «Речевое развитие»:** поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой. **ОО «Художественно – эстетическое развитие»*:*** вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку.
Коррекционные игры и упражнения Дыхательная гимнастика: «Ветерок», «Ветер в саду», «Перышко»

Программный материал									
Мотивация	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Упражнения на Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

I. «Сбор урожая»	Построение в колонну, равнение на ведущего	Обычная ходьба в чередовании с ходьбой на носках и полуприседе	Бег с изменением темпа (с ускорением и замедлением), остановка по сигналу	С малыми мячами	Ходьба по гимнастической скамейке, неся корзину с овощами	Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	«Попади в обруч»	Лазание по наклонной лестнице (на высоких четвереньках) с переходом на вертикальную лесенку	«Огородники» (стоя в шеренге, дети поочередно передают овощи в корзину)
II. Традиционная структура занятия	Построение в шеренгу, колонну, равнение на месте	Обычная ходьба в сочетании с ходьбой на пятках, на носках, врассыпную	Обычный бег в сочетании с бегом, высоко поднимая колени, захлестывая голень	С малыми мячами	Ходьба по гимнастическому буму, перешагивая кирпичики	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, между кеглями «змейкой»	Подбрасывание мяча вверх, вниз и ловля его двумя руками (10раз подряд)	Лазание по наклонной лестнице чередующимся шагом	«Веселое соревнование» – кто скорее до флажка с подлезанием под воротца
III. Традиционная структура занятия	Построение в пары на месте, чередуя построение в колонну	Ходьба с перекатом с пятки на носок, в парах, на носках, в колонне	Бег мелким и широким шагом	С гимнастическими палками	Ходьба по гимнастическому буму на носках, в руках скакалки	«Веселая эстафета с мячом»	Подбрасывание мяча вверх и ловля его одной рукой (4–6 раз подряд)	Ползание на четвереньках «змейкой» между предметами	«Удочка»

IV. Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях и подвижных	Построение в пары на месте и в движении	«Найди свое место в колонне» – во время ходьбы врассыпную по звуковому сигналу дети находят свое	«Перенеси овощи в корзину» – эстафета (бег с «овощами» до корзины)	С гимнастическими палками	Ходьба по гимнасту. скамейке на носках, в руках скакалка	«Пингвины с мячом» - эстафета(прыжки с зажатым между коленями мячом до ориентира)	«Прокати мяч между предметами» (ширина 30–40 см, длина 3–4 м)	«Кто быстрее доползет» – ползание по гимнастической скамейке на четвереньках	«Догони свою пару»
играх		место в колонне							

Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции направлений ОО «Физическое развитие»): ходят и бегают в колонне по одному с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняют равновесие на повышенной опоре, ходят по гимнастической скамейке прямо с мешочком на голове; правильно выполняют все виды основных движений; прыгают на двух ногах из обруча в обруч, перебрасывают мяч друг другу: двумя руками снизу; двумя руками из-за головы (расстояние - 3 м), переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и деятельности сверстников, взрослых, ее успешных результатов, сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам; самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности и двигательной деятельности сверстников, в том числе подвижных игр, уверенно анализируют их.

ОКТЯБРЬ

Задачи

Развивать умения: сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке, ходьбе на носках, энергичному отталкиванию двумя ногами от пола со взмахом рук в прыжке при доставании предмета, подбрасывать мяч вверх, ходить с изменением темпа, пролезать в обруч, не задевая края.

Закреплять навык: ходьбы и бега в колонне по одному, врассыпную, перебрасывать мяч друг другу, подбрасывать мяч двумя руками вверх, ходить с высоким подниманием колен. Упражнять в непрерывном беге.

Развивать ловкость и устойчивое равновесие пои ходьбе по шнуру, в прыжках с продвижением вперед.

Интеграция образовательных областей **ОО «Социально-коммуникативное развитие»:** побуждать детей оценивать свои действия во время подвижных игр; учить детей постоянно и своевременно поддерживать порядок в физкультурном зале; формировать навыки ориентироваться на местности (на территории детского сада, вокруг детского сада), безопасного поведения во время подпрыгивания на двух ногах, подбрасывания мяча вверх, ходьбы по канату, перебрасывания мяча друг другу. **ОО «Познавательное развитие»:** развивать восприятие предметов по расположению в пространстве, считать до трех при перестроении в колонны. **ОО «Речевое развитие»:** поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу соблюдения режима дня. **ОО «Художественно – эстетическое развитие»*:*** вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку.
Коррекционные игры и упражнения Дыхательная гимнастика: «Ветер в саду», «Ветерок», «Перышко», «Паутина» Упражнения на координацию речи с движением: «Садовник»; Е. Н. Вареник, «Мы вчера в саду гуляли…»; «Идем за грибами» (Е. Н. Вареник,

укрепление мышц рук и ног) Коррекционные упражнения: «Прогулка в лес». Пантомима. Расслабление по представлению «Сладкая ягодка».

Программный материал									
Мотивация	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

I. «Экскурсия в осенний лес на велосипеде»	Построение в две колонны	Ходьба в глубоком приседе в колонне, с поворотом туловища назад	Бег «змейкой»; широким шагом, преодолевая препятствия	«Тренировка велосипедиста»	Ходьба по веревке (диаметр 1,5–2 см)	Перепрыгивание лежащих досок с места, отталкиваясь двумя ногами	Бросание мяча о пол поочередно правой и левой рукой (10 раз подряд)	Ползание на четвереньках между предметами, чередуя с бегом	«Стой»
II. Традиционная структура занятия	Повороты на месте прыжком в разные стороны; построение в круг	Ходьба по кругу приставным шагом вправо, влево, на пятках, на носках	Бег со сменой ведущего; выбрасывая прямые ноги вперед; с остановкой по звуковому сигналу	С большими мячами	Ходьба по веревке, выложенной «змейкой» с мешочком на голове	Перепрыгивание доски с поворотом сначала на 90 º, потом на 180 º (10–12 раз)	Отбивание мяча одной рукой в движении (5–6 м)	Лазание по гимнастической стенке разноименным способом, перелезая с пролета на пролет	«Коршун и наседка»
III. Традиционная структура занятия	Перестроение в два круга	Ходьба по кругу на носках, пятках, выпадами, спиной вперед	Бег длинной и короткой «змейкой» с поворотом кругом по звуковому сигналу	С большими мячами	Ходьба по веревке, перешагивая кирпичики с мешочком на голове	Прыжки через предметы (высота 15–20 см) по прямой на 2-х ногах	Отбивание мяча одной рукой в движении (5–6 м)	Лазание по гимнастической стенке разноименным способом, перелезая на соседний пролет с изменением темпа	«Ловишки с мячом»

IV. Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях и подвижных играх	Расчет на первый-второй в шеренге, в колонне	Обычная ходьба в сочетании с ходьбой спиной вперед, на высоких четвереньках, с выполнением задания по звуковому сигналу (присесть)	«Встречные перебежки»	С лентами разного цвета	«По кочкам» – ходьба по кирпичикам	Большая прыжковая эстафета (прыжки из обруча в обруч, через скамейку, вокруг модуля)	«Пронеси предмет, не задев кегли» (бег между кеглями с бадминтонной ракеткой и мячом)	Лазание по гимнастической стенке разноименным способом, перелезая на соседний пролет с изменением темпа	«Воробышки»

Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): знает о пользе витаминов, правильного питания, о здоровом образе жизни, владеет соответствующими возрасту основными движениями (перестроение в шеренгу, колонну, повороты направо, налево, ходьба с высоким подниманием коленей, бег с ловлей, ведение мяча, ползание по гимнастической скамейке); проявляет активность при участии в подвижных играх, ловкость и координацию движений в выполнении простейших танцевальных движений; умеет сохранять устойчивое равновесие при перекладывании мяча из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке, имеет представление об упражнениях, укрепляющих различные органы и системы организма, проявляет желание заниматься физкультурой.

НОЯБРЬ

Задачи

Формировать умения: перекладывать (мал.) мяч из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке, прыгать на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед.

Закреплять навыки: ходьбы с высоким подниманием колен; с остановкой на сигнал, бега врассыпную, перебрасывания мяча в шеренге, ползания по скамейке на животе, ведения мяча между предметами, пролезания через обручи с мячом в руках, подлезания под шнур боком и прямо, ходьбы «змейкой». *Развивать* ловкость и координацию движений, устойчивое равновесие.

Воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей, формировать здоровый образ жизни, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма.
Интеграция образовательных областей **ОО «Социально-коммуникативное развитие»:** побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр. Учить убирать физкультурный инвентарь и оборудование после проведения физкультурных упражнений. Формировать навыки безопасного поведения во время ползания на четвереньках и по гимнастической скамейке, перестроения в шеренгу, колонну, ходьбы с высоким подниманием коленей, бега врассыпную. **ОО «Познавательное развитие»:** ориентировать в окружающем пространстве, понимать смысл пространственных отношений (направо, налево). **ОО «Речевое развитие»:** поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой. **ОО «Художественно – эстетическое развитие»*:*** вводить элементы ритмической гимнастики: проводить игры и упражнения под музыку.
Коррекционные игры и упражнения Дыхательная гимнастика: «Шарик»; «Дышим легко»; Упражнения на координацию речи с движением: «Алфавит телодвижений»; «Ботинки»; «Кастрюля» Подвижная игра с речевым сопровождением: «Улетают журавли»

Программный материал

Мотивация	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

I. «Я и мое тело»	Перестроение в две колонны; повороты на месте	Обычная ходьба в сочетании с ходьбой на носках по неровной (массажной) дорожке, по	Бег противоходом; с ускорением; с остановкой по звуковому сигналу	С лентами разного цвета	Ходьба по гимнастическому буму с приседанием на середине	Прыжки через модули правым и левым боком, на двух ногах с продвижением вперед	Подбивание ракетной волана; упражнение в ловле мяча после броска о пол	Лазание по гимнастической скамейке с переходом на соседний пролет и скатывание	«Попади в яблочко»
		буму выпадами						по наклонной доске	
II. Традиционная структура занятия	Повороты на месте кругом; перестроение в три колонны	Ходьба с заданиями	Бег высоко поднимая колени; по сигналу бег врассыпную; в колонне; обычный бег	На степах	Ходьба по гимнастическому буму, с приседаниями на каждый шаг (прямую ногу пронося справа и слева от бума)	Прыжки через предметы, чередуя прыжок на двух ногах, на одной ноге, продвигаясь вперед	Перебрасывание мяча друг другу от груди снизу	Ползание на животе и на четвереньках по гимнастической скамейке	«Медведь и пчелы»

III. Традиционная структура занятия	Выполнение поворотов на углах; расхождение из колонны по одному в разные стороны	Ходьба с закрытыми глазами (3–4 м)	Бег семенящим шагом; высоко поднимая колени; обычный бег, чередуя по сигналу с прыжками на одной ноге	На гимнастических скамейках	Легкий бег по гимнастической скамейке, на конце носков в обозначенное место	Прыжки через предметы, чередуя прыжок на двух ногах, на одной ноге, продвигаясь вперед	Перебрасывание мяча друг другу из-за головы (стоя, сидя)(П)	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; на четвереньках	«Эстафета парами»
IV. Зачетное занятие	Повороты на месте	Ходьба в колонне по одному; парами	Бег с остановкой по звуковому сигналу	На степах	Ходьба по буму с поворотами	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	Подбрасывание мяча вверх и вниз, ловля его двумя руками	Лазание по лестнице разноименным способом	«Ловишки с приседанием»

Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет сопереживать друзьям и радоваться за успехи других детей, владеет соответствующими возрасту основными движениями (перестроение в шеренгу, колонну, повороты направо, налево, ходьба с высоким подниманием коленей, бег врассыпную, ведение мяча, ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине); проявляет активность при участии в подвижных играх, умеет оценивать поведение сверстников и своѐ во время проведения игр, выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку.

ДЕКАБРЬ

Задачи

Формировать умения ходить по наклонной доске, прыгать с ноги на ногу с продвижением вперед, лазать по гимнастической стенке; формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физических упражнений и игр

Закреплять навык бегать в колонне по одному с сохранением дистанции, прыгать на двух ногах с преодолением препятствий, ползать на четвереньках между кеглями, подбрасывать и ловить мяч, бегать врассыпную и по кругу с изменением направления. *Воспитывать навык* оценки поведения своего и сверстников во время проведения игр.

Интеграция образовательных областей

ОО «Социально-коммуникативное развитие»: побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр, формировать дружеские отношения; следить за опрятностью одежды и прически; учить убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий; формировать навыки ориентироваться на местности (на территории детского сада, вокруг детского сада), во время ходьбы по наклонной доске.

ОО «Познавательное развитие»: развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием через кубики, через мячи.

ОО «Речевое развитие»: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.

ОО «Художественно – эстетическое развитие»*:* вводить элементы ритмической гимнастики произведение «Елка»: проводить игры и упражнения под музыку.

Коррекционные игры и упражнения

Дыхательная гимнастика: «Шарик»; «Насос»; «Дышим легко»

Упражнения на координацию речи с движением: «Снежинка»; «Зимующие птицы»; «Пес»
Подвижная игра с речевым сопровождением: «Новогодний хоровод» Считалка «Синицы»

Программный материал									
Мотивация	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
«Зима»	Расчет на первыйвторой - третий; перестроение по расчету	Ходьба через предметы	Бег с препятствиями (по наклонной доске, через воротики)	«Тренировка туриста перед походо»	Ходьба по скамейке с закрытыми глазами	Прыжки на мягкое покрытие с высоты 30 см на обозначенное место (со скамейки)	Перебрасывание мяча через сетку из-за головы, снизу, от груди	Ползание по гимнастической скамейке, подтягиваясь на руках с рюкзаком на спине	«Эстафета с рюкзачком»
«Зимующие птицы»	Построение в звенья за ведущим	Ходьба с заданиями на руки; высоко поднимая колени; спиной вперед	Медленный бег, чередующийся с прыжками с ноги на ногу	В парах с фитболами	Ходьба по гимнастическому буму, бросая мяч то справа, то слева о пол и ловля его двумя руками	Прыжки с бума в обозначенное место (высота 40 см)	Перебрасывание мяча через сетку из-за головы, снизу, от груди	Ползание до флажка, прокатывая вперед мяч головой	«Мороз-Красный нос»
«Новогодняя сказка»	Перестроение в пары, в колонны	Обычная ходьба в чередовании с ходьбой на высоких	Бег высоко поднимая колени; пронося прямую ногу	В парах	Ходьба по гимнастическому буму, бросая мяч то справа, то	Прыжки со скамейки и обратно впрыгивание на	«Попади в кегли»	Перелезание через бум правым и левым боком	«Охотники и зайцы»

		четвереньках, на пятках и носках	через сторону; по сигналу – врассыпную		слева о пол и ловля его двумя руками	скамейку(3)			
IV. Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях и подвижных играх	Построение в шеренгу; в две шеренги	Обычная ходьба в сочетании с ходьбой на носках, пятках; по сигналу с поворотом кругом	«Уголки»	В парах с фитболами	«Перелезь и подлезь» (перелезание через бум и подлезание под него)	«Эстафета прыжков» (прыжки на 2х ногах правым и левым боком)	«Мяч капитану»	Имитация движений пловца на скамейке	«Лиса и птицы»
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): ходят приставными шагами вперед и назад, в колонне по одному, перестраиваются в колонну по двое в разных направлениях: по прямой с поворотами; «змейкой» и врассыпную, по гимнастической скамейке (перешагивая через набивные мячи), по канату боком приставными шагами с мешочком на голове; прыгают через короткую скакалку с продвижением вперед; метают в вертикальную цель; выполняют правильно все виды основных движений; проявляют элементы творчества при выполнении физических упражнений и игр, активно применяют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах; используют специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем; сохраняют правильную осанку в различных видах деятельности; развивают быстроту, выносливость, ловкость, гибкость; придумывают собственные игры; участвуют в играх с элементами спорта; самостоятельно действуют в повседневной жизни									
ЯНВАРЬ									

Задачи

Формировать умение лазать по гимнастической стенке с переходом на соседний пролѐт.

Закреплять умения: ходить и бегать между предметами, прыгать с ноги на ногу, забрасывать мяч в корзину, ползать на четвереньках, подталкивая мяч головой, пролезать в обруч, вести мяч в прямом направлении, ходить по наклонной доске, ходить с мешочком на голове.

Развивать устойчивое равновесие при выполнении упражнений по наклонной доске, формировать осанку.

Продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде.

Интеграция образовательных областей

ОО «Социально-коммуникативное развитие»: создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие, формировать навыки безопасного поведения в спортивном зале, во время подвижной игры. **ОО «Познавательное развитие»:** развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием через кубики, через мячи.

