Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 65 комбинированного вида Приморского района Санкт-Петербурга

Принято на Педагогическом совете
ГБДОУ детский сад № 65
Приморского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 27.08.2019

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий ГБДОУ детский сад № 65
Приморского района Санкт-Петербурга
_____ Г.А.Власова
Приказ № 63 от 30.08.2019

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ, АДАПТИРОВАННОЙ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ (С ТЯЖЕЛЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РЕЧИ) В СТАРШЕЙ, ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППАХ КОМПЕНСИРУЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ НА 2019-2020 УЧЕБНЫЙ ГОД

СРОК РЕАЛИЗАЦИИ 1 УЧЕБНЫЙ ГОД
(С 02.09.2019 ПО 25.05.2020)

инструктор по Ф. К.
Дубовик Светлана Владимировна

Санкт-Петербург
2019

СОДЕРЖАНИЕ

1. **Целевой раздел**

Обязательная часть

1.1. Пояснительная записка

1.2. Цели и задачи Программы

1.3. Принципы и подходы к формированию Программы

1.4. Характеристика особенностей развития и индивидуальных возможностей детей с диагнозом общее недоразвитие речи и заикание.

1.5..Возрастные особенности физического развития воспитанников

1.6. Планируемые результаты освоения программы

Часть формируемая участниками образовательных отношений

2. **Содержательный раздел**

Обязательная часть

2.1.Содержание образовательной работы с детьми по образовательной области «Физическое развитие»

2.2.Учебный план

2.3.Комплексно-тематическое планирование

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

Часть формируемая участниками образовательных отношений

3.Организационный раздел

Обязательная часть

3.1.Расписание образовательной деятельности в физкультурном зале

3.2.Максимально допустимая образовательная нагрузка

3.3.Система физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ

3.4.Организация двигательного режима

3.5.Структура организации физкультурных занятий

3.6.Методы и приемы обучения

3.7.Модель взаимодействия инструктора по Ф/К с воспитателями и специалистами.

3.8.Система педагогической диагностики (мониторинга)

3.9.Создание развивающей предметно-пространственной среды в физкультурном зале

3.10. Методическое обеспечениеобразовательной деятельностипо области «Физическое развитие»

Часть формируемая участниками образовательных отношений.

1.ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

Обязательная часть

1.1 Пояснительная записка.

Рабочая программа по образовательной области «Физическая культура» разработана в соответствии с Образовательной программой дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (тяжелое нарушение речи) ГБДОУ детский сад №65 комбинированного вида Приморского района Санкт-Петербурга,

Рабочая программа определяет содержание и организацию образовательного процесса по физическому развитию для детей следующих возрастных групп компенсирующей направленности:

- Старшая группа компенсирующей направленности (ТНР)
- Подготовительная группа компенсирующей направленности (ТНР)

В группах компенсирующей направленности (ТНР) коррекционное направление работы является приоритетным, так как целью его является выравнивание речевого и психофизического развития детей.
Коррекционная деятельность включает логопедическую работу и работу по образовательным областям.
В работе по области «Физическое развитие» при ведущей роли инструктора по физической культуре учитель – логопед является консультантом и помощником.
Таким образом, установление связей между образовательными областями, интеграции усилий специалистов и родителей дошкольников обеспечивается целостность коррекционной работы.

1.2.Цели и задачи программы:

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

Основные цели и задачи:

- Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.
- Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.
- Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.
- Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.
- Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Цель программы:Построение целостной системы с активным взаимодействием всех участников педагогического процесса, обеспечивающей оптимальные условия для перехода на новый, более высокий уровень работы по физическому развитию детей.
Формирование у детей физических способностей и качеств с учетом их психофизического развития, индивидуальных возможностей и склонностей; обеспечивающей охрану и укрепление здоровья, формирование основ здорового образа жизни.
Реализация данной цели связана с решением следующихзадач:
- **Развитие** физических качеств – скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации;
- **Накопление и обогащение**двигательного опыта детей – овладение основными двигательными режимами (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье);
- **Формирование**потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании;
- **Сохранение и укрепление** физического и психического здоровья детей;
- **Воспитание** культурно –гигиенических навыков;

- **Формирование** начальных представлений о здоровом образе жизни.
Программа направлена на:
- реализацию принципа доступности, учитывая возрастные особенности воспитанников;
- соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», реализуя принцип систематичности и последовательности;
- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования дошкольниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно – оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

1.3. Принципы и подходы к формированию Программы

- *Принцип систематичности*- занятия физической культурой должны проводиться регулярно, в определенной системе, потому что регулярные занятия физической культурой дают больший оздоровительный эффект, чем эпизодические;
- *Принцип доступности* - физическая нагрузка на занятиях должна быть доступна детям дошкольного возраста и соответствовать уровням подготовленности;
- *Принципактивности* – так как основной формой деятельности дошкольников является игра, необходимо применять как можно больше игр и игровых упражнений, благодаря использованию которых, процессе обучения стал разнообразным и интересным для детей;
- *Принципнаглядности* - для успешного прохождения процесса обучения, объяснение должно сопровождаться показом упражнений, а также на занятиях по физической культуре необходимо использовать наглядные пособия(рисунки, плакаты игрушки и т.д.); показ с объяснением.
- *Принциппоследовательности и постепенности* - во время обучения детей физической культуре простые и легкие упражнения должны предшествовать более сложным и трудным упражнениям, поэтому приступать к ним нужно только после хорошего освоения, правильного и уверенного выполнения предыдущих упражнений.