ОО «Речевое развитие»: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой, влияние прогулок на свежем воздухе на здоровье человека.

ОО «Художественно – эстетическое развитие»*:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку.

Коррекционные игры и упражнения

Дыхательная гимнастика: «Снежинка»; «Насос»; «Дышим легко»

Упражнения на координацию речи с движением: «Снежок»; «Нам в любой мороз тепло»; «Сказочная зарядка» Расслабление по представлению: «Снежные скульптуры»

Программный материал

Мотивация	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
I. «Забавы Зимушкизимы»	Перестроение в одну, в три колонны	Имитационная ходьба лыжника, конькобежца; ходьба широким шагом; по сигналу – прыжки на двух ногах	Бег высоко поднимая колени; с преодолением «снежных преград» (скамейка – перепрыгивание)	Со «снежками»	Ходьба по гимнастическому буму, перекладывая «снежки» из рук в руки над головой	«На одной ножке по дорожке»	«Метание снежков» вдаль правой и левой рукой (6–9 м)	Лазание по наклонной доске и скатывание с нее	«Ловишка с мячом»

II. Традиционная структура занятия	Построение в круг; размыкание на вытянутые руки	Ходьба по кругу, взявшись за руки	Обычный бег с остановкой по сигналу	Со «снежками»	Ходьба по гимнастическому буму, перекладывая «снежки» из рук в руки над головой	Прыжки в длину с места	Метание правой и левой рукой в горизонтальную цель с расстояния 3,5 м	Лазание по гимнастической стенке с переходом на соседний пролѐт	«Мышеловка»

III. Занятие с элементами аэробики	Перестроение в пары	Ходьба с приставным шагом с притопом и прихлопом	Бег со сменой направления движения по музыкальному сигналу	Аэробика на степах	Ходьба по гимнастическому буму на носках, раскладывая и собирая мелкие предметы	Прыжки в длину с места, перепрыгивая «бревнышко»	Метание малого мяча в вертикальную цель с расстояния 3,5–4 м на высоту 2,2 м	Лазание по наклонной доске боком с переходом на соседний пролет	«Ловля обезьян»
IV. Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях и подвижных играх	Построение в одну колонну, расхождение через середину по одному в разные стороны	Ходьба перекатом с пятки на носок; обычная ходьба – по сигналу поворот прыжком	Бег «змейкой» на носках со сменой ведущего по сигналу	Аэробика	«Кто скорее к флажку» (бум – бег на носках, канат – прыжки на одной ноге, обруч – надеть на себя)	«Кто дальше прыгнет?» - прыжки через скакалку	«Попади в корзину» (метание мячей в корзину)	«Подлезь и не задень» – подлезание правым и левым боком	«Мы – веселые ребята»

Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): ходят с остановкой по сигналу, с изменением направления, между предметами, врассыпную; перестраиваются в колонны по двое и по трое, ходят по канату боком приставным шагом, в сочетании с другими видами движений; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; прыгают последовательно через набивные мячи; пролезают в обруч, пролезают под гимнастическую скамейку; бросают мяч вверх и ловят его руками; сохраняют равновесие и правильную осанку, участвуют в играх с элементами спорта, считаются с интересами и мнением других в игре; используют в самостоятельной деятельности разнообразные по содержанию подвижные игры; любят активный отдых; проявляют самостоятельность в выполнении правил и норм поведения.

ФЕВРАЛЬ

Задачи

Развивать умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске, метать мяч в вертикальную цель, лазать по гимнастической стенке.

Закрепить навыки: перепрыгивания через бруски, забрасывания мяч в корзину, энергичного отталкивания и приземления при выполнении прыжка в длину с места, подлезания под дугу, отбивания мяч о пол, подлезания под палку и перешагивания через нее.

Проводить комплекс закаливающих процедур; формировать у детей представление о том, что быть чистым – красиво и полезно для здоровья, а грязь способствует заболеваниям, учить прикрывать рот платком при кашле и обращаться к взрослым при плохом самочувствии, изучать своѐ тело.

Интеграция образовательных областей

ОО «Социально-коммуникативное развитие»: учить самостоятельно готовить и убирать место проведения занятий и игр, формировать навык оценки поведения своего и сверстников во время проведения игр, формировать навыки дисциплинированности и сознательного выполнения правил безопасности по отношению к себе, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью.

ОО «Познавательное развитие»: учить части тела, развивать способность применять знания о своѐм теле в играх и упражнениях.

предметов в пространстве по. отношению к себе: впереди-сзади, вверху-внизу.

ОО «Речевое развитие»: проводить игры и упражнения под тексты стихотворений, проговаривать части тела, действия и названия упражнений в процессе двигательной деятельности.

ОО «Художественно – эстетическое развитие»*:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку.

Коррекционные игры и упражнения

Дыхательная гимнастика: «Снежинка»; «Свеча»; «Дышим легко»

Упражнения на координацию речи с движением: «Воробей»; «Перед весной»; «Пограничник на границе…» Расслабление по представлению: «Снеговик»

Программный материал

Мотивация	Строевые	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные

	упражнения				на Равновесие				игры
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
I. «Военные на учении»	Построение в одну, в три колонны	Ходьба в колонне; в шеренге; по сигналу принять и. п. – лежа на полу	Бег при ставным шагом вправо, влево; с изменением темпа; со сменой направляющего	С гимнастическими палками	Легкий бег по буму, раскладывая и собирая мелкие предметы	Прыжки через длинную скакалку (неподвижную)	«Не задень кегли»	Ползание по пластунский до обозначенного места	«Пустое место»
II. Традиционная структура занятия	Перестроение в шеренгу	Ходьба широкой «змейкой»; выпадами; спиной вперед	Бег между предметами «змейкой»; по сигналу – остановиться и присесть	С гимнастическими палками	Ходьба, по гимнастическому буму, высоко поднимая колени, перешагивая предметы	Прыжки через длинную скакалку (качающуюся)	«Не выпускай мяч из круга»	Ползание по пластунски «змейкой» между предметами	«Поспеши, но не урони» (бег с мешочком на голове до ориентира)
III. Занятие с элементами аэробики	Равнение в колонне, в шеренге; перестроение в звенья	Ходьба на четыре счета, чередуя ходьбу на носках и пятках со сменой положения рук	Бег с изменением темпа по музыкальному сигналу; бег с захлестыванием голени	Аэробика	Работа на гимнастических кольцах: вис, раскачивание, соскок	Прыгни через скамейку	Перебрасывание мяча друг другу через сетку	Ползание по пластунски в сочетании с перебежками	«Кто летает»

IV. Занятие, построенное	Перестроение в шеренгу;	Обычная ходьба в сочетании с	Бег на носках; по сигналу –	Аэробика	«Не потеряй груз» – бег по	«Спрыгни точно в	Элементы футбола:	«Доберись и подай сигнал»	«Мы – веселые
на эстафетах, соревнованиях и подвижных играх	в колонну по диагонали; расчет на 1–2-й в движении	ходьбой на носках, пятках, высоко поднимая колени; по сигналу – с поворотами прыжком кругом	врассыпную в сочетании с построением по диагонали		буму с мячами (сколько сумел взять в руки из корзины)	намеченное место» (с бума в обруч с высоты 30–40 см)	«Проведи мяч в ворота» – прокатывание мяча правой и левой ногой в заданном направлении	(лазание по гимнастической стенке до колокольчика)	ребята»

Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей): выполняют правильно все виды основных движений: ходят в сочетании с другими видами движений, прыгают в длину с места, пролезают в обруч разными способами, метают и лазают; активно двигают кистями рук при броске; соблюдают заданный темп в ходьбе и беге; умеют перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на первый-второй, соблюдать интервалы во время передвижения; ориентируются в пространстве; сохраняют равновесие, следят за осанкой; самостоятельны в организации всех видов игр; выполняют правила и нормы поведения; испытывают интерес к народным играм, умеют договариваться, планировать и обсуждать действия всех играющих, справедливо оценивают результаты игры; имеют представление о значении двигательной активности в жизни человека

МАРТ

Задача

Формировать умения; ходить по канату с мешочком на голове, прыгать в высоту с разбега.

Закреплять навыки: ходить в колонне по одному с поворотом в другую сторону на сигнал, прыгать из обруча в обруч, перебрасывать мяч друг другу, метать в цель, ходить и бегать между предметами, перестраиваться в пары и обратно в колонну, ползать на четвереньках между предметами, по скамейке на ладонях и ступнях, подлезать под рейку в группировке, строиться в 3 колонны.

Формировать здоровый образ жизни в детском саду и семье, потребность в движении и в занятиях физической культурой, проводить комплекс закаливающих процедур, формировать гигиенические навыки, осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки.

Интеграция образовательных областей

ОО «Социально-коммуникативное развитие»: поощрять проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнений, создавать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие, любовь к родителям); учить соблюдать правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места и через кубики, при ходьбе и беге по наклонной доске.

ОО «Познавательное развитие»: рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять кругозор.

ОО «Речевое развитие»: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры.

ОО «Художественно – эстетическое развитие»*:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку.

Коррекционные игры и упражнения

Дыхательная гимнастика: «Свеча»; «Дышим легко»

Упражнения на координацию речи с движением: «Маленькие прачки»; «Приходи весна»; «Наши дежурные»

Программный материал									
Мотивация	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

I. «Шаги весны»	Построение в один круг, в два круга – «на арене цирка»	Обычная ходьба в сочетании с имитационной ходьбой гимнастов, силачей	Бег «змейкой», ускоряя и замедляя шаг; бег высоко поднимая колени; бег через препятствия	С гантелями	Ходьба по гимнастическому буму, через предметы с хлопками над головой (боком)	Прыжки вверх с 3–4 шагов с касанием предмета, подвешенного на 15–20 см выше поднятой руки – «клоун»	Перебрасывание мяча из разных исходных положений, стоя лицом друг к другу через сетку	Лазание по шесту(3)	«Передвижение по залу с ведением малого мяча ногами»
II. Традиционная структура занятия	Перестроение в три колонны	Обычная ходьба в сочетании с ходьбой скрестным шагом вправо, влево в колонне	Бег по кругу, изменяя направление; спиной вперед	На степах с гантелями	Ходьба по гимнастическому буму, через предметы с хлопками над головой (боком)	Перешагивание предметов, в конце с 3–4 шагов выпрыгнуть вверх и коснуться рукой	Перебрасывание малого мяча из правой руки в левую на месте	Лазание по шесту	«Горелки»

						игрушки			

III. Занятие с элементами аэробики	Перестроение в три колонны	Ходьба на четыре счета, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, меняя положение рук	Бег на носках, пронося прямые ноги через стороны; по музыкальному сигналу чередовать с ходьбой с притопами	Элементы аэробика	«Стойка баскетболиста»; «На одной ножке по дорожке»	Прыжки: с 3–4 шагов коснуться предмета	Перебрасывание мяча из одной руки в другую в движении до ориентира	Лазание по канату	«Охотники и звери»
IV. Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях и подвижных играх	Повороты направо, налево в колонне, в шеренге	Ходьба со сменой ведущего, по сигна лу – прыжки	Бег «змейкой» на носках, по сигналу – остановка	Аэробика	«Сумей сбить с бревна» – дети малым мячом стараются попасть в детей, стоящих на бревне	«Сделай как можно меньше прыжков» – прыжки широким шагом до ориентира	«Попади в обруч» – метание в горизонтальную цель	Лазание по канату	«Караси и щуки»

Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений): могут бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5—12 м, метать предметы в движущуюся цель; выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; прыгают через короткую и длинную скакалку разными способами; совершенствуют технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения*);* следят за правильной осанкой; интересуются физической культурой, спортивными играми и отдельными достижениями в области спорта; участвуют в играх с элементами спорта, самостоятельны в организации оптимальной двигательной деятельности, в том числе подвижных игр, уверенно анализируют их результаты; демонстрируют освоенную культуру движений в различных видах детской деятельности; активно участвуют в физкультурных досугах и праздниках

АПРЕЛЬ

Задачи

Развивать навык: ходить по гим. скамейке с заданиями, прыгать на двух ногах через предметы, метать в вертикальную цель, ходить и бегать между предметами, прокатывать обруч, сохранять равновесие в прыжках.

Закреплять навыки: и. п. при метании в вертикальную цель, лазанья по гимнастической стенке одноименным способом.

Рассказывать о пользе дыхательных упражнений, о режиме дня и влиянии его на здоровье человека, приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; проводить комплекс закаливающих процедур.

Интеграция образовательных областей

ОО «Социально-коммуникативное развитие»: формировать навык ролевого поведения, учить выступать в роли капитана команды, учить правилам безопасности при метании предметов разными способами в цель.

ОО «Познавательное развитие»: развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время игровых заданий.

ОО «Речевое развитие»: учить детей воспроизводить движения в творческой форме, развивать воображение в игре «Хитрая лиса».

ОО «Художественно – эстетическое развитие»*:* вводить элементы ритмической гимнастики; учить запоминать комплекс упражнений ритмической гимнастики.

Коррекционные игры и упражнения

Дыхательная гимнастика: «Облако»; «Свеча»; «Дышим легко»

Упражнения на координацию речи с движением: «Селезень и утка»; «Мы мечтаем»; «Что я видел под водой»; «Земля и луна»

Программный материал

Мотивация	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

I. «Мы – космонавты»	Перестроение в две, три колонны на месте и в движении	Ходьба выпадами	Обычный бег по сигналу: «К звездам!» – подойти к заданному месту и залезть на него	«Подготовка космонавтов к полету» (с обручами)	«Мяч водящему»; обводка мяча между кеглями «змейкой»	Прыжки в высоту через веревку (20–30см) в беге	Перебрасывание малого мяча из одной руки в другую, двигаясь по узкой доске(З)	«Выход в космос» – подлезание правым и левым боком под дугой	«Третий лишний»
II. Традиционная структура занятия	Перестроение в пары на месте, по сигналу – в движении	Обычная ходьба в сочетании с ходьбой на высоких четвереньках	Медленный бег в течении одной минуты: широкой «змейкой» с остановкой на сигнал – свисток	С косичкой	«Мяч водящему»; обводка мяча между кеглями «змейкой»	Прыжки в высоту с места (30–40см)	Перебрасывание набивного мяча снизу, стоя лицом друг к другу(О)	Пролезание правым и левым боком в обручи, приподнятые на высоту 15 см от пола	«Мы – веселые ребята»
III. Занятие с элементами аэробики	Ходьба в колонне через середину, расхождение в разные стороны по одному	Ходьба с притопами, с прихлопами	Бег с приставным шагом правым и левым боком	Элементы аэробики	«Обеги мяч» – бег «змейкой», обегая мячи до ориентира	Прыжки через скакалку	Перебрасывание набивного мяча из-за головы	Вис на гимнастической стенке, поднимая прямые ноги держать угол, раз-водить ноги в стороны	«Хитрая лиса»

IV. Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях и подвижных играх	Построение в колонну, перестроение в звенья	Ходьба в колонне со сменой ведущего, ходьба короткой и длинной «змейкой»	Бег длинной «змейкой», по сигналу – бег врассыпную	Аэробика	«Обеги мяч» – бег «змейкой», обегая мячи до ориентира	Эстафета «Кто быстрее» – перепрыгивание кирпичиков на одной ноге	«Пронеси волан и не урони»		«Ловишка, бери ленту»
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений): могут бросать предметы в цель из разных									

исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5—12 м, метать предметы в движущуюся цель; выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; прыгают через короткую и длинную скакалку разными способами; совершенствуют технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения*);* следят за правильной осанкой; интересуются физической культурой, спортивными играми и отдельными достижениями в области спорта; участвуют в играх с элементами спорта, самостоятельны в организации оптимальной двигательной деятельности, в том числе подвижных игр, уверенно анализируют их результаты; демонстрируют освоенную культуру движений в различных видах детской деятельности; активно участвуют в физкультурных досугах и праздниках

МАЙ

Задачи

Формировать навык: прыгать в длину с разбега.

Закрепить навык: ходьбы и бега парами с поворотом в другую сторону, перешагивания через набивные мячи, прыжков на двух ногах, перебрасывания мяча друг другу, лазанья по-медвежьи, бросания мяча о пол одной рукой, ловля двумя, ползания по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, бросания мяча в баскетбольное кольцо.

Воспитывать: активность у детей в двигательной деятельности, умение организовывать игры со всеми детьми.

Учить технике звукового дыхания во время выполнения ходьбы.

Интеграция образовательных областей

ОО «Социально-коммуникативное развитие»: учить соблюдать правила дорожного движения, правила безопасности во время лазанья по гимнастической стенке разными способами.

ОО «Речевое развитие»: формировать умение договариваться об условиях игры, объяснить правила игры, развивать умение детей общаться спокойно, без крика; проводить подвижную игру под текст стихотворения.

ОО «Художественно – эстетическое развитие»*:* вводить элементы ритмической гимнастики; учить запоминать комплекс упражнений ритмической гимнастики.

Коррекционные игры и упражнения

Дыхательная гимнастика: «Облако»; «Свеча»; «Дышим легко»

Упражнения на координацию речи с движением: «Мы всегда играем дружно»; «С поля, с моря…»; «Добрый жук»

Программный материал

Мотивация	Строевые	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные
	упражнения				на Равновесие				игры
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
I. «Олимпийские звезды»	Построение в три колонны	Ходьба парами в колонне, по сигналу перестроение в одну колонну	Челночный бег 3х10 м в медленном темпе	Со шнуром	Ходьба по буму с мешочком на голове	Прыжки с продвижением вперед, с ноги на ногу, на двух ногах	Броски набивного мяча (2,5 м)	Лазание по веревочной лестнице разноименным способом	«Быстрые и меткие»

II. Традиционная структура занятия	Размыкание из одной колонны в три колонны приставными шагами (в разные стороны)	Обычная ходьба в сочетании с ходьбой широким шагом, на низких четвереньках спиной вперед	Бег в медленном темпе по пересеченной местности	Со шнуром	Ходьба по буму с мешочком на голове	Прыжки в длину с разбега на мат (6 м), подбирая толчковую ногу	Броски набивного мяча (2,5 м)	Лазание по веревочной лестнице одноименным способом	«Лиса и куры»
III. Традиционная структура занятия	Размыкание из одной колонны в три колонны	Ходьба перекатом с пятки на носок	Бег (20–30 м)	Аэробика	На гимнастических кольцах: вис, раскачивание, вис согнувшись, соскок	Прыжки в длину с разбега на мат (6 м), с ноги на ногу	Метание малого мяча на дальность правой и левой рукой	Лазание по веревочной лестнице свободным способом	«Лесная эстафета»
IV. Занятие, построенное	Ходьба с перестраиван	Ходьба с различными	Бег на короткую	Аэробика	Ходьба с «мешочками	Прыжки на лев. и прав.	Метание малого мяча на дальность	Лазание по гимнастической	«Сокол и голуби»

на эстафетах, соревнованиях и подвижных играх	ием в 3–4 колонны	движениями рук; медленный бег боком приставным шагом	дистанцию (30 м и 10 м)		» на голове по скамейке сначала прямо широким шагом, затем боком приставным шагом (2–3 круга)	ноге между кеглями	правой и левой рукой в цель расстояние 5 м	стенке, перелезая с пролета на пролет	
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений): могут бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5—12 м, метать предметы в движущуюся цель; выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; прыгают через короткую и длинную скакалку разными способами; совершенствуют технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения*);* следят за правильной осанкой; интересуются физической культурой, спортивными играми и отдельными достижениями в области спорта; участвуют в играх с элементами спорта, самостоятельны в организации оптимальной двигательной деятельности, в том числе подвижных игр, уверенно анализируют их результаты; демонстрируют освоенную культуру движений в различных видах детской деятельности; активно участвуют в физкультурных досугах и праздниках									

2.4. Содержание и распределения программного материала в группах страшего дошкольного возраста

Задачи: продолжать развивать творчество в двигательной деятельности, формировать умение варьировать упражнения и игры, придумывать и выполнять имитационные и неимитационные упражнения, демонстрируя осознанность, красоту, грациозность, выразительность, пластичность движений.

Программный материал

I. Гимнастика.

1. **Построение, перестроения:** в колонну по одному, в круг, в шеренгу; перестроение в колонну по два, по три, по четыре на ходу, из одного круга в несколько; расчет на 1–2; перестроение из одной шеренги в две; равнение в колонне, шеренге, кругу; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом.
2. **Ходьба:** обычная, на носках, с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стопы, с высоким подниманием бедра, широким и мелким шагом, перекатом с пятки на носок, в присяде и полуприсяде, выпадами, спиной вперед, в колонне по одному, по два, по три, по четыре, в шеренге, в разных направлениях по кругу, с поворотами, «змейкой», врассыпную, проходить с закрытыми глазами 4–5 м, с преодолением препятствий.
3. **Бег:** обычный, на носках; с высоким подниманием бедра; сгибая ноги назад, с прямыми ногами вперед, мелким и широким шагом, через препятствия, прыжками, в сочетании с другими движениями, в чередовании с ходьбой и прыжками, с изменением темпа, из разных стартовых положений, на скорость (30 м), челночный бег (5х10 м), чередование ходьбы и бега на 3–4 отрезка пути по 100–150 м каждый, бег в среднем темпе по пересеченной местности на 200–300 м, медленный бег 2–3 минуты.
4. **ОРУ:**

а) для рук: (поднимать руки вверх, вперед, в стороны из различных положений, энергично выпрямлять согнутые в локтях руки, выполнять круговые движения согнутыми руками, вращать обруч одной рукой, вращать кистями, разводить и сводить пальцы рук;

б) для ног: (выставлять ногу вперед на носок скрестно, приседать, выпады вперед и в сторону, махи прямой ногой до касания ладони);

в) для туловища: (опускать и поворачивать голову в сторону, повороты в стороны и вперед с различными положениями рук, садиться из положения лежа на спине и наоборот прогибаться лежа на животе и др.).

5. **ОВД:**

а) прыжки: на двух ногах на месте с поворотами кругом, вверх из глубокого приседа, вверх с доставанием предмета, с продвижением вперед на 5–6 м, перепрыгивать линии предметы, на одной ноге, в длину с разбега, по наклонной доске, с высоты, запрыгивать на предметы, через короткую скакалку на месте, вращая ее вперед и назад, и в беге, через длинную скакалку, в высоту и с разбега, через обруч;

б) ползание, лазание: по скамейке на четвереньках назад, на животе, на спине, подтягиваясь руками, по полу на животе, на четвереньках животом вверх, на четвереньках по горизонтальной лестнице, лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом, слезание по диагонали, перелезание через препятствия, лазание по веревочной лестнице, по канату, подлезание под дугу, под скамейкой и другими пособиями подряд;

в) бросание, ловля, метание: броски мяча вверх и ловля его двумя руками (20 раз подряд) и одной рукой (10 раз), друг другу с различными заданиями и из разных исходных

положений, отбивание мяча о пол одной рукой на месте и в движении, по кругу и «змейкой», метание в горизонтальную цель правой и левой рукой с 4–5 м, в даль на 6–12 м, вертикальную цель, забрасывание мяча в баскетбольную корзину с места и с нескольких шагов, броски мяча через сетку несколькими игроками с передачей друг другу, бросок мяча и ловля его от стены с различными заданиями;

г) равновесие: ходьба по скамейке с перешагиванием предметов, с приседанием, с поворотами, с махами ногами, с перепрыгиванием предметов, мешочком на спине на четвереньках по горизонтальному и наклонному бревну прямо и боком с различными положениями рук, по шнуру «по-медвежьи», спиной вперед по линии и по скамейке, броски мяча в парах стоя на скамейках, стоять на одной ноге закрыв глаза, встать и сесть без помощи рук, удерживать на голове мешочек с песком.

II. Игры.

Подвижные: «Быстро возьми, быстро положи», «Ловишка, бери ленту», «Совушка». «Чье звено скорее соберется», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Коршун и наседка», «Лягушка и цапля», «Волк во рву», «Кого назвали, тот и ловит», «Стоп», «Кто самый ловкий», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом», «Перелет птиц», «Ловля» обезьян»; эстафеты; «Кто скорее пробежит через препятствия к флажку», «Веселые соревнования» и др. **Спортивные:**

1) городки (бросать биты сбоку, от плеча, знать 4–5 фигур, выбивать городки с полукона и кона);

2) элементы баскетбола (передача мяча друг другу, перебрасывание мяча в парах от груди в движении, ловить летящий мяч на разной высоте, бросать мяч в корзину, вести мяч одной и передавать его из одной руки в другую, передвигаться в разных направлениях, усвоить основные правила игры;

3) элементы футбола (передавать мяч друг другу на месте, вести мяч «Змейкой» между предметами, попадать в предмет, забивать мяч в ворота);

4) элементы хоккея (вести шайбу клюшкой, прокатывать шайбу клюшкой друг другу и в ворота, ударять по шайбе с места и в движении);

5) бадминтон (правильно держать ракетку, перебрасывать волан ракеткой на сторону партнера без сетки, свободно передвигаться по площадке с целью не пропустить волан).

III. Спортивные упражнения: Катание на санках (поднимать во время спуска предмет, выполнять игровые упражнения в эстафетах с санками); скольжение по ледяным дорожкам (с разбега присев, стоя на одной ноге, с поворотом), ходьба на лыжах (идти скользящим шагом, проходить расстояние 600 м в среднем темпе, выполнять повороты движении, участвовать в играх); катание на самокате и велосипеде (по прямой, между предметами.

К концу года дети могут

- Выполнять правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).
- Прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.
- Перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель; владеть школой мяча.

- Перестраиваться в 3—4 колонны, в 2—3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на первый-второй, соблюдать интервалы во время передвижения.
- Выполнять физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.
- Сохранять правильную осанку.
- Ходить на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, подниматься на горку и спускаться с нее, тормозить при спуске.
- Активно участвовать в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).
- Проявлять дисциплинированность, выдержку, самостоятельность и творчество в двигательной деятельности, демонстрировать красоту, грациозность, выразительность движений.

Комплексно-тематическое планирование занятий в ОО «Физическое развитие»

СЕНТЯБРЬ

Задачи

Изучения особенностей развития физических качеств и освоения основных движений у детей

Интеграция образовательных областей

ОО «Социально-коммуникативное развитие»: побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр; убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных упражнений; формировать навыки безопасного поведения в спортивном зале и во время проведения прыжков с продвижением вперед, перебрасывания мячей, подвижной игры.

ОО «Познавательное развитие»: развивать восприятие предметов по форме, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием через кубики, через мячи.

ОО «Речевое развитие»: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.

ОО «Художественно – эстетическое развитие»*:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку.

Коррекционные игры и упражнения

Дыхательная гимнастика: «Ветерок»; «Ветер в саду»; «Перышко»

Упражнения на координацию речи с движением: «Прощай лето»

Программный материал

Мотивация	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

I. Традиционная структура занятия	Построение в колонну; игра «По местам» – по сигналу дети находят свои места в колонне	Обычная ходьба с заданием на движение рук. Игра «Будь внимательным	Бег «змейкой», по сигналу – смены ведущего	Без предметов	Ходьба по гимнастическому буму боком, приставным шагом, руки за голову	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до обозначенного места	Подбивание ракеткой волана как можно большее число раз без падения	Пролезание в обруч правым и левым боком	«Ловишка с лентами»
II. «Мы - волейболисты»	Построение в колонну. Повороты направо, налево	Обычная ходьба в сочетании с ходьбой гимнастическим шагом – мяч впереди, ходьба на носках – мяч за голову	Бег на носках в колонне с мячом под правой рукой, по сигналу мяч переложить под другую руку	С большим мячом	Ходьба гимнастическим шагом по ска-мейке с мячом, на каждый шаг, фиксируя положение мяча (вниз, вперед, вверх)	Прыжки с мяглями, между мяч за ме колен	Бросать мяч вверх, о землю и ловить его двумя руками, не менее 20 раз, а одной – не менее 10 раз подряд	Лазание по гимнастической стенке, перелезая с пролета на пролет	«Чья команда больше забросит мячей в корзину» (метание)
III. Традиционная структура занятия	Перестроение в три звена. Игра «Найди свое звено»	Обычная ходьба на пятках, на наружных сводах стопы, врассыпную с нахождением своего места в колонне	Бег на носках, с захлестыванием голени, с изменением темпа, с высоким подниманием коленей	С большим мячом	Ходьба по гимнастическому буму	Прыжки через скакалку	Бросать мяч с хлопами, поворотами и другими заданиями	Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке	«Лягушки и цапли» (прыжки)

IV. Занятие, построенное на играх, эстафетах, игровых заданиях	Построение в две колонны	Обычная ходьба, по сигналу – ходьба врассыпную, на пятках	Бег в среднем темпе – 40 секунд, по сигналу, чередуя с ходьбой	С обручем	«Полоса препятствий». Бег по скамейке на носках	«Полоса препятствий»: прыжки через перекладину разной высоты (высота 15–20–30 см)	«Кто больше бросит мячей в баскетбольную корзину»	«Пролезание в воротники»	«Караси и щука»

Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): выявить уровень физической подготовленности детей

ОКТЯБРЬ

Задачи

Закрепить навыки ходьбы и бега по кругу; парами, с преодоление препятствий; «змейкой» между предметами.

Формировать навык: ходьбы по канату; прыжков через короткую скакалку; бросания мешочка в горизонт, цель; лазанья по гимн, стенке с переходом по диагонали на другой пролет.

Упражнять в энергичном отталкивании в прыжках; подлезании под шнур; прокатывании обручей, ползании по скамейке с мешком на спине.

Интеграция образовательных областей **ОО «Социально-коммуникативное развитие»:** побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр; учить убирать физкультурный инвентарь и оборудование после проведения физкультурных упражнений; формировать навыки безопасного поведения во время ползания на четвереньках и по гимнастической скамейке, - перестроения в шеренгу, колонну, ходьбы с высоким подниманием коленей, бега врассыпную. **ОО «Познавательное развитие»:** ориентировать в окружающем пространстве, понимать смысл пространственных отношений (направо, налево). **ОО «Речевое развитие»:** поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой, обогащение словаря, работа над темпом и ритмом речи, автоматизация и дифференциация поставленных звуков, развитие слухового внимания и памяти. **ОО «Художественно – эстетическое развитие»*:*** вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку.
Коррекционные игры и упражнения Дыхательная гимнастика: «Ветер в саду», «Ветерок», «Перышко», «Паутина» Упражнения на координацию речи с движением: «Садовник», «Приходи к нам на чай» Коррекционные упражнения: «Прогулка в лес». Пантомима.

Программный материал									
Мотивация	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

I. Традиционная структура занятия	Перестроение парами; 3–4 раза менять направление движения по команде «Кругом!»	Ходьба в колонне по одному, на сигнал смена направления. Ходьба через предмет	Легкий бег на носках, меняя темп бега, бег по сигналу – бег через предметы	С малыми обручами	Упражнение в ведении мяча правой и левой рукой, обходя поставленные в ряд предметы (6–8 кубиков, кеглей)	Прыжки вверх из глубокого приседа, продвигаясь вперед	Перебрасывание мяча в парах из и. п. стоя и сидя на коленях, лицом друг к другу	Ползание на низких четвереньках по наклонной доске, по скамейке, спуск тоже по наклонной доске	«Быстро возьми, быстро положи» (бег с переносом игрушек до ориентира)
II. Занятие с элементами аэробики	Перестроение парами; 3–4 раза менять направление движения по команде «Кругом!»	Ходьба гимнастическим шагом, с притопом, приставной шаг с приседанием	Бег на носках, с захлестыванием голени назад, подскоком, боковым галопом	Аэробика	Бег в среднем темпе, во время которого дети пробегают по скамейкам, бревну	Прыжки через скамейку по 3–5 раз подряд. Прыгать, продвигаясь от одной стороны площад-ки до другой. Вращать	Броски мяча в кольцо двумя руками от груди	На гимнастической лестнице принять и. п. – вис, разведение ног в стороны, сведение ног вместе, поднять	«Пустое место»

						скамейку вперед и назад		ноги вверх, держать угол	
III. Традиционная структура занятия	Повороты на месте направо, налево, кругом, в движении. Перестроение в три колонны	Ходьба широкими выпадами, спиной вперед, на высоких четвереньках, на носках	Обычный бег, бег «змейкой», по сигналу – смена направления движения	С малыми обручами	Ходьба по гимнастическому буму на носках, приседая на одной ноге, другую прямую махом пронося сбоку вперед(О)	Прыжки вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие (высота 20 см)(П)	Стоя в двух колоннах, дети один за другим ударяют по мячу, стараясь сбить кегли с расстояния 2 м (2–3 раза)	Ползание на четвереньках, перешагивая через предметы на скамейке (кирпичики) (С)	Элементы городков «Попади – сбей кеглю»
IV. Занятие, построенное на играх, эстафетах, игровых заданиях	Перестроение в круг, в два круга	Ходьба на носках, на пятках, по сигналу – остановка, на средних четвереньках	Семенящий бег, чередуя с бегом широким шагом, по сигналу – перестроение в пары	«Сбей кеглю»; «Подбрось и поймай»	Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом; прямо, перешагивая палку, которую держат дети поперек скамейки (2–3 раза)	Эстафета «Кто быстрее через препятствия к флажку»: прыжки на 2х ногах через скамейку, обратно – бег по скамейке	Элементы футбола – вести мяч ногой между кеглями «змейкой»	«Проползи и не задень» – подлезание в воротца (высота 40–50 см)	«10 передач»

Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): испытывают потребность в ежедневной двигательной деятельности; лазают по гимнастической стенке со сменой темпа в разных направлениях (в том числе по диагонали), перелезают с одного пролета на другой в любую сторону на разных уровнях; ходят по гимнастической скамейке прямо, боком приставным шагом; с перешагиванием через предметы; с поворотами; с приседаниями; на носках; с мешочком на голове; бросают предметы в цель из разных исходных положений, попадают в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м; выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; следят за правильной осанкой; проявляют

элементы творчества при выполнении физических упражнений и игр, активно используют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах; достигают успеха в установлении вербальных и невербальных контактов со взрослыми и детьми в различных видах деятельности и общении; участвуют в играх с элементами спорта.