Принципы физического воспитания
В физическом воспитании наряду с общепедагогическими дидактическими принципами (сознательности и активности, наглядности, доступности и т.д.) имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания:
- всестороннее и гармоничное развитие личности;
- связь физической культуры с жизнью;
- оздоровительная направленность физического воспитания;
- непрерывность и систематичность чередования нагрузок и отдыха;

- постепенность наращивания развивающих, тренирующих воздействий;
- цикличное построение занятий;

- *Принцип научной обоснованности и практической применимости* (соответствие основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и при этом имеет возможность реализации в массовой практике дошкольного образования);
- *Принцип полноты, необходимости и достаточности* (позволяет решать поставленные цели и задачи);
- *Принцип единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач* процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию дошкольника;
- *Принцип интеграции образовательных областей* в соответствии с возрастными возможностями образовательных областей;
- *Принцип комплексно - тематического построения* образовательного процесса;
- *Принцип решения программных образовательных задач* в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.
- Построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми

1.4. Характеристика особенностей развития и индивидуальных возможностей детей **с диагнозом общее недоразвитие речи и заикание.**

Типичные проявления речевого развития у детей с общим недоразвитием речи.	**Специфические психолого-педагогические особенности детей с общим недоразвитием речи.**	**Основные задачи коррекционно-развивающей работы**

		с детьми.
<u>1. Типичные проявления речевого развития у детей с ОНР старший дошкольный возраст5-6 лет.</u> Общее недоразвитие речи у детей представляет специфическое проявление речевой аномалии, при которой нарушено или отсутствует от нормы формирование основных компонентов речевой системы: лексики, грамматики, фонетики. Основной контингент дошкольников в группах с ОНР имеет 2 или 3 уровни речевого развития. ***2 уровень*** речевого развития характеризуется зачатками общеупотребительной речи. Дети пользуются предложенными простой конструкции, состоящей из 2-3 слов, словарный запас отстает от возрастной нормы. Отмечаются грубые ошибки в употреблении ряда грамматических конструкций, нарушена слоговая структура, звуконаполняемость. ***3 уровень*** характеризуется наличием развернутой фразы с элементами лесико - грамматического и фонетико-фонематического недоразвития. В словаре детей мало обобщающих понятий. Недостатки произношения выражаются в искажении, замене или смешении звуков. Для детей с ОНР характерен низкий уровень развития основных свойств внимания, отмечается недостаточная его устойчивость, ограничены возможности распределения, снижена вербальная память и продуктивность запоминания по сравнению с нормально говорящими детьми. Дети отстают в развитии наглядно-образного мышления. Отмечаются нарушения в овладении анализом, синтезом, сравнением, также в определении причинно-следственных связей. 1. Не дает сведения о себе и своей семье. 2. Словарный запас не соответствует/соответствует возрасту: а) Пассивный словарь: -понимание слов, обозначающих предметы, действия, признаки; - понимание предложно-падежных конструкций; - понимание короткого рассказа. б) Активный словарь: - владеет или не владеет конкретными обобщающими понятиями; -словоизменение, словообразование (предложно-падежные	У детей с диагнозом ОНР отмечается недостаточность обобщенного, абстрактного мышления – ребенок не может установить сходство и различие между предметами и явлениями по существенным признакам: -затрудняется при выполнении заданий на классификацию и выделение 4-й лишней картинки; - не понимает основного смысла рассказа; - испытывают трудности в формировании абстрактного понятия. Интеллектуальная деятельность требует специальных побуждений и стимуляции, дети легко теряют конечную задачу, не могут составить внутреннего плана решения. Интеллектуальные возможности часто оказываются крайне неравномерными: выявляются диссоциации в выполнении речевых и безречевых заданий. Дети отстают в развитии словесного мышления, с трудом овладевают, синтезом сравнением. Для некоторых детей характерна ригидность мышления. У детей обнаруживается недостаточная сформулированность аналитико-синтетической деятельности в области наглядно образного понятийного мышления. Дети с трудом усваивают абстрактные, временные понятия.	1. Коррекция звукопроизношения. 2. Уточнение и расширение словаря (пассивного и активного). 3. Формирование и совершенствование грамматического строя речи 4. Развитие фонетико-фонематической системы языка, навыков, языкового анализа и синтеза. а) развитие просодической стороны речи; б) коррекция произносительной стороны речи; в) работа над слоговой структурой слова; г) совершенствование

конструкции, грубые аграмматизмы); -фразовая речь (составление предложения без предлогов или с предлогами, владеет ли согласованием прилагательных с существительными) -связная речь (умение пересказать знакомую сказку, короткий литературный текст рассказ из личного опыта, рассказ по сюжетной картинке или серии картин, рассказ-описание по картине). 3. Развитие фонетического и фонематического слуха: -выделяет ли звуки на фоне слова; -дифференцирует ли звуки; -не воспринимает ритмическую структуру слова. 4. Звукопроизношение: -звуки раннего онтогенеза; -наличие шипящих, свистящих и сонаров (замены, перестановки, употребление, пропуски) -грубые нарушения слоговой структуры слова (сокращение, перестановки) 5. Общая моторика. Моторная неловкость, неуклюжесть, не копирует движение взрослого, вялость, несовершенная переключаемость с одного движения на другое, затруднено определение и ощущение своего тела в пространстве. 6. Мелкая моторика. а) Конструирование (только по инструкции (сбивается на цвет), копирование прямое из трех элементов, по образцу не может. Затруднено формирование существенных общений). б) Лепка (нет тщательно сглаженных поверхностей). в) Аппликация (нет симметричных форм, не закреплены умения пользоваться ножницами). г) Рисование: - не передает основные формы предметов, смещает рисунок книзу, нажим слабый или усиленный; -не соблюдает границы заштрихованных поверхностей.	В целом мышление преимущественно конкретны, инфантильное и стереотипное. Процесс мышления характеризуется импульсивностью, хаотичностью, застреванием, замедленностью. Наряду с нарушением мышления для детей с ОНР характерна и недостаточная сформулированность и других психических процессов и функций. Нарушение внимания проявляется в следующем: - дети трудно восстанавливают порядок расположения даже четырех предметов в поле их перестановки; - не замечают неточностей в рисунках-шутках; - не всегда выделяют предметы или слова по заданному признаку. Отмечается недостаточная координация пальцев, кисти руки, недоразвитие мелкой моторики. Нарушен конструктивный праксис-конструирование только по инструкции, копирование прямое. Затруднено формирование существенных обобщений: - лепка – нет тщательно сглаженных поверхностей, ребенок не может вычленить отдельные элементы из общего. - аппликация – нет симметричных форм, не закреплено умение пользоваться ножницами. - рисование – не передает основные формы предметов, смещает рисунок	фонематического восприятия, развития навыков звукового анализа и синтеза. 5. Обучение элементам грамоты. 6. Развитие связной речи и речевого общения. 7. Сенсорное развитие. 8. Развитие психических функций. 9. Развитие общей, мелкой и речевой моторики. **Основные задачи коррекционно-развивающей работы с заикающимися детьми.** 1. Воспитание у детей общей и тонкой произвольной моторики и мышц