НОЯБРЬ

Задачи

Закрепить навык ходьбы и бега между предметами; с изменением направления по сигналу; с высоким подниманием колен; со сменой темпа движения; бега между линиями; знание о пользе физической культуры и спорта для здоровья.

Упражнять: в сохранении равновесия; в прыжках; бросании мяча; приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в переползании на четвереньках с дополнительным заданием.

Развивать координацию движений.

Формировать умение: прыгать вверх из глубокого приседа.

Формировать представление: в здоровом теле здоровый дух.

Интеграция образовательных областей

ОО «Социально-коммуникативное развитие»: побуждать детей оценивать свои действия во время подвижных игр. Учить детей постоянно и своевременно поддерживать порядок в физкультурном зале. Формировать навыки ориентирования на местности (на территории детского сада, вокруг детского сада), безопасного поведения во время ползания по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, на предплечьях и коленях, во время проведения подвижной игры.

ОО «Познавательное развитие»: уточнить представления о внешнем облике человека, частях тепа, лица. Закрепить знание об органах чувств, их роли. Развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время подпрыгивания на двух ногах, считать до трех при перестроении в три колонны.

ОО «Речевое развитие»: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу соблюдения режима дня.

ОО «Художественно – эстетическое развитие»*:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку.

Коррекционные игры и упражнения

Дыхательная гимнастика: «Шарик», «Ветерок», «Перышко»

Упражнения на координацию речи с движением: «Алфавит телодвижений», «Ботинки»

Коррекционные упражнения (пальчиковая гимнастика): «Перелетные птицы», «У кого какая шубка»

Программный материал

Мотивация	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижны е игры
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

I. Традиционная структура занятия	Построение в шеренгу, размыкание приставным шагом	Ходьба с изменением направления по ориентирам, остановка по сигналу	Бег, выбрасывая прямые ноги вперед и широким шагом	На степах	Ходьба по гимнастическому буму, приседая на одной ноге, пронося другую сбоку, фиксируя движение руками	Прыжок вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие (высота 20 см)	Отбивание мяча о пол правой и левой рукой поочередно, стоя на месте	Лазание чередующимся шагом по гимнастической стене, касание ру-кой верхней перекладины, переход на соседний пролет и спуск вниз и т. д.	«Не урони» (перебрасывание через сетку)
II. Занятие с элементами аэробики	Построение в шеренгу, колонну, равнение на ведущего, повороты на месте	Ходьба с ритмическими хлопками под правую ногу. Пружинистый шаг носка	Бег на носках в разных направлениях, по сигналу – бег в колонне	На гимнастических скамейках	На гимнастических кольцах: вис, раскачивание, вис согнувшись, соскок	Подпрыгивание до предметов, подвешенных на 25–30 см выше поднятой руки с места и с разбега	Ведение мяча одной рукой в движении (П)	Лазание по 2–3 раза до верха гимнастической стенки, ускоряя и замедляя темп передвижения	«Найди, где спрятано»
III. Традиционная структура занятия	Перестроение в 2, 3 колонны на месте; расчет на 1-й, 2-й, 3-й в	Ходьба парами, тройками, по сигналу –	Бег парами, тройками, по сигналу – бег	С гимнастической скакалко	Ходьба по гимнастическому буму, выполняя	Прыжки через скакалку, продвигаясь между	Работа с мячом в движении одной рукой,	Ползание по гимнастической скамейке на животе,	«Попрыгунчики-воробушки»

	движении	ходьба врассыпную	врассыпну ю	й	при-седания на середине бума, руки вперед(3)	расставленны ми на площадке предметами	по сигналу – перейти на бег	подтягиваясь руками и толкаясь ногам	
IV. Занятие, построенное на играх, эстафетах, игровых заданиях	Перестроение из одной шеренги в круг, в два круга	Ходьба по кругу, взявшись за руки, ходьба с заданиями на руки	Бег по кругу, по сигналу – смена направлени я	С гимнасти ческой скакалко й	«Перетяни за черту» (в парах перетягивают за руки друг друга у черты)	Прыжки через скакалку, вращая ее вперед и назад; прыжки с ноги на ногу	«Ловись, рыбка» (водящий ловит «рыбку» в обруче)	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками и толкаясь ногами	«Горелки»
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): ходят и бегают в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходят по гимнастической скамейке прямо, приставным шагом, боком, с приседаниями, на носках, с мешочком на голове; выпрыгивают вверх из глубокого приседа; водят мяч: по прямой, сбоку, между предметами, отбивают мяч от пола одной рукой; удерживают равновесие на носках; выполняют физические упражнения под музыку, согласуют ритм движения с музыкальным сопровождением; демонстрируют освоенную культуру движений в различных видах детской деятельности; стремятся проявлять максимальные физические качества при выполнении движений, оценивают их выполнение, общий результат; испытывают интерес к физической культуре, участвуют в играх с элементами спорта.									
ДЕКАБРЬ									

Задачи *Закреплять навыки:* ходьбы с выполнен. задания по сигналу; бега с преодолением препятствий; парами; перестроения из одной колонны по одному в колонну по два и по три. *Развивать* координ. движ. при ходьбе по огранич. площади опоры. *Упражнять* в прыжках; при переменном подпрыгив. на пр. и лев. ногах; в переполз, по гим. скам.; в лазаньи по гим. стенке с переход, на другой пролет; следить за осанкой во время выпол. упр. на равновесие. Формировать гигиенические навыки; следить за осанкой при ходьбе.
Интеграция образовательных областей

ОО «Социально-коммуникативное развитие»: поощрять проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнений. Учить детей постоянно убирать на свое место спортивный инвентарь. Формировать навыки безопасного передвижения в помещении, поведения во время подлезания под шнур боком, прямо, ходьбы по гимнастической скамейке, прыжков на одной ноге, игры в волейбол. **ОО «Познавательное развитие»:** привлекать детей к измерению расстояния условными мерками (палки, шаги). **ОО «Речевое развитие»:** поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать влияние прогулок на свежем воздухе на здоровье человека. Обогащение словаря, работа над слоговой структурой слова. **ОО «Художественно – эстетическое развитие»*:*** вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку.
Коррекционные игры и упражнения Дыхательная гимнастика: «Дышим легко», «Куры», «Снежинка» Упражнения на координацию речи с движением: «Пес», «Сердитый гусь», «Новогодний хоровод» Пальчиковая гимнастика: «Перелетные птицы», «У кого какая шубка»
Программный материал

Мотивация	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
I. Традиционная структура занятия	Перестроение из одной шеренги в две	Чередование ходьбы «змейкой» по залу с ходьбой врассыпную, с остановкой по сигналу	Чередование бега «змейкой» в колонне с бегом врассыпную, с остановкой по сигналу	С гантелями	Ходьба по гимнастическому буму с поворотом кругом на середине	Прыжки через скакалку, вращая ее вперед и назад, попеременно на одной и другой ноге	Ведение мяча в разных направлениях с остановкой на сигнал	Ползание на скамейке на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами	«Веселые парочки» (передача мяча в движении по кругу)
II. «Смелые альпинисты»	Построение в 2 шеренги, 3	Ходьба с ритмическими	Бег на носках в разных	На степах	На гимнастическ	Подпрыгивание до	Работа с мячом одной рукой в	Ползание на скамейке на	«Найди, где

(предварительная работазагадка)	шеренги	хлопками под правую ногу. Пружинистый шаг носка	направлениях, по сигналу – бег в колонне	й с гантелями	их кольцах: вис, раскачивание,вис согнувшись, соскок	предметов, подвешенных на 25–30 см выше поднятой руки с места и с разбега	движении	спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами	спрятано»

III. Традиционная структура занятия	Перестроение в 2, 3 колонны на месте; расчет на 1-й, 2-й, 3-й в движении	Ходьба парами, тройками, по сигналу – ходьба врассыпную	Бег парами, тройками, по сигналу – бег врассыпную	Аэробика	Ходьба по гимнастическому буму, выполняя приседания на середине бума, руки вперед	Ведение мяча с высоким отскоком, свободно передвигаясь по залу, стараясь делать по 2–3 удара мяча о пол на каждый шаг	Работа с мячом в движении одной рукой, по сигналу – перейти на бег	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками и толкаясь ногами	«Попрыгунчики-воробушки»
IV. Занятие, построенное на играх, эстафетах, игровых заданиях	Перестроение из одной шеренги в круг, в два круга	Ходьба по кругу, взявшись за руки, ходьба с заданиями на руки	Бег по кругу, по сигналу – смена направления	Аэробика	«Перетяни за черту» (в парах перетягивают за руки друг друга у черты)	Прыжки в длину с разбега	«Ловись, рыбка» (водящий ловит «рыбку» в обруче)	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками и толкаясь ногами	«Горелки»

Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): ходят по гимнастической скамейке, приседая поочередно на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки, перебрасывают мяч друг другу из-за головы, стоя в шеренгах (расстояние - 3 м), отбивают мяч в движении, лазают по гимнастической стенке с перелезанием с пролета на пролет, прыгают на двух ногах через шнуры, обручи; имеют представления о необходимости движений и регулярных занятиях физкультурой, оценивают их влияние на собственную силу, быстроту, ловкость, выносливость, самостоятельно расширяют представления асохранении здоровья, могут убедить собеседника в необходимости соблюдения элементарных.

ЯНВАРЬ
Задачи *Формировать навык:* ходьбы пристав, шагом; прыжков в длину с разбега на мягкое покрытие; метания набив, мяча двумя руками из-за головы и от груди. *Закрепить умения:* перестраиваться из одной колонны в две в движ., переползать по скам.; прыгать, энергично отталкив. и приземляясь на полусогнутые ноги. *Развивать* ловкость и координацию в упр. с мячом. *Закрепить навык:* прыгать через короткую скакалку с продвижением вперед. *У*чить сохранять осанку; проводить комплекс закаливающих процедур; формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдать порядок в своем шкафу.
Интеграция образовательных областей **ОО «Социально-коммуникативное развитие»:** побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр; убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных упражнений; формировать навыки безопасного поведения в спортивном зале, во время ходьбы по наклонной доске и подвижной игры. **ОО «Познавательное развитие»:** развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием через кубики, через мячи. **ОО «Речевое развитие»:** поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой. **ОО «Художественно – эстетическое развитие»*:*** вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку
Коррекционные игры и упражнения Дыхательная гимнастика: «Снежинка», «Ветерок», «Послушай свое дыхание» Речь с движением «Снежный ком» Пальчиковая гимнастика: «Мебельный магазин»

Ритмич. танец «Дядя Петя»									
Программный материал									
Мотивация	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижн ые игры
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
I. Традиционна я структура занятия (с мячом)	Расчет на 1-й, 2-й; перестроение из одной шеренги в две	Ходьба с мячом в руках со сменой положения рук и ног на 8 счетов	Бег с мячом в руках с преодолением препятствий (воротики)	С мячам и	Ходьба по гимнастичес кому буму с мячом в руках на носках, на середине поворот вокруг себя	Впрыгивать с разбега в 3 шага на предметы высотой до 40 см; спрыгивать с них	«Попади в обруч»	Ползание попласту-нски до ориентира, прокатывая перед собой мяч	«Отбери у противни ка мяч ногой» (элемент ы футбола)
II. Занятия с элементами аэробики	Расчет на 1-й, 2-й, 3-й; перестроение по расчету	Ходьба с ритмичным притопыванием, двигаясь в колонне и по кругу	Чередование обычного бега с бегом, высоко поднимая колени	Аэроб ика	Ходьба по гимнастичес кому буму с мячом в руках на носках, на середине поворот вокруг себя	Прыжки в длину с места (не менее 100 см)	«Попади в кольцо»	Лазание по веревочной лестнице чередующимся шагом	Игра на внимание «Сумей изобразит ь спортсме на»

III. Традиционная структура	Перестроение в 2, 3 колонны через	Ходьба с обручем в руках, по сигналу – смена положения	Обычный бег с обручем в руках чередовать с	С обручами	Легкий бег на носках с обручем в	Прыжки в длину с места (не менее	Метание малого мяча в	Ползание попласту-нски под шнуром до	«Попрыгунчикиворобушки»
занятия (с обручами)	середину	рук	бегом, захлестывая голень на-зад, посигналу – надетьобруч на себя		руках по гимнастическому буму, сохраняя равновесие	100 см)	вертикальную цель (обруч) правой и левой рукой (расстояние 3 м)	ориентира (4–5 м) (3)	
IV. Занятие, построенное на играх, эстафетах, игровых заданиях	Расчет на 1-й, 2-й, 3-й; перестроение из одной колонны в три по расчету	Чередование ходьбы врассыпную по залу с ходьбой в парах и тройках (по желанию детей)	Чередование бега врассыпную по залу с бегом «змейкой»	С лентами	«Брось мяч в корзину одной рукой от плеча» (баскетбол); «Проведи шайбу клюшкой вокруг предметов» (хоккей); «Отбери мяч у противника ногой» (футбол); «Подбрось и поймай мяч на ракетку после отскока от пола» (бадминтон); «Опиши свой любимый снаряд» (спортивные упражнения)				
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): Ходят приставными шагами вперед и назад, в колонне по одному, перестраиваются в колонну по два в разных направлениях: по прямой с поворотами; «змейкой» и врассыпную, по гимнастической скамейке (перешагивая через набивные мячи), по канату боком приставными шагами с мешочком на голове; прыгают через короткую скакалку с продвижением вперед; метают в вертикальную цель; выполняют правильно все виды основных движений; проявляют элементы творчества при выполнении физических упражнений и игр, активно применяют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах; используют специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем; сохраняют правильную осанку в различных видах деятельности; развивают быстроту, выносливость, ловкость.									

ФЕВРАЛЬ
Задачи *Закрепить навык:* в ходьбе и беге в колонне по одному с останов, на сигнал, с изменением направления, между предметами; прыжков и брос. мал. мяча; ползания по гим. скам.; пролез, между рейками; перебрасыв. мяча друг другу. *Формировать* осанку при ходьбе на повыш. площади опоры; энергично отталкив. от пола в прыжках через препятствия; в пролезании в обруч; в ходьбе со сменой темпа движения. *Развивать:* ловкость и глазомер при метании в горизонт, цель.