2. Типичные проявления речевого развития у детей с ОНР старший дошкольный возраст6-7 лет. У детей второго года обучения (с диагнозом ОНР) отмечается возросший уровень речевых навыков. Однако их речь в полном объеме еще не соответствует норме. Различный уровень речевых средств позволяет разделить всех детей на две неоднородные группы: 1. Группа детей которые достаточно свободно овладели фразовой речью. 2. Произносительная сторона речи в значительной степени сформулирована. 3. Остаются ошибки в смещение и замене пропуске звуков, перестановке, употреблении слогов. 4. Фонематический слух недостаточно развит: - справляется с выделением заданного звука в ряду других звуков, но отмечаются трудности в определении места изучаемого звука в словах; -постепенно овладевают навыком звукового анализа и синтеза слогов и слов из 3-4 звуков -недостаточно сформулирована дифференциация согласных звуков по твердости-мягкости, глухости – звонкости; 5. Допускают ошибки при выполнении заданий, связанных со словоизменением и словообразованием; 6. Ошибки в употреблении форм множественного числа (деревы, гнезды). 7. Грамматический строй речи недостаточно развит: - трудности при подборе синонимов, однокоренных слов; - замена слов другими словами, близкими по ситуации, по своему назначению; - трудности при самостоятельном образовании слов (например профессий, от названий действий (строить-строитель) существительных от названий признаков (красный-краснота) антонимов и синонимов. 8. Проявляются ошибки на замену и мышление предметов	книзу, нажим слабый или усиленный, не соблюдает границы заштрихованных поверхностей. Таким образом, в целом у детей с ОНР отмечается значительное замедление темпа развития неречевых психических функций, по сравнению с нормой. **Психофизические особенности заикающихся детей.** Течение заикания и его проявления во многом зависят от особенностей психофизического состояния ребенка и его личности. В анамнезе заикающихся детей выявляется воздействие на организм различных вредностей экзогенного и эндогенного характера, а также неполноценность нервно-психической сферы самого ребенка. Невропатическая отягощенность нервно-психической сферы самого ребенка. Невропатическая отягощенность детей выражается в беспокойстве, плаче во младенчестве, в нарушениях сна, питания, позже – в ночных страхах, боязни одному находиться в помещении, в капризных, истерических реакциях, энурезе. Постепенно у детей появляется своеобразное отношение к своей речи и дефекту. Одни остро чувствуют речевой недостаток, особенно в следствии неблагоприятных воздействий	лица путем использования расслабляющих упражнений, артикуляторной гимнастики, логопедической ритмики. 2. Отработка речевого дыхания-продолжительности, плавности выдоха.отработка речевого материала на мягкой атаке голоса. 3. Воспитание слухового внимания и слуховой памяти. 4. Воспитание зрительного внимания и зрительной памяти. 5. Воспитание произвольного поведения путем развития личностных качеств –

9. синтаксические нарушения на уровне связных высказываний проявляются в следующем: - отсутствии слов; -ограничении и направленном употреблении связей в предложении и тексте; - наблюдаются трудности при составлении рассказов по картинке и в спонтанных высказываниях; - высказывание недостаточно развернутое, с пропусками сюжета, с рвущимися логическими связями; - не устанавливают причинно-следственные связи; - в целом речь еще недостаточно сформирована. - не всегда выделяют предметы или слова по заданному признаку. Еще труднее сосредотачивать и удерживать их внимание на чисто словесном материале вне наглядной ситуации. Для всех детей с ОНР характерен пониженный уровень развития основных свойств внимания. У ряда детей отмечается недостаточная его устойчивость. Трудности включения распределения и переключения внимания. Выделяют следующие особенности внимания: - нарушения концентрации внимания, как следствие утомления; - неадекватные колебания внимания; - ограниченный объем внимания. Дети воспринимают ограниченное количество информации, могут воспринимать не ситуацию в целом, а лишь отдельные ее элементы в связи с этим осуществление деятельности замедляется. - «Генерализованное и неселективное» внимание - ребенок не может сосредоточиться на существенных признаках. - персеверация внимания – снижена способность переключать внимание с одного вида деятельности на другой. В структуре дефекта познавательной деятельности большое место занимают нарушения произвольной и непроизвольной памяти, В структуре дефекта познавательной деятельности большое место занимают нарушения произвольной и непроизвольной памяти, страдает лексическая и логическая память.	окружающей среды. Другие боятся проявления судорог в речи, им небезразлична оценка их речи и поведения окружающих. Третьи критично относятся к заиканию, переживают после неуспешной речевой попытки или после неудач в любой деятельности. И заикание начинает влиять на характер общительности детей. Несмотря на то, что среди детей 4-7 лет большинство легко вступает в общение со сверстниками и взрослыми, выделяются дети с неустойчивыми формами общения и дети с негативным и аутистическим поведением. Дети с неустойчивой общительностью вначале охотно вступают в контакт, проявляют интерес к заданию и деятельности, но затем обнаруживают пассивность, безразличие, невнимание к просьбам взрослого выполнить то или иное задание. Они с трудом входят в проблемную ситуацию, требуют стимуляции своей деятельности и после многократных побуждений отказываются выполнить нужное задание. Дети с негативным отношением к собеседнику замкнуты, стеснительны, иногда с агрессивными чертами в поведении. Необходимость выполнить просьбу, задание, особенно в новой обстановке, вызывает униз реакции невротического характера, иногда почти аутистическое поведение. Дети как будто	выдержки, сосредоточенности, внимания, подражательности через обучения играм, правилам игр, элементам творческой игры. 6. Воспитание просодической стороны речи: темп, ритм, методику, интонацию, выразительность, паузацию, логические ударения; учатся сливать слоги, слова друг с другом так, чтобы фраза произносилась как одно слово, плавно, с выразительным интонированием.