Проводить комплекс закаливающих процедур (воздушные ванны); формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдать порядок в своем шкафу.
Интеграция образовательных областей **ОО «Социально-коммуникативное развитие»:** побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр, убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных упражнений, формировать навыки безопасного поведения в спортивном зале и во время ходьбы по наклонной дреке, подвижной игры. **ОО «Познавательное развитие»:** формировать знания о подвижных и фольклорных народных играх; развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием через кубики, через мячи. **ОО «Речевое развитие»:** поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой. **ОО «Художественно – эстетическое развитие»*:*** вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку.
Коррекционные игры и упражнения Дыхательная гимнастика: «Снежинка», «Ветерок», «Послушай свое дыхание» Речь с движением «Три пингвина», «Машины разные нужны, машины всякие важны», «Слава Армии родной» Пальчиковая гимнастика: «Здравствуй мальчик-пальчик»
Программный материал

Мотивация	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
I. Традиционная структура занятия	Перестроение в 4 колонны через середину, расхождение парами налево, направо	Ходьба в сочетании с другими движениями: перешагивание через палку	Бег с палкой в чередовании с прыжками на одной ноге	С гимнастическими палками	Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через палку	Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу, на одной ноге)	Метание малого мяча в вертикальную цель, стоя на коленях	Лазание по гимнастической стенке с пролета на пролет	Игра «Перелет птиц»
II. Занятия с элементами аэробики	Перестроение из одного круга в два	Ходьба с ритмичными хлопками вверху под правой ногой, ходьба гимнастическим шагом с носка	Бег, выбрасывая прямые ноги вперед; бег мелким и широким шагом	С фитболами в парах	На кольцах: вис, раскачивание согнувшись, стойка, соскок	Прыжки через короткую скакалку	Метание малого мяча в вертикальную цель (обруч) правой и левой рукой (расстояние 3 м)	Подлезание под дугу в группировке (40–50 см)	Эстафета – бег со скакалкой

III. Традиционная структура занятия (с обручами)	Расчет на 1-й, 2-й, 3-й, 4-й; размыкание по расчету приставным шагом в правую и левую сторону	Ходьба перекатом с пятки на носок; ходьба выпадами, спиной вперед, на низких четвереньках	Легкий бег на носках двумя кругами навстречу друг другу	С гимнастическими палками	Ходьба по гимнастическому буму навстречу друг другу, на середине разойтись, уступая дорогу	Прыжки через короткую скакалку на месте в парах	Метание малого мяча в вертикальную цель (обруч) правой и левой рукой (расстояние 3 м)	Подлезание под дугу в группировке (40–50 см)	«Кого назвали, тот и ловит» (на внимание)
IV. Занятие, построенное на играх, эстафетах, игровых заданиях	Перестроение из одной шеренги в две; перестроение из двух шеренг в два круга	Ходьба на носках, по сигналу – на низких четвереньках, ходьба спиной	Бег длинной «змейкой», по сигналу – присесть, быстро встать и продолжить	С флажками	Эстафета: бег по гимнастическому буму на носках, соскок в обозначенное	«Сумей допрыгать» – бег до ориентира, прыгая через короткую скакалку	Отбивать волан бадминтонной ракеткой на месте правой и левой рукой поочередно	Игра-упражнение «Достань флажок» – лазание по гимнастической стенке до	«Совушка»
		вперед	бег		место			флажка и спуск по наклонной лесенке	

Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): ходят с остановкой по сигналу, с изменением направления, между предметами, врассыпную; перестраиваются в две и три колонны, ходят по канату боком приставным шагом, в сочетании с другими видами движений; ползают на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; прыгают последовательно через набивные мячи; пролезают в обруч, пролезают под гимнастическую скамейку; бросают мяч вверх и ловят его руками; сохраняют равновесие и правильную осанку, участвуют в играх с элементами спорта, считаются с интересами и мнением других в игре; используют в самостоятельной деятельности разнообразные по содержанию подвижные игры; любят активный отдых; проявляют самостоятельность в выполнении правил и норм поведения.
МАРТ
Задачи *Формировать навык:* вращения обруча на руке и на полу. *Закрепить навык* ходьбы и бега в чередов.; перестроения в кол. по одному и по два в движении; лазанья по гим. стенке в сохранении равновесия; в энергич. отталкив. и призем. на полусогнутые ноги; в прыжках; в беге до 3 мин.; в ведении мяча ногой. *Развивать:* координацию движений в упраж. с мячом; ориентировку в пространстве; глазомер и точность попадания при метании. *П*роводить комплекс закаливающих процедур; расширять представление о важных компонентах здорового образа жизни (движение, солнце, воздух).
Интеграция образовательных областей **ОО «Социально-коммуникативное развитие»:** создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие); убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении образовательной деятельности по ф-ре; формировать навыки безопасного поведения во время проведения прыжков из обруча в обруч, ходьбы с перешагиванием через набивные мячи, при перебрасывании мячей. **ОО «Познавательное развитие»:** развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы в колонне по одному. **ОО «Речевое развитие»*:*** поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой. **ОО «Художественно – эстетическое развитие»*:*** вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку.

Коррекционные игры и упражнения Дыхательная гимнастика: «Весенний ветерок», «Послушай свое дыхание» Речь с движением «Весна пришла», «Разговор о маме», «На Неве»									
Программный материал									
Мотивация	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
I. Традиционная структура занятия	Самостоятельно строиться в круг, в два круга	Ходьба приставным шагом вперед, назад, в приседе	Бег в сочетании с другими видами движений (прыжки, остановка, присед); бег в быстром темпе 10 м (3–4 раза)	Аэробика на степах в парах	Ходьба по гимнастическому буму, поднимая поочередно ногу вперед и перекладывая ракетку под ногой из одной руки в другую	Прыжки через резинку с небольшого разбега; после каждого прыжка высоту увеличивают на 1–2 см	Отбивать ракеткой (3–5 раз) волан, стоя на месте правой и левой рукой	Подлезание под дугу правым, левым боком за ракеткой	«Удержи волан на ракетке»

II. Занятия с элементами аэробики	Перестроение из одной колонны в две в движении	Ходьба скрестным шагом, перекатом с пятки на носок, на носках	Бег на носках, по сигналу – прыжок вверх с поворотом кругом	Аэробика	Ходьба по шнуру (8–10 м) с мешочком на голове (500 г)	Прыжки через длинную скакалку: пробегать под вращающейся скакалкой, перепрыгнуть	Отбивать ракеткой (3–5 раз) волан, стоя на месте правой и левой рукой	Лазание по веревочной лестнице чередующимся способом	«Второй лишний»
						ь через нее с места, вбегать под вращающуюся скакалку(О)			
III. Традиционная структура занятия	Расчет на 1-й, 2-й, 3-й. Перестроение из одной шеренги в две, три	Ходьба на высоких четвереньках; высоко поднимая колено; спиной вперед	Обычный бег; спиной вперед; «змейкой»; по сигналу смена ведущего	С лентами	Ходьба по гимнастическому буму, высоко поднимая ногу вперед, вы- полная хлопок под ногой, соскок на мягкое покрытие	Прыжок с разбега в высоту на мягкое покрытие (не менее 50 см)	Работа с ракеткой, отбивая волан в движении до ориентира	Лазание по веревочной лестнице чередующимся способом	«Подай высоко и далеко» (элементы бадминтона)

IV. Занятие, построенное на играх, эстафетах, игровых заданиях	Размыкание, смыкание вправо, влево приставным шагом	Ходьба на носках, пятках; по сигналу – присесть и сгруппироватьс я	Бег широким и коротким шагом	Аэробика	Эстафеты: «Удержи волан на ракетке», «Бег до ориентира», «Движение без волана, имитируя удары справа, слева», «Удар сверху через сетку» (работа в парах)

АПРЕЛЬ

Задачи

Формировать умение: ходить парами по огранич. площади опоры; по кругу во встречном направ. «Улитка».

Закрепить навык: ходьбы с измен, направ.; беге с высоким подним. бедра; ведение мяча в прямом направ.; лазанья по гим. скам.; метания в вертик. цель; ходьбы и бега в кол. по одному с останов, по сигналу; лазанья по гим. стенке одноим. способом, прыжков в длину с разбега. _

Упражнять: в прыжках с продвиж. вперед; ходьбе и беге с ускор. и замед.; ползании по гим. скам.; в прыжках через корот. скакалку; в сохранение равновесия при ходьбе по канату.

Проводить комплекс закаливающих процедур (солнечные ванны); расширять представление о важных компонентах здорового образа жизни (движение, солнце, воздух).

Интеграция образовательных областей

ОО «Социально-коммуникативное развитие»: создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие); убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий; формировать навыки безопасного поведения во время ходьбы по гимнастической скамейке, метания мяча в вертикальную цель, ходьбы и бега по кругу.

ОО «Познавательное развитие»: развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве.

ОО «Речевое развитие»*:* поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.

ОО «Художественно – эстетическое развитие»*:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку.

Коррекционные игры и упражнения Дыхательная гимнастика: «Весенний ветерок», «Послушай свое дыхание» Речь с движением «Кто строил дом», «Вместе веселей», «Багаж»									
Программный материал									
Мотивация	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
I. Традиционная структура занятия. «Мы – туристы»	Перестроение из одной колонны в две	Ходьба по узкой дорожке с заданиями для рук. По музыкальному сигналу – остановка (лечь на пол)	Бег в быстром темпе 20–30 м (2–3 раза)	С длинной веревкой	Ходьба в колонне по одному, по гимнастической скамейке с мешочками на голове; по команде одновременно присесть,	Прыжок с разбега в высоту на мягкое покрытие	Метание в горизонтальную цель с расстояния 3,5–4 м	Из виса на гимнастической лестнице – развести ноги в стороны, соединить, поднять вверх	Элементы тенниса: пронести и не уронить теннисный мяч на ракетке до ориентира

					встать (10–12 раз; подбрасывание мешочков и ловля одной рукой (10 раз)				а

II. Занятия с элементами аэробики	Повороты направо, налево прыжком на месте	Ходьба парами на носках, гимнастическим шагом; ходьба с поворотом кругом	Бег в колонне «змейкой», изменяя темп движения	Аэробика	Ходьба по гимнастическому буму на носках,на середине выполнить ласточку, соскок на мягкое покрытие	Прыжок с разбега в высоту на мягкое покрытие	Метание в горизонтальную цель с расстояния 3,5–4 м	Из виса на гимнастической лестнице поднять ноги и держать угол	«Коршун и наседка»
III. Традиционная структура занятия	Расчет на 1-й, 2-й, перестроение в две шеренги	Ходьба в глубоком приседе, скрестным шагом, по сигналу меняя направление движения	Бег в колонне по одному, по сигналу – бег парами	С длинной веревкой	Ходьба по гимнастическому буму на носках, на середине выполнить ласточку, соскок на мягкое покрытие	Прыжок с разбега в высоту на мягкое покрытие	Работа с ракеткой: на месте отбивая шарик правой и левой рукой	Из виса на гимнастической лестнице поднять ноги и держать угол	«Догони свою пару»

IV. Занятие, построенное на играх, эстафетах, игровых заданиях	Перестроение из одной шеренги в круг, в два круга	Ходьба с заданиями для рук: за голову, за спину, вверх, в стороны; по пенькам	Бег с преодолением препятствий (скамейка – прыжки; бум – бег на носках)		Эстафета «Прыжки по гимнастическому буму на двух ногах с продвижением вперед»		Эстафета «Отбивание мяча теннисной ракеткой в движении»	Из виса на гимнастической лестнице поднять ноги и держать угол	«Ловишка, бери ленту»
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): выполняют правильно все виды основных движений: ходят в сочетании с другими видами движений, прыгают в длину с места, пролезают в обруч разными способами, метают и лазают; активно двигают кистями рук при броске; соблюдают заданный темп в ходьбе и беге; умеют перестраиваться в 34 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на первый-второй, соблюдают интервалы во время передвижения; ориентируются в пространстве; сохраняют равновесие, следят за осанкой; самостоятельны в организации всех видов игр; выполняют правила и нормы поведения; испытывают интерес к народным играм, умеют договариваться, планировать и обсуждать действия всех играющих, справедливо оценивают результаты игры; имеют представление о значении двигательной активности в жизни человека.									
МАЙ									
Задачи *Формировать умение:* бег на скорость; бег со средней скоростью до 100 м. *Упражнять:* в прыжках в длину с разбега и с места, в высоту с разбега и с места; в перебрасывании мяча в шеренгах; в сохранении равновесия; в забрасывании мяча в баскетбольную корзину двумя руками. *Закрепить навык:* упражнение «Крокодил»; прыжки через скакалку; ведение мяча. Проводить комплекс закаливающих процедур; расширять представление о важных компонентах здорового образа жизни (движение, солнце, воздух).									

Интеграция образовательных областей **ОО «Социально-коммуникативное развитие»:** создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие); убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий; формировать навыки безопасного поведения во время ходьбы, бега, прыжков, при перебрасывании мяча. **ОО «Познавательное развитие»:** развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы в колонне по одному.

ОО «Речевое развитие»: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой. **ОО «Художественно – эстетическое развитие»*:*** вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку.
Коррекционные игры и упражнения Дыхательная гимнастика: «Весенний ветерок», «Послушай свое дыхание» Речь с движением «Возвращаются певцы», «Бабочка весной», «Первый раз в первый класс», «Руки человека»

Программный материал

Мотивация	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

I. Традиционная структура занятия	Самостоятельное построение в круг	Ходьба приставным шагом назад, вперед, по сигналу – смена направления	Челночный бег 3х10 м в медленном темпе (1,5–2 минуты)	С малыми мячами	Ходьба по гимнастическому буму, на середине выполнить ласточку(П)	Прыжок с разбега в длину, обращая внимание на приземление (не менее 180– 190 см)	Работа с теннисной ракеткой в парах (подача снизу)(С)	Лазание по канату в три приема	Игра «Перелет птиц»
II. Традиционная структура занятия	Перестроение из шеренги в колонну по диагонали	Ходьба скрестным шагом, по сигналу – остановка; ходьба в	Обычный бег в чередовании с ходьбой по диагонали	С малыми мячами	Ходьба по гимнастическому буму, на середине выполнить	Прыжок с разбега в длину, обращая внимани	Работа с теннисной ракеткой в парах (удар сверху, отбивая о	Лазание по канату в три приема	«Докати обруч до флажка»
		глубоком приседе			ласточку	е на толчок	пол)		

III. Традиционная структура занятия	Перестроение из одной колонны в три в движении	Ходьба перекатом с пятки на носок; ходьба спиной вперед на низких четвереньках	Бег в медленном темпе 350 м по пересеченной местности	С обручем (два ребенка с одним обручем)	Ходьба по гимнастическому буму, на середине выполнить ласточку	Прыжок с разбега в длину, обращая внимание на толчок(З)	Метание на дальность на расстояние 6–10 м	Лазание по канату в три приема	«Охотники и звери»
IV. Занятие, построенное на играх, эстафетах, игровых заданиях	Размыкание из колонны приставным шагом вправо и влево	Ходьба шеренгой с одной стороны зала на другую	Бег в медленном темпе 350 м по пересеченной местности	С обручем (два ребенка с одним обручем)	Ходьба по гимнастическому буму, на середине выполнить ласточку	Прыжки через длинную скакалку: прыгать несколько раз подряд, выбегать, пробегать под вращающейся	Метание на дальность на расстояние 6–10 м	Лазание по канату до середины на руках (развитие силы)	«Пионербол»

						скакалкой парами			

Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): выполняют правильно все виды основных движений: ходят в сочетании с другими видами движений, прыгают в длину с места, пролезают в обруч разными способами, метают и лазают; активно двигают кистями рук при броске; соблюдают заданный темп в ходьбе и беге; умеют перестраиваться в 34 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на первый-второй, соблюдают интервалы во время передвижения; ориентируются в пространстве; сохраняют равновесие, следят за осанкой; самостоятельны в организации всех видов игр; выполняют правила и нормы поведения; испытывают интерес к народным играм, умеют договариваться, планировать и обсуждать действия всех играющих, справедливо оценивают результаты игры; имеют представление о значении двигательной активности в жизни человека.

2.5. Система физкультурно-оздоровительной работы

Системы физкультурно-оздоровительной работы включает в себя:

1. Использование вариативных режимов дня
2. Психологическое сопровождение развития воспитанников:

- создание психологически комфортного климата в ГБДОУ;
- обеспечение педагогами положительной эмоциональной мотивации во всех видах деятельности;
- личностно-ориентированный стиль взаимодействия педагогов и специалистов с детьми;
- формирование основ коммуникативной деятельности у детей;
- диагностика и коррекция развития детей;
- психолого-медико-педагогическая коррекция ребѐнка в адаптационный период

3. Разнообразные виды режима двигательной активности воспитанников 4.