Отмечается своеобразие кратковременной памяти: снижен объем и скорость памяти. При относительно сохранной смысловой, логической памяти заметно снижена вербальная память, страдает продуктивность запоминания. Сенсорное развитие также имеет свои особенности: дети затрудняются в обследовании предметов, выделении нужных свойств, в обозначении этих свойств словом. Дети путают название цветов, геометрических фигур с трудом ориентируются в пространственных и временных отношениях. Слуховое восприятие, внимание, тембровый, звучастотный слух, ритмическое чувство также формируются со значительной задержкой. Наряду с общими психологическими особенностями детям с ОНР присуще и некоторое отставание в развитии двигательной сферы, которая характеризуется плохой координацией движений, неуверенностью в выполнении дозированных движений, снижением скорости и ловкости выполнения. Наибольшие трудности выявляются при выполнении движений, по словесной инструкции. Дети отстают в воспроизведении двигательного задания по пространственно-временным параметрам, нарушают последовательность элементов действия, опускают его составные части. Вторую группу образуют с более ограниченным речевым опытом и несовершенным языковыми средствами. Уровень автоматизированности речевых навыков у них ниже, чем у детей 1 группы. Уровень самостоятельности при свободных высказываниях недостаточен, такие дети периодически нуждаются в смысловых спорах, помощи взрослого, нередко их рассказы носят фрагментарный характер. Словарный запас этих детей ниже, чем у детей 1 группы. Недостаточно усвоены обобщающие слова. В целом связная речь у детей 2 группы не сформулирована. 2 группа – дети более ограниченными речевым опытом и несовершенными языковыми средствами. Уровень автоматизированности речевых навыков у них ниже, чем у детей 1 группы. **Типичные проявления речевого развития у детей с заиканием.**	не нуждаются в коллективе сверстников или взрослого. Общение носит строго избирательный характер. Вовлечение детей в коллективную деятельность встречает пассивное или активное сопротивление с их стороны. Изучение у детей дошкольного возраста симптомокомплекса заикания, некоторых психофизических особенностей их онтогенеза позволяет выделить четыре группы детей. 1 группа – дети с преимущественно клоническим или клонотоническим заиканием средней и тяжелой степени. Возбудимые, шумные, общительные – признанные лидеры в различных видах деятельности, в том числе игровой. Им свойственно умение пользоваться речью в любых ситуациях общения. Речевой дефект они восполняют большой двигательной активностью в поведении, настойчиво и энергично подчиняя себе сверстников. 2 группа – дети с заиканием клонической формы легкой и средней степени. Общительные, дисциплинированные, собранные в поведении. Они лишены организаторских способностей, хотя и охотно вступают в общие игры. В процесс коллективной деятельности у них вырабатываются организаторские навыки. 3 группа – дети с тоническим или клонотоническим заиканием легкой и	

Степень выраженности заикания обычно определяют по состоянию речи заикающегося. Необходимо учитывать характер общения, особенности поведения в деятельности, и рассматривать тяжесть дефекта следующим образом. Легкая степень – дети свободно вступают в общение в любых ситуациях с незнакомыми людьми, участвуют в коллективной игре, во всех видах деятельности, выполняют поручения, связанные с необходимостью речевого общения. Судороги наблюдаются только в самостоятельной речи. Средняя степень – дети испытывают затруднения в общении в новых, а также значимых для них ситуациях, в присутствии незнакомых им людей, отказываются от участия в коллективных играх со сверстниками. Судороги наблюдаются в различных отделах речевого аппарата о время самостоятельной, вопросно-ответной и отраженной речи. Тяжелая степень – заикание выражено во всех ситуациях общения, затрудняет речевую коммуникабельность и коллективную деятельность детей, искажает проявление поведенческих реакций. Постоянное концентрированное внимание на своей речи, тяжелое переживание речевых неудач. Самоунижение, навязчивые мысли, болезненная мнительность. Выраженный страх речи.	средней степени. Малообщительные, не умеющие самостоятельно играть. В коллективных играх почти не участвуют, изредка – в общей подготовке к игре. Отличаются нерешительностью, недостаточной общительностью, выраженной заторможенностью, пассивной подчиняемостью. 4 группа – дети с преимущественно тоническим заиканием тяжелой или средней степени, в значительной мере повлиявшим на их речь и поведение. Они молчаливы, застенчивы, иногда боязливы, заторможены. Предпочитают играть в одиночестве, реже вдвоем. У них выражены оборонительные реакции, они быстро утомляются и склонны к негативистическим проявлениям.	