Система работы с детьми по формированию основ гигиенических знаний и здорового образа жизни:

- развитие представлений и навыков здорового образа жизни
- воспитание общих и индивидуальных гигиенических навыков, интереса, любви к физической активности
- формирование основ безопасности жизнедеятельности

5. Оздоровительное и лечебно-профилактическое сопровождение

Формы двигательной активности детей

Организационная форма	Кто проводит	Время проведения	Место проведения
Утренняя гимнастика	Воспитатели групп, воспитатель по физической культуре	Ежедневно утром.	Группа, музыкальноспортивный зал.
Физкультминутки, физкультпаузы, в т.ч. пальчиковая гимнастика	Воспитатели групп, воспитатель по физической культуре	Ежедневно во время непрерывной непосредственно образовательной деятельности	Группа, музыкальноспортивный зал.
Динамические паузы	Воспитатели групп	Ежедневно между различными видами непосредственно образовательной деятельности	Группа

Физическая культура	Воспитатель по физической культуре	По расписанию	Музыкально-спортивный зал,
Самостоятельная двигательная деятельность детей в помещении и на прогулке	Воспитатели групп (наблюдение, оказание помощи по просьбе детей)	Ежедневно	Группа, игровая площадка, музыкальноспортивный зал
Детские развлечения и досуги	Воспитатели групп, музыкальный руководитель, воспитатель по физической культуре	4 раза в месяц, во второй половине дня	Группа, музыкальноспортивный зал
Физкультурные праздники	Воспитатель по физической культуре, музыкальный руководитель	2 раза в год	музыкальноспортивный зал, на территории ГБДОУ (на улице)
Подвижные игры	Воспитатели групп, музыкальный руководитель, воспитатель по физической культуре	Ежедневно	Группа, музыкальноспортивный зал, игровая площадка
Игры с элементами спорта (старший дошкольный возраст)	Воспитатели групп, воспитатель по физической культуре	По календарному плану	музыкальноспортивный зал, игровая площадка
Дни здоровья	В подготовке сценария и проведении участвуют педагоги ГБДОУ	1 раз в месяц	музыкальноспортивный зал, игровая площадка

Комплекс лечебно–оздоровительных мероприятий

Организационная форма	Ответственный	Время проведения	Место проведения

Гимнастика после сна	Воспитатель (врач утверждает комплексы)	Ежедневно	Группа
Гимнастика для глаз (неспецифические комплексы)	Воспитатель, музыкальный руководитель, воспитатель по физической культуре	Ежедневно	Группа, музыкальноспортивный зал
Воздушные закаливающие процедуры	Врач, медсестра, воспитатели групп, воспитатель по физической культуре (по инструкции врача)	Ежедневно	Группа
Свето-воздушные ванны	Врач, медсестра, воспитатели групп, воспитатель по	Летний период	Игровая площадка
	физической культуре (по инструкции врача)		
Дыхательная гимнастика (неспецифические комплексы)	Воспитатели групп, музыкальный руководитель, воспитатель по физической культуре	Ежедневно	Группа, музыкально-спортивный зал
Прогулки	Воспитатели групп, воспитатель по физической культуре	В соответствии с режимом и погодными условиями	Игровая площадка
Массаж стоп – ходьба босиком по массажным коврикам, ребристым дорожкам	Воспитатели групп, воспитатель по физической культуре	В соответствии с режимом	Группа, музыкально-спортивный зал

Режим теплового комфорта выбора одежды для пребывания детей в группе, на физкультурных занятиях, во время прогулок	Воспитатели групп, воспитатель по физической культуре	Постоянно	Группа, музыкально-спортивный зал
Режим проветривания	Медсестра, воспитатели групп, воспитатель по физической культуре	В соответствии с режимом	Группа, музыкально-спортивный зал
Витаминопрофилактический комплекс	Медсестра	В течение года	Витаминизация третьего блюда

Объем лечебно-оздоровительной работы и коррекционной помощи детям регламентируют индивидуально в соответствии с медико-педагогическими рекомендациями.

2.6. Особенности взаимодействия с другими специалистами детского сада

Взаимодействие с медицинскими работниками

В современных условиях полноценное воспитание и развитие здорового ребенка возможно только при интеграции образовательной и лечебно-оздоровительной деятельности дошкольной организации и, следовательно, тесного взаимодействия педагогов и медицинских работников, осуществляющих свою профессиональную деятельность по договору с СПб ГБУЗ «Городская поликлиника №27».

Основными проблемами, требующими совместной деятельности, являются: Физическое состояние детей посещающих детский сад. В начале года, после оценки физического развития и здоровья детей, врач и старшая медицинская сестра заполняют листы здоровья, определяет группу по физической культуре, дает рекомендации по физическому развитию и двигательному режиму каждого ребенка.

- Профилактика заболеваний ОДА, сердечно - сосудистой, дыхательной и других систем. Вместе разрабатывают рекомендации к построению педагогического процесса с детьми, имеющими отклонения в развитии, выделяем дифференцированные группы детей, требующие коррекционной работы. Ведет контроль над организацией щадящего режима занятий для детей, перенесших заболевания.
- Осуществляет 2 раза в год осуществляет медико-педагогический контроль над физкультурными занятиями. Проводит качественный и количественный контроль эффективности занятия.
- Оказывает помощь по формированию у детей начальных представлений о ЗОЖ.

Взаимодействие с воспитателями

Воспитатель по физической культуре оказывает помощь воспитателю по различным вопросам физического развития и воспитания детей.

- планирует и организует образовательную деятельность по физическому воспитанию; планирует и организует физкультурно-оздоровительную работу в режиме дня; оказывает методическую помощь по вопросам физического воспитания всем педагогам ДОУ (проводит различные консультации, выступает на педагогических советах, семинарах-практикумах, медико-педагогических советах и т.д.). Планирование такой совместной деятельности осуществляется на основе годового плана дошкольного учреждения.
- разрабатывает и организует информационную работу с родителями.

Совместно с воспитателями 2 раза в год (вначале и в конце года) проводит обследование уровня двигательной активности и физической подготовленности детей. Это дает мне возможность спрогнозировать возможные положительные изменения этих показателей на конец учебного года.

Руководящую роль на занятии занимает инструктор. Воспитатель, следит за качеством выполнения общеразвивающих упражнений и основных видов движений ребенка. Воспитатель на занятии не только помогает инструктору по физической культуре, но и фиксирует то, что необходимо закрепить с некоторыми детьми в индивидуальной работе.

Взаимодействие с музыкальным руководителем

Музыка является одним из средств физического воспитания. Кроме того, что она положительно воздействует на эмоции детей, создает у них хорошее настроение, помогает активировать умственную деятельность, музыкальное сопровождение способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике. Вот здесь и необходима помощь музыкального руководителя.

Основными проблемами, требующими совместной деятельности, являются:

- оказывает помощь в подборе музыкальные произведения к различным упражнениям и играм.
- совместно проведение музыкально-спортивные праздники и развлечения.
- разучивает с детьми танцевальные движения, развивает пластику, чувство ритма.

Взаимодействие с учителем-логопедом

Дети с ТНР по физическому развитию отличаются от своих сверстников нарушением моторики, дискоординацией и слабостью движений, двигательной расторможенностью, слабой ориентировкой в пространстве.

Для них планирование физкультурно-оздоровительной работы составляется с учетом коррекционно-воспитательных задач.

По рекомендации **учителя-логопеда** на занятия включаются упражнения на дыхание, координацию движений, на развитие мелкой моторики.

Одним из эффективных приемов в коррекционной работе с детьми это использование упражнений, где речь взаимосвязана с движением. Это могут быть подвижные, пальчиковые игры, игровой массаж, дыхательные игры и упражнения, которые логопеды

планируют согласно лексическим темам (времена года, транспорт, профессии, зимние виды спорта, домашние животные и т.д.), предлагают использовать на занятиях в качестве закрепления. Для этого совместно разрабатываются картотеки игр, упражнений, оздоровительного массажа, считалок, загадок, чистоговорок.

Взаимодействие с педагогом-психологом

Дети дошкольного возраста с ТНР нуждаются в психологической помощи. Поэтому здесь очень необходимо сотрудничество с педагогом-психологом, который даст консультацию и поможет подобрать, игры и упражнения детям гиперактивным, с тревожностью вспыльчивостью, замкнутостью, с неврозами и другими нервнопсихическими расстройствами.

Поэтому на физкультурных занятиях и развлечениях включаются игры и упражнения на снятие психоэмоционального напряжения, игры на развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим, на использование выразительных движений, мимики и жестов.

2.7. Формы взаимодействия с семьей воспитанников

1. Изучение состояния здоровья детей совместно со специалистами детской поликлиники, медицинским персоналом ДОУ и родителями. Ознакомление родителей с результатами.
2. Изучение условий семейного воспитания через анкетирование, посещение детей на дому и определение путей улучшения здоровья каждого ребѐнка.
3. Создание условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости детей в ДОУ и семье:
   - Зоны физической активности,
   - Закаливающие процедуры,
   - Оздоровительные мероприятия и т.п.
4. Организация целенаправленной работы по пропаганде здорового образа жизни среди родителей.
5. Ознакомление родителей с содержанием и формами физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.
6. Ознакомление родителей с нетрадиционными методами оздоровления детского организма.
7. Использование интерактивных методов для привлечения внимания родителей к физкультурно-оздоровительной сфере: организация конкурсов, викторин, проектов, развлечений и т.п.
8. Пропаганда и освещение опыта семейного воспитания по физическому развитию детей и расширения представлений родителей о формах семейного досуга.
9. Консультативная, санитарно-просветительская и медико-педагогическая помощь семьям с учѐтом преобладающих запросов родителей на основе связи ДОУ с медицинскими учреждениями.
10. Организация «круглых столов» по проблемам оздоровления и физического развития 11. Проведение дней открытых дверей, вечеров вопросов и ответов, совместных

развлечений с целью знакомства родителей с формами физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.

12. Педагогическая диагностическая работа с детьми, направленная на определение уровня физического развития детей. Ознакомление родителей с результатами диагностических исследований. Отслеживание динамики развития детей.

Правовое просвещение родителей на основе изучения социокультурного состояния родителей с целью повышения эффективности взаимодействия семьи и ДОУ, способствующего укреплению семьи, становлению гражданственности воспитанников, повышению имиджа ДОУ и уважению педагогов.

Планирование работы с родителями

Месяц	Формы работы	Тема	Цели и задачи	Возрастная группа
СЕНТЯБ	Родительское собрание	«Задачи физического воспитания детей на новый учебный год»	Познакомить родителей с физкультурно-оздоровительной работой и мероприятиями	все группы
		«Физическое развитие детей – 4-5 лет»	Расширять знания и представления родителей о возрастных особенностей физического развития детей 4 – 5 лет	средняя группа
		«Физическое развитие детей – 6 лет»	Расширять знания и представления родителей о возрастных особенностей физического развития детей 5 – 6 лет	старшие группа
		«Физическое развитие детей 6 – 7 лет»	Расширять знания и представления родителей о возрастных особенностей физического развития детей 6 – 7 лет	подготовительные группы
	Опрос	«Физическая культура и оздоровление в семье»	Выявить уровень знаний родителей по Физкультурно-оздоровительному направлению	все группы
	Тиражирование опыта семейного воспитания	«Спортивное лето» фоторепортаж	Преемственность семей о летнем отдыхе, заинтересовать лучшими местами отдыха на следующий год. Поделиться опытом в воспитании своих детей, привлечь родителей к активной совместной деятельности в группе.	все группы
	Консультация	«Гигиеническое значение физкультурной формы»	Выявить запросы родителей по данному направлению	все группы

	Информация на стенд о ежегодной молодежной акции Адмиралтейского района СанктПетербурга «Здорово жить – здорово!» Осенние старты на площадке ГБДОУ Подготовка команды к велогонке «Быстрое колесо» Участие в велогонке «Быстрое колесо»	«Здорово жить – здорово!»	Тиражирование положительного опыта района. Вовлечение родителей в деятельность по воспитанию у детей привычки к здоровому образу жизни, активному спортивному досугу (к велоспорту)	старшие и подготовительные группы

О К Т Я Б	Консультация	«Значение режима дня для здоровья ребенка»	Познакомить родителей с организацией здоровьесберегающей и физкультурно-оздоровительной среды в детском саду	все группы
	Информация на стенд и сайт ДОУ	«Играем вместе с ребенком на прогулке»	Познакомить родителей с формами организации отдыха в домашних условиях, на даче, на прогулке	все группы
		«Роль подвижной игры в развитии основных движений у детей дошкольного возраста»	Помочь родителям приобщать детей к здоровому образу жизни, к заботе о собственном здоровье через активный отдых	все группы
	Индивидуальная беседа	«Физическая подготовленность ребенка»	Информирование родителей о результатах мониторинга. Рекомендации (в соответствии с картой развития ребенка).	все группы

	Консультация	«Утренняя гимнастика»	Ориентировать родителей на формирование у ребенка привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику; познакомить со структурой утренней гимнастики, последовательностью выполнения упражнений, дозировкой и длительностью	все группы
Н О Я Б Р	Беседа, рекомендации	«Игры с мячом»	Познакомить родителей с комплексом физических упражнений для формирования ловкости, быстроты. Советы по отработке игровых моментов с детьми мячом	подготовительные группы
	Информация на стенд и сайт ДОУ	«История мяча»	Ознакомить с играми с мячом разных народов	все группы
		"Наши привычки – привычки наших детей"	Приобщать семьи к здоровому образу жизни	все группы
		«Игровые упражнения для предупреждения развития плоскостопия»	Познакомить родителей с упражнениями для предупреждения плоскостопия	все группы
	Игры - эстафета	Государственные символы России – флаг	Познакомить с цветами государственного флага РФ, их символическим значением, формировать уважительное отношение к флагу, умение называть флаг России, знать назначение государственного флага	старшая и подготовительная группы
Д Е К А Б	Беседа	«Развитие физических качеств в играх и игровых упражнениях»	Познакомить родителей с игровыми упражнениями и формами их организации и проведения дома	все группы
	Информация на стенд и сайт ДОУ	«Организация прогулки в зимний период»	Познакомить родителей с видами подвижных игр и формами их организации в зимний период	все группы
		«Лыжи для здоровья»	Познакомить родителей с комплексом физических упражнений для формирования ловкости, быстроты при обучении детей ходьбе на лыжах	все группы
		«Зимние забавы и безопасность»	Повышать компетентность родителей в вопросах формирования у детей навыков безопасного поведения на прогулке в зимний период времени; познакомить родителей с активностью детей в зимний период	все группы
		«Дыхательная гимнастика»	Разъяснять родителям о пользе дыхательной гимнастики	все группы
	Консультация	«Русские народные традиции»	Познакомить родителей с русскими традиционными играми и формами их организации в выходные дни	все группы

Я Н В А	Консультация	«Играем вместе с ребенком на прогулке»	Знакомить с лучшим опытом физического воспитания дошкольников в семье	все группы
	Семинар-практикум	«Точечный массаж для часто болеющих детей»	Ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к своему здоровью	подготовительные группы
	Информация на стенд и сайт ГБДОУ	«На лыжню»	Привлечь внимание родителей к правильной группировке при скольжении детей по ледяным дорожкам, катании на коньках	все группы
		«Мои органы чувств»	Привлечь родителей к валеологическому воспитанию детей, предложить ознакомить их с органами слуха и зрения. (В помощь подготовить контрольные задания)	все группы
	Спортивный досуг на улице в зимнее время года	Неделя зимних игр и развлечений	Установление эмоционально-положительного контакта родителей и детей в процессе совместной двигательно-игровой деятельности. Привлечение к организации и проведению массового катания на санках ледянках	все группы
	Интервью	«Определения способов организации двигательного режима в домашних условиях»	Выявить уровень знаний родителей по вопросу	все группы
	Подвижный игры	Государственные символы России – герб	Познакомить детей с символическим значением герба, показать тесную связь современной государственной символики с фольклорным и народным декоративно – прикладным искусством	старшая и подготовительная группы
Ф Е В Р А	Физкультурномузыкальный праздник	«День Защитника Отечества»	Доставить радость общения детям с родителями Побуждать родителей к активному участию в праздниках и развлечениях	старшие и подготовительные группы
	Круглый стол	«Здоровый образ жизни, мифы и реальность»	Повышать компетентность родителей в вопросах формирования у детей здорового образа жизни	подготовительные группы
		Выставка рисунков детей «Защитники Отечества»	Содействовать возникновению у родителей и детей чувства радости и удовольствия от совместной деятельности	все группы

		Поздравление с праздником, объявления о предстоящих мероприятиях пригласительные билеты	Подготовка участников к открытым мероприятиям	все группы
	Информация на стенд	«Проводы зимы!»	Познакомить родителей с русскими традиционными играми и	все группы

	и сайт ГБДОУ		формами их организации в выходные дни на масленичные гуляния	
		«О детской одежде для зимних прогулок»	Познакомить родителей о мерах закаливания организма детей	все группы
	Консультация	«Упражнения для развития правильной осанки»	Обсудить меры по укреплению здоровья часто болеющих детей	все группы
	Информация на стенд и сайт ДОУ	«Спортивный уголок дома»	Познакомить родителей с полезным оборудованием для сохранения и укрепления здоровья детей	все группы
		«Детская оздоровительная ЙОГА»	Познакомить родителей с нетрадиционными методами оздоровление детей. Подобраны упражнения для детского возраста	все группы
		«Банк игр» (игры на формирование правильной осанки)	Повысить компетентность родителей в физическом воспитании детей	
		Вопросы викторины «Спорт – это жизнь»	Дать родителям возможность проверить свои знания в этой области	все группы
	Консультация	«Значение семейного досуга для детей»	Повышать компетентность родителей в вопросах организации для детей досуга	все группы
А П Р Е Л	Консультация	«Спортивная семья»	Познакомить родителей с игровыми упражнениями и формами их организации и проведения дома	все группы
		«Какой вид спорта подойдѐт вашему ребѐнку»	Сориентировать родителей в различных видах спорта. Помочь в выборе спортивной секции для своего ребенка	все группы