1.5. Возрастные особенности физического развития воспитанников

Старший возраст 5-6 лет	Подготовительный возраст 6-7 лет
Продолжается процесс окостенения скелета ребенка. Дошкольник более совершенно овладевает различными видами движений. Тело приобретает заметную устойчивость. Дети к 6 годам уже могут совершать пешие прогулки, но на небольшие расстояния. Шестилетние дети значительно точнее выбирают движения, которые им надо выполнить. У них обычно отсутствуют лишние движения, которые наблюдаются у детей 3-5 лет. В период с 5 до 6 лет ребенок постепенно начинает адекватно оценивать результаты своего участия в играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом к 6 годам начинает доставлять ребенку радость, способствует эмоциональному благополучию и поддерживает положительное отношение к себе («я хороший, ловкий» и т.д.). Уже начинают наблюдаться различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков - более прерывистые, у девочек – мягкие, плавные). К 6 годам совершенствуется развитие мелкой моторики пальцев рук. Некоторые дети могут продеть шнурок в ботинок и завязать бантиком. В старшем возрасте продолжают совершенствоваться культурно-гигиенические навыки: умеет одеться в соответствии с условиями погоды, выполняет основные правила личной гигиены, соблюдает правила приема пищи, проявляет навыки самостоятельности. Полезные привычки способствуют усвоению основ здорового образа жизни.	К 7 годам скелет ребенка становится более крепким, поэтому он может выполнять различные *движения*, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует усиленный рост ног. Ноги и руки становятся более выносливыми, ловкими, подвижными. В этом возрасте дети уже могут совершать довольно длительные прогулки, долго бегать, выполнять сложные физические упражнения. У семилетних детей отсутствуют лишние движения. Ребята уже самостоятельно, без специальных указаний взрослого, могут выполнить ряд движений в определенной последовательности, контролируя их, изменяя (произвольная регуляция движений). Ребенок уже способен достаточно адекватно оценивать результаты своего участия в подвижных и спортивных играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом доставляет ребенку радость и поддерживает положительное отношение к себе и своей команде («мы выиграли, мы сильнее»). Имеет представление о своем физическом облике (высокий, толстый, худой, маленький и т.п.) и здоровье, заботиться о нем. Владеет *культурно-гигиеническими навыками* и понимает их необходимость.

1.6. Планируемые результаты освоения образовательной программы

Старший возраст 5-6 лет	Подготовительный возраст 6-7 лет
Имеет начальные представления о составляющих здорового образа жизни, факторах, разрушающих здоровье. -Знает о значении ежедневных физических упражнений, соблюдении режима дня. -Выполняет ходьбу и бег легко, ритмично, сохраняя правильную осанку и темп. -Умеет лазать по гимнастической стенке до 2,5 м с изменением темпа. -Может прыгать на мягкое покрытие в обозначенное место, в длину с места (не < 80 см), с разбега (не < 100 см), в высоту с разбега (не < 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку. -Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие. -Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо, равняться, размыкаться в колонне, шеренге, выполнять повороты направо, налево, кругом. -Умеет кататься на самокате -Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей. - Соблюдает элементарные правила гигиены (по мере необходимости моет руки с мылом, пользуется расческой, носовым платком, прикрывает рот при кашле). Обращается за помощью к взрослым при заболевании, травме. - Соблюдает элементарные правила приема пищи (правильно пользуется столовыми приборами, салфеткой, полощет рот после еды). - Принимает правильное исходное положение при метании; может метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивает мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд. - Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 метров. -Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, в шеренгу. - Может скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 м). - Ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние до 500м, выполняет поворот переступанием, поднимается на горку. - Ориентируется в пространстве, находит правую и левую стороны. - Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.	-Правильно выполняет все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье) -Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см, мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега не менее 180 см, в высоту с разбега - не менее 50 см, прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами. -Может перебрасывать набивные мячи (до 1 кг). - Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 9-12 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 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). Владеет школой мяча. -Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в 2 шеренги после расчета на первый-второй, соблюдать интервалы во время передвижения. -Выполняет физические упражнения из разных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словеной инструкции; следит за правильной осанкой. - Умеет быстро, аккуратно одеваться, соблюдать порядок в шкафу. - Имеет навыки опрятности (замечает непорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых). - Сформированы элементарные правила гигиены (самостоятельно чистит зубы, моет руки перед едой, при кашле и чихании прикрывает рот и нос платком). - Владеет простейшими навыками поведения во время еды, пользуется вилкой и ножом. - Имеет начальное представления о здоровом образе жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность. - Знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня. - Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление, темп. - Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5м) с изменением темпа. - Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие. - Ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживает за лыжами. - Умеет кататься на самокате. - Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей, баскетбол, волейбол.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений

Значимые для разработки и реализации ОП ДО характеристики

1) **Содержание дошкольного образования в ГБДОУ отдается игровым методам развития и обучения, поддерживающим постоянный интерес к сохранению и формированию здорового образа жизни. Обеспечение гармоничного физического развития детей, совершенствование умений и навыков основных видах движений, формирование правильной осанки обеспечивается коррегирующими гимнастическими упражнениями на фитболах и использованием элементов стренчинга.**

Использование на занятиях по физической культуре элементов фитбол – гимнастики.

Фитбол имеет определенные свойства, используемые для оздоровительных, воспитательных и образовательных целей. Совместная работа двигательного, вестибулярного, зрительного и кожного анализаторов, которые включаются при выполнении упражнений с фитболами, значительноусиливает положительный эффект.

Цель:

1. Профилактика и исправление ортопедических деформаций.
2. Создание мышечного корсета.
3. Укрепление физического и психического здоровья.

Задачи:

1. Воспитание навыков правильной осанки.
2. Укрепление мышечно-связочного аппарата.
3. Улучшение дыхательной функции.
4. Улучшение координации движений.

Этапы освоения упражнений с использованием фитболов в подготовительной группе.

1. Дать представления о форме и физических свойствах фитбола.
2. Обучить правильной посадке на фитболе.
3. Учить базовым положениям при выполнении упражнений сидя, лежа, в приседе.
4. Научить сохранению правильной осанки при выполнении упражнений для рук и ног в сочетании с покачиваниями на фитболе.
5. Научить выполнению комплекса упражнений с использованием фитбола.
6. Научить выполнению упражнений на растягивание с использованием фитбола.
7. Совершенствовать качество выполнения упражнений в равновесии.

Предполагаемые результаты:

1. Сохранение правильной осанки при выполнении упражнений с использованием фитболов.
2. Осевая коррекция и увеличение силовой выносливости мышц.

Использование на занятиях по физической культуре элементов стретчинга.

Стретчинг имеет определенные свойства, используемые для оздоровительных, воспитательных и образовательных целей.

Упражнения на растягивание мышц широко применяются в системе массажа, самомассажа, в лечебной физической культуре, особенно для коррекции двигательных расстройств, нарушениях мышечного тонуса. Растяжки воздействуют на все мышцы и суставы, повышают эластичность связок, снижается опасность отложения в суставах шлаков, увеличивается их подвижность.

Упражнения стретчинга рассчитаны на вовлечение в работу всего организма, включаю психику, направлены на расслабление, настройку и восстановление функций мышц. Это позволяет без вреда, используя защитные силы организма, предупредить многие заболевания, так как воздействия на позвоночник, органы, мышцы, железы внутренней секреции, дыхательную и нервную систему вырабатывается естественная сопротивляемость организма.

Сочетание динамичных и статичных физических упражнений наиболее соответствует природе опорно-двигательного аппарата человека и является лучшим методом тренировки для выработки силы, выносливости, координации движений.

Упражнения, охватывающие все группы мышц, носят близкие и понятные детям названия животных или имитационных действий и выполняются по ходу сюжетно-ролевой игры, основанной на сценарии по сказочному материалу.

Цель:

1. Содействие всестороннему гармоническому развитию личности ребенка.
2. Укрепление здоровья, профилактика различных заболеваний.
3. Приобщение к здоровому образу жизни.

Задачи:

1. Содействовать оптимизации роста и развитию опорно-двигательного аппарата;
2. Гармонично развивать мышечную силу, гибкость;
3. Содействовать развитию координационных способностей, функции равновесия, вестибулярной устойчивости;
4. Формировать и закреплять навык правильной осанки, способствовать созданию и укреплению «мышечного корсета»;
5. Содействовать профилактике плоскостопия;

6. Улучшение дыхательной функции.

Этапы освоения упражнений с использованием стретчинга.

1. Формировать знания о влиянии стретчинга на организм, правилах техники безопасности на занятиях, профилактике травматизма;
2. Содействовать развитию памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой.
3. Воспитывать умение эмоционального самовыражения, раскрепощенности и творчества в движениях;
4. Способствовать развитию воображения, мышления, познавательной активности;
5. Научить выполнению упражнений основанных на статических растяжках мышц тела и суставно-связочного аппарата рук, ног, позвоночника.

Предполагаемые результаты:

1. Обучение правильному дыханию, сочетанию физических нагрузок с дыханием.
2. Предотвращение нарушения осанки и исправление ее.

2) **Климатические условия Северо – Западного региона имеют свои особенности: недостаточное количество солнечных дней и повышенная влажность воздуха. Исходя из этого, в образовательный процесс дошкольного учреждения включены мероприятия, направленные на оздоровление детей и предупреждение утомляемости. Разработана система оздоровительной работы.**
3) **Основой реализации образовательной программы является развивающая предметно – пространственная развивающая среда. Организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря (в спортивном зале и на участке) должны обеспечивать виды деятельности:**

- **Игровую**
- **двигательную**

2.Содержательный раздел
Обязательная часть

2.1. Содержание образовательной работы с детьми по образовательной области «Физическое развитие»

Старшая группа (5-6 лет)

Задачи	Осуществляемая образовательная деятельность			
	в ходе совместной деятельности	**в ходе режимных моментов**	**в самостоятельной детской деятельности**	**при взаимодействии с семьями**
Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации)				
-развивать и укреплять мышцы плечевого пояса, брюшного пресса, мышцы спины и гибкость позвоночника; -упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по ограниченной поверхности, при кружении; -учить скатываться на санках с невысоких горок, скользить по ледяной дорожке(с поддержкой взрослых); -учить ходить по ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, делать повороты на лыжах переступанием; -учить кататься на трёхколёсном велосипеде по прямой, по кругу, с поворотами направо и налево;	Индивидуальная работа Физкультурные занятия в зале и на воздухе Спортивно-физкультурные досуги и праздники Дни здоровья Ритмические,танцевальные движения Физкультминутки Подвижные игры и физкультурные упражнения на открытом воздухе Целевые прогулки	Индивидуальная работа Физкультурные занятия в зале и на воздухе Утренняя гимнастика Прогулка (утро/вечер) Бодрящая гимнастика Проблемные ситуации	Самостоятельная двигательная деятельность детей Игра Игровые упражнения	Консультации по запросам родителей Спортивно-физкультурные досуги и праздники Семинары-практикумы Домашние занятия родителей с детьми Открытые занятия
Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями)				
- учить ходить и бегать, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрёстную координацию рук и ног;	Индивидуальная работа - Подвижные игры и игровые упражнения	Индивидуальная работа -Физкультурные	Самостоятельная двигательная деятельность детей	-Консультации по запросам родителей -Спортивно-