	Информация на стенд и сайт ГБДОУ	«Как уберечь ребенка от травм»	Предупреждения и профилактика детского травматизма	все группы
		«Босиком за здоровьем»	Познакомить родителей с особенностью воздействия на стопу различных грунтов, температуры и шероховатостей	все группы
		«Физкульт-Ура»	Познакомить родителей с комплексом физических упражнений для формирования ловкости, быстроты	все группы
	Консультация	«Движение и здоровье»	Предложить родителям оценить, каким движениям ребенок отдает предпочтение	старшие группы
		«Использование атрибутов для повышения интереса у детей к физкультуре»	Рекомендации по приобретению спортивного инвентаря в домашний уголок здоровья	все группы
М А Й	Информация на стенд и сайт ДОУ	«Не зная броду, не суйся в воду»	Разъяснить родителям о необходимости создания безопасного пребывания детей вблизи воды	все группы
		«В поход всей семьей»	Повышать компетентность родителей в вопросах формирования у детей здорового образа жизни	подготовительные группы
		«Семь упражнений для снятия мышечного напряжения»	Научить родителей навыкам борьбы с «синдромом эмоционального выгорания»; познакомить с приѐмами саморегуляции	все группы
	Опроник	«Физкультура – в детском саду»	Дать возможность оценить физкультурно-оздоровительную работу в ГБДОУ	все группы
	Игрф-эстафеты	Государственные символы России - гимн	Познакомить детей с государственным гимном, сформировать уважительное отношение к гимну как к официальному музыкальному символу, формировать представления о правилах поведения при прослушивании государственного гимна России	старшая и подготовительная группы

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1 Учебный план по реализации рабочей программы

Учебный план на 2023-2024 учебный год реализации Образовательной программы дошкольного образования в ОО «Физическое развитие»

	Средний дошкольный возраст			**Старший дошкольный возраст**		
Количество занятий в рамках образовательной деятельности						
Образовательная область	в неделю	в месяц	в год	в неделю	в месяц	в год
Физическое развитие	**3**	**12**	**108**	**3**	**12**	**108**
Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	Ежедневно в рамках непрерывной образовательной деятельности, в ходе режимных моментов, самостоятельной деятельности детей и индивидуальной работы с детьми					
Физическая культура (всего):	3	12	108	3	12	108
- физкультурное занятие	3	12	108	3	12	108
- физкультурный досуг * (совместная деятельность)	1	4	36	1	4	36
- праздники			2			2
Объем образовательной нагрузки	**1 час 25 мин**	**5 часов**	**45 часов 50 мин**	**1 час 50 мин**	**6 часов**	**55 часов**

3.2. Материально-техническое обеспечение

Для реализации рабочей программы ГБДОУ ***обеспечивает материально технические условия,*** позволяющие реализовывать ее цели и задачи, в том числе: осуществлять все виды детской деятельности, как индивидуальной самостоятельной, так и в рамках каждой дошкольной группы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, их особых образовательных потребностей;

- организовывать участие родителей воспитанников (законных представителей), педагогических работников и общественности в разработке основной образовательной программы, в создании условий для ее реализации, а также образовательной среды, уклада организации, осуществляющей образовательную деятельность;
- использовать в образовательном процессе современные образовательные технологии;
- обновлять содержание Образовательной программы, методики и технологий ее реализации в соответствии с динамикой развития системы образования, запросов воспитанников и их родителей (законных представителей) с учетом особенностей социокультурной среды развития воспитанников;
- эффективного использования профессионального и творческого потенциала педагогических, руководящих и иных работников организации, осуществляющей образовательную деятельность, повышения их профессиональной, коммуникативной, информационной и правовой компетентности;
- эффективного управления ГБДОУ, осуществляющего образовательную деятельность, с использованием информационно-коммуникационных технологий, современных механизмов финансирования.

3.2. Оснащенность образовательного процесса игровыми материалами и оборудованием в совмещенном физкультурно-музыкальном зале

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОСНАЩЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА (оборудование и инвентарь)			
3 - 4	**4 - 5**	**5 - 6**	**6 – 7**
Мячи резиновые разных размеров (20 – 22, 14 - 16, 8 – 12 см).	Мячи резиновые разных размеров (20 – 22, 14 - 16, 8 – 12 см).	Мячи резиновые разных размеров (20 – 22, 14 - 16, 8 – 12 см). Набивные мячи массой от 500 гр. до 1 кг. Мячи футбольные, баскетбольные. Мячи надувные. Шары пластмассовые и деревянные (4 – 6, 8 – 12, 14 – 16 см).	Мячи резиновые разных размеров (20 – 22, 14 - 16, 8 – 12 см). Набивные мячи массой от 500 гр. до 1 кг. Мячи футбольные, баскетбольные. Мячи надувные. Шары пластмассовые и деревянные (4 – 6, 8 – 12, 14 – 16 см).
Палки гимнастические 75 - 80 см и 40 - 55 см, палки-шесты для групповых занятий длиной 2 - 2.5 м.	Палки гимнастические 75 - 80 см и 40 - 55 см, палки-шесты для групповых занятий длиной 2 - 2.5 м.	Палки гимнастические 75 - 80 см и 40 - 55 см, палки-шесты для групповых занятий длиной 2 - 2.5 м.	Палки гимнастические 75 - 80 см и 40 - 55 см, палки-шесты для групповых занятий длиной 2 - 2.5 м.
Обручи гимнастические: большие диаметром 80 – 90 см, средние диаметром 60 – 75 см, малые диаметром 50 - 55 см. Обручи плоские диаметром 55 – 60 см. Кольца плоские диаметром по наружному краю от 15 см до 20 - 25 см.	Обручи гимнастические: большие диаметром 80 – 90 см, средние диаметром 60 – 75 см, малые диаметром 50 - 55 см. Обручи плоские диаметром 55 – 60 см. Кольца плоские диаметром по наружному краю от 15 см до 20 - 25 см.	Обручи гимнастические: большие диаметром 80 – 90 см, средние диаметром 60 – 75 см, малые диаметром 50 - 55 см. Обручи плоские диаметром 55 – 60 см. Кольца плоские диаметром по наружному краю от 15 см до 20 - 25 см.	Обручи гимнастические: большие диаметром 80 – 90 см, средние диаметром 60 – 75 см, малые диаметром 50 - 55 см. Обручи плоские диаметром 55 – 60 см. Кольца плоские диаметром по наружному краю от 15 см до 20 - 25 см.
Скакалки короткие длиной от 120 см до 190 – 200 см с ручками. Косички, верёвочки, шнуры длиной от 50 до 80 см. Верёвки длиной от 3 до 10 м.	Скакалки короткие длиной от 120 см до 190 – 200 см с ручками. Косички, верёвочки, шнуры длиной от 50 до 80 см. Верёвки длиной от 3 до 10 м.	Скакалки короткие длиной от 120 см до 190 – 200 см с ручками. Косички, верёвочки, шнуры длиной от 50 до 80 см. Верёвки длиной от 3 до 10 м.	Скакалки короткие длиной от 120 см до 190 – 200 см с ручками. Косички, верёвочки, шнуры длиной от 50 до 80 см. Верёвки длиной от 3 до 10 м.
Гимнастическая стенка высотой 2.5 – 2.7 метра и шириной пролёта 70 – 90 см. Лесенки-стремянки высотой 1.5 м и	Гимнастическая стенка высотой 2.5 – 2.7 метра и шириной пролёта 70 – 90 см. Лесенки-стремянки высотой 1.5 м и	Гимнастическая стенка высотой 2.5 – 2.7 метра и шириной пролёта 70 – 90 см. Лесенки-стремянки высотой 1.5 м и	Гимнастическая стенка высотой 2.5 – 2.7 метра и шириной пролёта 70 – 90 см. Лесенки-стремянки высотой 1.5 м и

шириной пролёта 50 - 55 см. Приставная лестница с зацепами длиной 2 м и шириной 40 см.	шириной пролёта 50 - 55 см. Приставная лестница с зацепами длиной 2 м и шириной 40 см.	шириной пролёта 50 - 55 см. Приставная лестница с зацепами длиной 2 м и шириной 40 см.	шириной пролёта 50 - 55 см. Приставная лестница с зацепами длиной 2 м и шириной 40 см.
Наклонная доска с зацепами длиной 2 м и шириной 20 - 25 см. Ребристая доска с зацепами длиной 1.5 м и шиной 20 см.	Наклонная доска с зацепами длиной 2 м и шириной 20 - 25 см. Ребристая доска с зацепами длиной 1.5 м и шиной 20 см.	Наклонная доска с зацепами длиной 2 м и шириной 20 - 25 см. Ребристая доска с зацепами длиной 1.5 м и шиной 20 см.	Наклонная доска с зацепами длиной 2 м и шириной 20 - 25 см. Ребристая доска с зацепами длиной 1.5 м и шиной 20 см.
Гимнастическая скамейка длиной 4 м и высотой 30 см.	Гимнастическая скамейка длиной 4 м и высотой 30 см.	Гимнастическая скамейка длиной 4 м и высотой 30 см.	Гимнастическая скамейка длиной 4 м и высотой 30 см.
		Стойки для прыжков в высоту 150 - 170 см.	Стойки для прыжков в высоту 150 - 170 см.
Навесные мишени размером 60 х 60 см с зацепами. Волейбольная сетка длиной 5 – 6 м и шириной 70 – 80 см.	Навесные мишени размером 60 х 60 см с зацепами. Волейбольная сетка длиной 5 – 6 м и шириной 70 – 80 см.	Навесные мишени размером 60 х 60 см с зацепами. Навесные баскетбольные щиты размером 60 х 70 см с кольцом диаметром 45 см и сеткой длиной 40 см. Волейбольная сетка длиной 5 – 6 м и шириной 70 – 80 см.	Навесные мишени размером 60 х 60 см с зацепами. Навесные баскетбольные щиты размером 60 х 70 см с кольцом диаметром 45 см и сеткой длиной 40 см. Волейбольная сетка длиной 5 – 6 м и шириной 70 – 80 см.
Дуги для подлезания высотой 60, 50, 40, 30 см с расстоянием между основаниями 50 см. Воротики для прокатывания мяча с расстоянием между основаниями 40, 50, 60 см.	Дуги для подлезания высотой 60, 50, 40, 30 см с расстоянием между основаниями 50 см. Воротики для прокатывания мяча с расстоянием между основаниями 40, 50, 60 см.	Дуги для подлезания высотой 60, 50, 40, 30 см с расстоянием между основаниями 50 см. Воротики для прокатывания мяча с расстоянием между основаниями 40, 50, 60 см.	Дуги для подлезания высотой 60, 50, 40, 30 см с расстоянием между основаниями 50 см. Воротики для прокатывания мяча с расстоянием между основаниями 40, 50, 60 см.
Кубики пластмассовые разного цвета с гранями размером 3х3, 5х5, 6х6 см. Кирпичики с размером основания 25х20, 20х15, 20х10 и высотой 5 см.	Кубики пластмассовые разного цвета с гранями размером 3х3, 5х5, 6х6 см. Кирпичики с размером основания 25х20, 20х15, 20х10 и высотой 5 см.	Кубики пластмассовые разного цвета с гранями размером 3х3, 5х5, 6х6 см. Кирпичики с размером основания 25х20, 20х15, 20х10 и высотой 5 см.	Кубики пластмассовые разного цвета с гранями размером 3х3, 5х5, 6х6 см. Кирпичики с размером основания 25х20, 20х15, 20х10 и высотой 5 см.
Набивные мешочки для метания в цель размером 6х9 и 7х10 см, массой 100 – 150 г и 200 – 250 г.	Набивные мешочки для метания в цель размером 6х9 и 7х10 см, массой 100 – 150 г и 200 – 250 г.	Набивные мешочки для метания в цель размером 6х9 и 7х10 см, массой 100 – 150 г и 200 – 250 г.	Набивные мешочки для метания в цель размером 6х9 и 7х10 см, массой 100 – 150 г и 200 – 250 г.

		Набивные мешочки для упражнений в равновесии размером 12х18 и 15х18 и массой 400 – 500 г.	Набивные мешочки для упражнений в равновесии размером 12х18 и 15х18 и массой 400 – 500 г.
Кегли большие и малые, флажки цветные, ленты цветные с палочками и без палочек короткие и длинные, султанчики, платочки разноцветные 20х20 см.	Кегли большие и малые, флажки цветные, ленты цветные с палочками и без палочек короткие и длинные, султанчики, платочки разноцветные 20х20 см.	Кегли большие и малые, гантели массой 200 – 500 г, флажки цветные, ленты цветные с палочками и без палочек короткие и длинные, султанчики, платочки разноцветные 20х20 см.	Кегли большие и малые, гантели массой 200 – 500 г, флажки цветные, ленты цветные с палочками и без палочек короткие и длинные, султанчики, платочки разноцветные 20х20 см.
Гимнастические маты, дорожки для ходьбы и бега шириной 20 – 25 см и длиной от 2.5 до 5 – 6 м.	Гимнастические маты, дорожки для ходьбы и бега шириной 20 – 25 см и длиной от 2.5 до 5 – 6 м.	Гимнастические маты, дорожки для ходьбы и бега шириной 20 – 25 см и длиной от 2.5 до 5 – 6 м.	Гимнастические маты, дорожки для ходьбы и бега шириной 20 – 25 см и длиной от 2.5 до 5 – 6 м.
Атрибуты для подвижных игр (шапочки, маски, верёвки, ленточки и т.п.).	Атрибуты для подвижных игр (шапочки, маски, верёвки, ленточки и т.п.).	Атрибуты для подвижных игр (шапочки, маски, верёвки, ленточки и т.п.).	Атрибуты для подвижных игр (шапочки, маски, верёвки, ленточки и т.п.).
		Наборы для игры в бадминтон и в городки.	Наборы для игры в бадминтон и в городки. Ракетки, мячи и сетка для настольного тенниса.
Трехколесные и двухколесные велосипеды, самокаты.	Трехколесные и двухколесные велосипеды, самокаты.	Двухколесные велосипеды, самокаты.	Двухколесные велосипеды, самокаты.
			Футбольные ворота, хоккейные клюшки, шайбы.
Санки, лыжи.	Санки, лыжи.	Санки, лыжи.	Санки, лыжи.
			Бассейн, надувные игрушки, круги.

3.3. Система оценки достижения обучающимися планируемых результатов освоения Образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ, адаптированной для детей с ограниченными возможностями здоровья (с тяжелыми нарушениями речи).

Образовательной программой предусмотрена система мониторинга динамики развития детей, динамики их образовательных достижений, основанная на методе наблюдения, включая:

- педагогические наблюдения, педагогическую диагностику, связанную с оценкой эффективности педагогических действий с целью их дальнейшей оптимизации;
- карты развития детей;
- различные шкалы индивидуального развития.

Реализация рабочей Программы предполагает оценку индивидуального развития детей, которые фиксируются в таблицах наблюдений детского развития.

Вначале и конце каждого учебного года проводится мониторинг физической подготовленности дошкольников, содержание которого включает в себя нормативы, разработанные в соответствии с требованиями ФГОС дошкольного образования и настоящей рабочей программой. Физическая подготовленность является наиболее важным результатом мониторинга, включающая основные физические качества.

Система педагогической диагностики в группах компенсирующей направленности.

Цель диагностики	Комплексное оценивание качества образовательной деятельности в группе (группах) и индивидуализация траектории физического развития ребенка при достижении им целевых ориентиров Образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ,
	адаптированной для детей с ограниченными возможностями здоровья (с тяжелыми нарушениями речи)
Кем проводится	воспитатель по физической культуре
Название диагностических методик	«Методика изучения особенностей развития физических качеств и освоения основных движений» (по Е. Н. Вавиловой)
Методы диагностики	Наблюдение за поведением ребенка при его нахождении в естественной среде (в игровых ситуациях, в ходе режимных моментов, на занятиях); беседы; игровые и тестовые задания
Документация	В ходе диагностики заполняются протоколы обследования развития физических качеств и уровня освоения основных движений для каждой возрастной группы
Длительность	3 недели в начале учебного года (сентябрь)-

и периодичность проведения педагогического обследования	2 неделя –в конце учебного года (конец апреля- начало мая). 2 раза в год: сентябрь, май *Сентябрь*: определение достижений, а также индивидуальные проблемы, проявлений, требующие педагогической поддержки; определение задач работы; составление индивидуальных маршрутов для работы с детьми *Апрель:* для подготовительной к школе группы *Май:* определение уровня форсированности социальнонормативных возрастных характеристик возможных достижений ребенка на этапе завершения обучения в данной возрастной группе; оценка качества образовательной деятельности; внесение корректив в Образовательную программу на следующий учебный год.
Оценка педагогического процесса (уровень овладения каждым ребенком необходимыми навыками и умениями по образовательным областям)	**1 балл** – требуется внимание специалиста (ребенок не ребенок не может выполнить все предложенные задания, помощь взрослого не принимает); **2 балла** – требуется корректирующая работа педагога (ребенок с помощью взрослого выполняет некоторые предложенные задания); **3 балла** – средний уровень развития (ребенок выполняет все предложенные задания с частичной помощью взрослого); **4 балла** – уровень развития выше среднего (ребенок выполняет самостоятельно и с частичной помощью взрослого все предложенные задания); **5 баллов** – высокий уровень развития (ребенок выполняет самостоятельно все предложенные задания)

Журнал протоколов обследования развития физических качеств обучающихся групп общеразвивающей направленности включает:

Протокол обследования №1 развития физических качеств обучающихся 1-ой старшейвозрастной группы
Протокол обследования №2 развития физических качеств обучающихся 2-ой старшейвозрастной группы
Протокол обследования №3 развития физических качеств обучающихся 3- старшейвозрастной группы
Протокол обследования №4 развития физических качеств обучающихся средней группы

Методика изучения особенностей развития физических качеств и освоения основных движений у обучающихся в возрасте 4 – 7 лет.