-учить строиться в колонну по одному, в шеренгу, круг, находить своё место при перестроении; -учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперёд; -закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании, ловить	- Физкультурные игры-занятия в зале и на воздухе - Спортивные, физкультурные досуги и праздники - Дни здоровья - Игры-забавы «Школа мяча» «Школа скакалки» Игры с элементами спортивных упражнений	занятия в зале и на воздухе -Утренняя гимнастика -Прогулка (утро/вечер) - Проблемные ситуации	Игра -Игровые упражнения	физкультурные досуги и праздники -Открытые занятия -Физкультурные занятия детей совместно с родителями - Дни открытых дверей - Семинары-практикумы - Домашние занятия родителей с детьми
Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании				
-развивать активность и творчество в процессе двигательной деятельности; -организовывать подвижные игры со сменой видов деятельности;	Индивидуальная работа Подвижные игры и игровые упражнения Физкультурные игры-занятия в зале и на воздухе Ритмические, танцевальные движения Каникулы	Индивидуальная работа Утренняя гимнастика Прогулка (утро/вечер) Занятия	Самостоятельная двигательная деятельность детей Игровая деятельность Игровые упражнения Подвижные народно-спортивные игры	- Консультации по запросам родителей Спортивно-физкультурные досуги и праздники Семинары-практикумы Дни открытых дверей
Защита, охрана и укрепление физического и психического здоровья детей				
- соблюдение санитарно-гигиенических норм и требований, учет индивидуальных особенностей детей, оптимальный уровень двигательной активности	Утренняя гимнастика игрового характера. Двигательная активность (подвижные игры). Занятия традиционные и игровые. Наблюдения, игры. Действия с дидактическим материалом и игрушками.	Показ, объяснение, личный пример педагога, беседа, проблемные ситуации.	Игра, предметная деятельность, ориентированная на зону ближайшего развития (игровую деятельность). Действия с предметами, орудиями.	Беседы, консультации, консультативные встречи по заявкам,
Воспитание культурно-гигиенических навыков				
- обучение правилам личной гигиены,	Занятия традиционные,	Показ, объяснение,	Игра, предметная	- обучение правилам

побуждение детей к самостоятельности и опрятности при приеме пищи, одевании и раздевании.	сюжетные, тематические. Индивидуальная работа.тематические беседы. Игровые ситуации, дидактические игры. Беседы о личной гигиене.	личный пример педагога, беседа.	деятельность, ориентированная на зону ближайшего развития (игровую деятельность). Действия с предметами, орудиями, дидактическими игрушками.	личной гигиены, побуждение детей к самостоятельности и опрятности при приеме пищи, одевании и раздевании.
Подведение дошкольников к пониманию целостности человеческого организма				
- формирование представления о себе как об отдельном человеке, ознакомление со строением тела, знакомство со способами заботы о себе и окружающих	В занятиях по ознакомлению с окружающим миром. Тематические беседы. Дидактические игры. Чтение художественной литературы.	Показ, объяснение, беседа.	Игра, подражательные действия с предметами, орудиями, ролевые игры, дидактическими игрушками, рассматривание фотографий, картинок.	- формирование представления о себе как об отдельном человеке, ознакомление со строением тела, знакомство со способами заботы о себе и окружающих
Привитие навыков сохранения и укрепления здоровья				
- закаливание, массаж, физиотерапия, витаминотерапия, вакцинация	Тематические беседы. Дидактические игры. Чтение художественной литературы. Воздушные ванны.	Показ, объяснение, личный пример педагога, беседы с детьми о значении закаливающих процедур.	Игра, подражательные действия с предметами, орудиями, ролевые игры, дидактическими игрушками, рассматривание фотографий, картинок.	Консультации, согласование назначенных процедур.

Подготовительная группа (6-7 лет)

Задачи	Осуществляемая образовательная деятельность			
	в ходе совместной деятельности	**в ходе режимных моментов**	**в самостоятельной детской деятельности**	**при взаимодействии с семьями**
Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации)				
- продолжать упражнять в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве; - закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.	Индивидуальная работа Физкультурные занятия в зале и на воздухе Спортивно-физкультурные досуги и праздники в том числе Дни здоровья Ритмические танцевальные движения Физкульт минутки Подвижные игры и физкультурные упражнения на открытом воздухе Целевые прогулки	Индивидуальная работа Физкультурные занятия в зале и на воздухе Утренняя гимнастика Прогулка (утро/вечер) Бодрящая гимнастика Проблемные ситуации	Самостоятельная двигательная деятельность детей Игра Игровые упражнения	Консультации по запросам родителей Спортивно-физкультурные досуги и праздники Семинары-практикумы Домашние занятия родителей с детьми Открытые занятия Оформление информационных материалов
Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями)				
- совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, лёгкости, точности, выразительности их выполнения; - закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге; - учить быстро, перестраиваться на месте и во время движения, ровняться в колонне, шеренге, кругу.	Индивидуальная работа Подвижные игры и игровые упражнения Физкультурные игры-занятия в зале и на воздухе Спортивные, физкультурные досуги и праздники Дни здоровья «Школа мяча» «Школа скакалки» Неделя здоровья Игры с элементами спортивных упражнений Мини-туризм	Индивидуальная работа Физкультурные занятия в зале и на воздухе Утренняя гимнастика Прогулка (утро/вечер) Проблемные ситуации	Самостоятельная двигательная деятельность детей Игровая деятельность Игровые упражнения	Консультации по запросам родителей Спортивно-физкультурные досуги и праздники Открытые занятия Физкультурные занятия детей совместно с родителями Дни открытых дверей Семинары-практикумы Домашние занятия родителей с детьми