- **Ходьба.**

1. Хорошая осанка.
2. Свободные движения рук от плеча со сгибанием в локтях.
3. Шаг энергичный, ритмичный, стабильный.
4. Выраженный перекат с пятки на носок, небольшой разворот стоп.
5. Активное разгибание и сгибание ног в коленных суставах (амплитуда небольшая).
6. Соблюдение различных направлений и умение менять их.

Методика обследования ходьбы. Наблюдение.

- **Бег.** *Бег на скорость.*

1. Небольшой наклон туловища, голова прямо.

2. Руки полусогнуты, энергично отводятся назад, слегка опускаясь, затем вперед внутрь.
3. Быстрый вынос бедра маховой ноги (под углом примерно 60—80°).
4. Опускание толчковой ноги с носка с выраженным распрямлением в суставах.
5. Прямолинейность, ритмичность бега. *Медленный бег.*
1. Туловище почти вертикально.
2. Сгибание ног с небольшой амплитудой, шаг короткий, постановка ноги — с пятки.
3. Движение полусогнутых рук свободное, с небольшой амплитудой, кисти расслаблены.
4. Устойчивая ритмичность движений.

Методика обследования бега. Наблюдение.

- **Лазанье.**

Цель: оценить силовые способности.

Лазание по гимнастической стенке.

Одноименный и разноименный способы.

1. Одноименная (или разноименная) координация рук и ног.
2. Одновременность постановки руки и ноги на рейку.
3. Прямое положение корпуса и головы.
4. Ритмичность движений.
5. Сохранение перечисленных элементов при слезании.

Методика обследования лазанья. Наблюдение. Фиксируется высота, преодоленная ребенком.

- **Прыжки.**

Тест. Прыжки в длину с места.

Цель:оценить скоростно-силовые качества.

1. И. П.: а) ноги стоят параллельно на ширине ступни, туловище наклонено вперед; б) руки свободно отодвинуты назад.
2. Толчок: а) двумя ногами одновременно (вверх вперед); б) выпрямление ног; в) резкий мах руками вперед вверх.
3. Полет: а) туловище согнуто, голова вперед; б) вынос полусогнутых ног вперед; в) движение рук вперед вверх.
4. Приземление: а) одновременно на обе ноги, вынесенные вперед, с переходом с пятки на всю ступню; б) колени полусогнуты, туловище слегка наклонено; в) руки движутся свободно вперед — в стороны; г) сохранение равновесия при приземлении.

Методика обследования. Для проведения прыжков нужно создать необходимые условия, т. е. положить мат и сделать вдоль него разметку. На выполнение контрольного испытания дается три попытки. Замеряются результаты от носков ног в начале прыжка до пяток при приземлении. Прыжок выполняется 3 раза, фиксируется лучший результат в сантиметрах.

Тест. Прыжки в глубину (спрыгивание).

1. И. П.: а) ноги стоят параллельно на ширине ступни, слегка согнуты в коленях; б) туловище наклонено, голова прямо, руки свободно назад.
2. Толчок: а) сильное отталкивание вверх с распрямлением ног; б) резкий взмах руками вперед вверх.
3. Полет: а) туловище вытянуто; б) руки вперед вверх.
4. Приземление: одновременно на обе ноги, с переходом с носка на всю ступню, колени полусогнуты; туловище наклонено, руки вперед — в стороны; сохранение равновесия

при приземлении.

Методика обследования. Для проведения прыжков нужно создать необходимые условия, т. е. приготовить куб, мат.

Прыжки в высоту с места.

Цель: оценить скоростно-силовые качества.

Ребенок подпрыгивает вверх, стараясь достать предмет, находящийся выше поднятой руки. Например, воспитатель держит флажок над головой ребенка. *Методика обследования.* Результат определяется с помощью натянутой сантиметровой ленты, прикрепленной к поясу ребенка. Фиксируется лучший результат.

Прыжки через короткую скакалку (классические) с 6 лет. Цель: оценить ловкость, гибкость и выносливость.

1. И. П.: ноги вместе, руки вперед-книзу чуть согнуты в локтях, в руках скакалка сзади.
2. Вращение: сзади вверх, вперед, вниз, скакалка все время натянута, руки широко разведены.
3. Прыжок: когда скакалка оказывается в крайнем нижнем положении, ребенок перепрыгивает через нее.

Методика обследования. Для проведения прыжков через короткую скакалку нужно определить длину скакалки: встать на середину скакалки в стойку ноги врозь, отвести согнутые под прямым углом руки в стороны, натянуть ее, концы скакалки достают до подмышек.

За один прыжок засчитывается, когда скакалка оказывается сзади. Воспитатель считает количество прыжков до прерывания цикличности. Делается две попытки пауза 5 минут, засчитывается лучший результат.

- **Метание.** *Метание вдаль.*

1. И. П.: а) стоя лицом в направлении броска, ноги на ширине плеч, левая — впереди, правая — на носке; б) правая рука с предметом на уровне груди, локоть вниз.
2. Замах: а) поворот вправо, сгибая правую ногу и перенося на нее вес тела, левую — на носок; б) одновременно разгибая правую руку, размашисто отвести ее вниз — назад — в сторону; в) перенос веса тела на левую ногу, поворот груди в направлении броска, правый локоть вверх, спина прогнута — «положение натянутого лука».
3. Бросок: а) продолжая переносить вес тела на левую ногу, правую руку с предметом резко выпрямить; б) хлещущим движением кисти бросить предмет вдаль вверх; в) сохранять заданное направление полета предмета.
4. Заключительная часть: шаг вперед (или приставить правую ногу), сохранение равновесия.

Методика обследования: Метание вдаль проводится на площадке (длина не менее 10—20 м, ширина 5—6 м), которую следует заранее разметить на метры флажками или цифрами. Мешочки удобно положить в ведерки (коробки) для каждого ребенка. Воспитатель уточняет порядок выполнения задания: по команде бросить мешочек в определенном направлении, затем по команде собрать мешочки, вес мешочка – 100 г.

Метание в цель.

Цель: для оценки координации и ловкости.

1. И. П.: а) стоя лицом в направлении броска, ноги на ширине плеч, левая впереди; б) правая рука с предметом на уровне глаз (прицеливание).
2. Замах: а) поворот вправо, сгибая правую ногу, левую на носок; б) одновременно правая рука, согнутая в локте, движется вниз назад вверх; в) поворот в направлении броска.

3. Бросок: а) перенос веса тела на левую ногу; б) резкое движение руки вперед от плеча; в) попадание в цель.
4. Заключительная часть: сохранение равновесия.

Методика обследования метания. Метание производится любой рукой, способом «из-за спины через плечо». Метание осуществляется на дорожке длинной 10 м, шириной 4—5 м, подвешивают цель (мишень) от пола 1м, на расстоянии 3 – 4 м. Проводится индивидуально, каждому ребенку дается по три попытки сделать бросок удобной для него рукой. Фиксируется результат – кол-во попаданий.

Метание набивного мяча массой 1 кг. Цель: для оценки скоростно-силовых качеств.

1. И. П.: ноги на ширине ступни, мяч в обеих руках внизу перед собой.
2. Замах: поднять мяч двумя руками вверх и опустить за голову, руки согнуты в локтях, ногу отставить назад.
3. Бросок: ступни ног не отрываются от пола,

Методика обследования: 1 кг проводится способом из-за головы двумя руками. Ребенок совершает 2 броска; фиксируется лучший результат.

Развития физических качеств.

• **Развитие ловкости и координационных способностей.** «Школа мяча».

Тест. Подбрасывание и ловля мяча.

Ребѐнок принимает и. п. (ноги на ширине ступни) и двумя руками подбрасывает вверх мяч диаметром 20 см как можно большее количество раз подряд.

Тест. Отбивания мяча о пол.

Ребѐнок принимает и. п. (ноги на ширине ступни) и одной рукой отбивает мяч от пола максимальное количество раз (руки можно чередовать). При выполнении задания не разрешается сходить с места. *Методика обследования*: даются две попытки; фиксируется лучший результат.

Статическое равновесие.

Тест. Поза «Аист».

Функция равновесия определяется продолжительность удержания такой позы: стоя на одной ноге, опираться другой на голень опорной. Время фиксируется секундомером. Потерей равновесия считается опора на обе ноги или перемещение опорной. Функция равновесия оценивается только в количественных показателях.

• **Развитие силовых способностей.**

Тест «Ванька-встанька».

1. И. п: сидя на ковре с согнутыми под прямым углом ногами, колени разведены на ширину плеч. Руки скрещены на груди, ладони на плечах, локти касаются колен. Взрослый прижимает ступни ребенка к полу.

Методика обследования: в максимально быстром темпе несколько раз подряд сесть до касания плечами колен, лечь на спину, касаясь лопатками пола. Оценивается количество повторений за 30 с. Учитывается результат одного захода после выполнения 2—3 пробных движений.

• **Развитие гибкости.** *Тест 2. «Отодвинь кубик, как можно дальше».* Цель: оценить гибкость при помощи наклона вперед.

Методика обследования. Ребенок садиться на ковер, так чтобы пятки находились у края ковра, ноги прямые на ширине плеч, прижаты к ковру. У края ковра на полу между

ступнями ног расположен кубик. Следует наклониться и отодвинуть кубик как можно дальше. Колени не поднимать, ноги должны оставаться прямыми. Оценивается расстояние в сантиметрах от линии пяток до грани кубика, в которую ребенок упирался пальцами.

Обозначения:

С – сентябрь
М – май
ПР – правая рука
Л – левая рука

Критерии педагогической диагностики:

0 баллов	отказ от выполнения задания
1 балл	требуется внимание специалиста
2 балла	требуется корректирующая работа педагога
3 балла	средний уровень
4 балла	уровень развития выше среднего
5 баллов	высокий

ПРОТОКОЛ ОБСЛЕДОВАНИЯ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ОБУЧАЮЩИХСЯ _____ ВОЗРАСТНОЙ ГРУППЫ

_____
Ф.И.О. педагогического работника

№ п/ п	Фамилия, имя обучающегося	Прыжки								Метание								«Школа мяча»				Тест поза аист		Тест Ванька-встанока		Тест отодвинь кубик	
		вдлинну с места		В глуину в см		Двумя ногами вместе кол-во		Количество прыжков на скакалке		**Метание мешочка вдаль** (вес. 100 г, см)				Количество попаданий мячом в цель		Количество попаданий абивным мячом		Количество подбрасываний и лови мяча		Кол-во отбиваний мяча разными руками							
		С	**М**	**С**	**М**	**С**	**М**	**С**	**М**	**С**		**М**		**С**	**М**	**С**	**М**	**С**	**М**	**С**	**М**	**С**	**М**	**С**	**М**	**С**	**М**
										ПР	**Л**	**ПР**	**Л**														

Обозначения:

С – сентябрь

М – май

ПР – правая рука

Л – левая рука

Критерии педагогической диагностики:

0 баллов	отказ от выполнения задания
1 балл	требуется внимание специалиста
2 балла	требуется корректирующая работа педагога
3 балла	средний уровень
4 балла	уровень развития выше среднего
5 баллов	высокий

ПРОТОКОЛ ОБСЛЕДОВАНИЯ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ОБУЧАЮЩИХСЯ

_____ВОЗРАСТНОЙ ГРУППЫ _____ Ф.И.О. педагогического работника

№ п/ п	**Фамилия, имя обучающегося**	**Прыжки**								**Метание**								**«Школа мяча»**				Тест поза аист		Тест Ванька-встанока		Тест отодвинь кубик	
		вдлинну с места		В глуину в см		Двумя ногами вместе кол-во		Количество прыжков на скакалке		**Метание мешочка вдаль** (вес. 100 г, см)				Количество попаданий мячом в цель		Количество попаданий абивным мячом		Количество подбрасываний и лови мяча		Кол-во отбиваний мяча разными руками							
		С	**М**	**С**	**М**	**С**	**М**	**С**	**М**	**С**		**М**		**С**	**М**	**С**	**М**	**С**	**М**	**С**	**М**	**С**	**М**	**С**	**М**	**С**	**М**
										ПР	**Л**	**ПР**	**Л**														

3.4. Учебно-методическое обеспечение

Педагогические технологии, методические пособия
1. *Л. В. Яковлева, Р. А. Юдина,* Физическое развитие и здоровье детей 3 – 7 лет: *пособие в 3-х частях* 2. *О. М. Литвинова* Система физического воспитания в ДОУ 3. *М. А. Рунова* Двигательная активность ребенк*а* 4. *О. Ф. Горбатенко, Т. А. Кардаильская, Г. П. Попова* Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ 5. *Е. Н. Вареник, З. А. Корлыханова, Б. В. Китова* Физическое и речевое развитие дошкольников: Взаимодействие учителя-логопеда и инструктора по физкультуре 6. *М. А. Якубович, О. В. Преснова* Коррекция двигательных и речевых нарушений методами физического воспитания 7. *Г. В. Каштанова, Е. Г. Мамаева* Медицинский контроль за физическим развитием дошкольников и младших школьников 8. *Ю. А. Кириллова* Интегрированные физкультурно – речевые занятия для дошкольников с ОНР 4 – 7 лет 9. *Ю. А. Кириллова* Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет. Старшая и подготовительная к школе группы СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2008. 10. *Э. Я. Степаненкова* Методика проведения подвижных игр 11. *А. А. Потапчук, Т. С. Овчинникова* Двигательный игротренинг для дошкольников. 12. *Н. Ч. Железняк* Занятия на тренажерах в детском саду 13. *Л. И. Латохина* Творим здоровье души и тела 14. *Е. Г. Сайкина, Ж. Е. Фирилева* Физкульт-привет минуткам и паузам! Сборник физических упражнений для дошкольников и школьников 15. *М. Ю. Карушина* Праздники здоровья для детей 6 – 7 лет. Сценарии ДОУ 16. *М. Ю. Карушина* Сценарии оздоровительных досугов для детей 6 – 7 лет. 17. *М. Ю. Карушина* Физкультурные сюжетные занятия с детьми 5 – 6 лет 18. *Н. И. Крылова* Здоровьесберегающая пространство в ДОУ. Проектирование, тренинги, занятия 19. *Л. И. Пензулаева* Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. 20. *Л. И. Пензулаева* Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. 21. *Л. И. Пензулаева* Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5 – 7 лет 22. *Пензулаева Л.И.* Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3 – 7 лет) 23. *Г. А. Прохорова* Утренняя гимнастика для детей 2-7 лет 24. *Т. Е. Харченко* Бодрящая гимнастика для дошкольников 25. *Е. И. Подольская* Комплексы лечебной гимнастика для детей 5 – 7 лет 26. *Е. И. Подольская* Сценарии спортивных праздников и мероприятий для детей 3 – 7 лет 27. *А. А. Потапчук* Как сформировать правильную осанку у ребенка 28. *Т.Г. Анисимова*, *Е. Б. Савинова* Физическое развитие детей 5 – 7 лет 29. *В. Н. Шебеко* Вариативные физкультурные занятия в детском саду: старший возраст 30. *Н. И. Николаева* Школа мяча: Учебно-методическое пособие для педагогов и специалистов ДОУ 31. *Т. С. Овчинникова, О. В. Чѐрная, Л. Б. Баряева* Занятия, упражнения и игры с мячами, на мячах, в мячах. Обучение, коррекция, профилактика. 32. *О. Е. Громова* Спортивные игры для детей 33. *Е.Ф. Железнова*150 эстафет для детей дошкольного возраста 34. *Е. А. Сочеванова* Подвижные игры с бегом для детей 4—7 лет 35. *И. С. Красикова* Осанка: Воспитание правильной осанки. Лечение нарушений осанки. 36. *И. С. Красикова* Плоскостопие у детей. Профилактика и лечение 37. *Н. Л. Литош* Адаптивная физическая культура. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями в развитии 38. *Э. Я. Степаненкова* Физическое воспитание в детском саду 39. Частные методики адаптивной физической культуры [Текст]: учебник, под общ. ред. проф. *Л. В. Шапкова* 40. *Е. Г. Сайкина, С. В. Кузьмина* Фитбол-аэробика для детей «Танцы на мячах»