				Оформление информационных материалов
Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании				
- формировать потребность в ежедневной двигательной активности; - учить самостоятельно, организовывать подвижные игры, комбинировать движения; - поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.	Индивидуальная работа Подвижные игры и игровые упражнения Физкультурные игры-занятия в зале и на воздухе Ритмические, танцевальные движения Каникулы Продуктивная деятельность	Индивидуальная работа Утренняя гимнастика Прогулка (утро/вечер)	Самостоятельная двигательная деятельность детей Игровая деятельность Игровые упражнения Подвижные народно-спортивные игры	Консультации по запросам родителей Спортивно-физкультурные досуги и праздники Семинары-практикумы Дни открытых дверей Экскурсии Оформление информационных материалов
Защита, охрана и укрепление физического и психического здоровья детей				
- соблюдение санитарно-гигиенических норм и требований, учет индивидуальных особенностей детей, оптимальный уровень двигательной активности	Утренняя гимнастика игрового характера. Двигательная активность (подвижные игры). Занятия традиционные и игровые. Наблюдения, игры. Действия с дидактическим материалом и игрушками.	Использование различных естественно возникающих ситуаций, беседы, рассказ воспитателя.	Сюжетно-ролевые игры, действия с предметами, орудиями, дидактическими игрушками. Лепка. Рисование	Консультации, беседы. Консультативные встречи по заявкам. Уголки здоровья.
Воспитание культурно-гигиенических навыков				
- формирование потребности в соблюдении навыков личной гигиены; - расширение представления о значимости чистоты и режима дня для человека.	Занятия традиционные и игровые. Наблюдения, игры. Действия с дидактическим материалом и игрушками. Чтение художественной литературы. Специально созданные ситуации.	Использование различных естественно возникающих ситуаций, беседы, рассказ воспитателя.	Сюжетно-ролевые игры, действия с предметами, орудиями, дидактическими игрушками. Лепка. Рисование. Рассматривание иллюстраций и тематических картинок.	
Подведение дошкольников к пониманию целостности человеческого организма:				
- формирование	Занятия традиционные и	Использование	Сюжетно-ролевые игры,	

представлений о целостности человеческого организма;	игровые. Действия с дидактическим материалом и игрушками. Беседа с использованием демонстрационного и раздаточного материала. Чтение художественной литературы. Дидактические игры, задания.	различных естественно возникающих ситуаций, беседы, рассказ воспитателя.	действия с предметами, орудиями, дидактическими игрушками. Лепка. Рисование. Рассматривание иллюстраций и тематических картинок.	
Привитие навыков сохранения и укрепления здоровья				
- формирование представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влияние на здоровье	Занятия традиционные и игровые. Действия с дидактическим материалом и игрушками. Беседа с использованием демонстрационного и раздаточного материала. Чтение художественной литературы. Дидактические игры, задания.	Использование различных естественно возникающих ситуаций, беседы, рассказ воспитателя.	Сюжетно-ролевые игры, действия с предметами, орудиями, дидактическими игрушками. Лепка. Рисование. Рассматривание иллюстраций и тематических картинок.	
Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни				
- формирование представлений о составляющих здорового образа жизни, воспитание положительного отношение к нему	Беседа с использованием демонстрационного и раздаточного материала. Чтение художественной литературы. Дидактические игры, задания.	Использование различных естественно возникающих ситуаций, беседы, рассказ воспитателя.	Сюжетно-ролевые игры, действия с предметами, орудиями, дидактическими игрушками. Лепка. Рисование. Рассматривание иллюстраций и тематических картинок.	

2.2. Учебный план реализации образовательной программы дошкольного образования в компенсирующих группах для детей с тяжелыми нарушениями речи. на 2019-2020 учебный год.

Образовательная область / виды образовательной деятельности в неделю	***Возрастные группы / количество занятий в неделю, количество минут***	
	Старшая группа (5-6 лет)	**Подготовительная (6-7 лет)**
Длительность одного занятия	**20-25 мин**	**30 минут**
СОЦИАЛЬНО-КОММУНИКАТИВНОЕ РАЗВИТИЕ		
Социализация, развитие общения, нравственное воспитание	Осуществляется при взаимодействии со взрослыми, другими детьми, в самостоятельной деятельности и при проведении режимных моментов	
Ребенок в семье и сообществе, патриотическое воспитание		
Формирование основ безопасности		
Самообслуживание, самостоятельность, трудовое воспитание		
ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ		
Развитие познавательно-исследовательской деятельности / сенсорное развитие	Осуществляется при взаимодействии со взрослыми, другими детьми, в самостоятельной деятельности и при проведении режимных моментов	

Формирование элементарных математических представлений	1	2
Ознакомление с миром природы	0,5	0,5
Формирование целостной картины мира	0,5	0,5
Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений («Петербурговедение для малышей»)	Осуществляется при взаимодействии со взрослыми, другими детьми, в самостоятельной деятельности и при проведении режимных моментов	
ВСЕГО	**2**	**3**
РЕЧЕВОЕ РАЗВИТИЕ		
Развитие речи (проводит воспитатель) Занятие с логопедом по коррекции речи	1(В) 4(Л)	1(В) 4(Л)
Приобщение к художественной литературе	Осуществляется при взаимодействии со взрослыми, другими детьми, в самостоятельной деятельности и при проведении режимных моментов	
ВСЕГО	**5**	**5**
ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ		
Приобщение к искусству	Осуществляется при взаимодействии со взрослыми, другими детьми, в самостоятельной деятельности и при проведении режимных моментов	
Изобразительная деятельность:		
➢ рисование	1	1
➢ лепка	0,5	0,5

➢ аппликация	0,5	0,5
Конструктивно-модельная деятельность	Осуществляется при взаимодействии со взрослыми, другими детьми, в самостоятельной деятельности и при проведении режимных моментов	
Музыкальная деятельность	2	2
ВСЕГО	**4**	**4**
ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ		
Физическая культура (2 занятия проводит инструктор по ф/к; 1 занятие – воспитатель в физкультурном зале)	**3** (2ф+1в)	**3** (2ф+1в)
Формирование начальных представлений о ЗОЖ	Осуществляется при взаимодействии со взрослыми, другими детьми, в самостоятельной деятельности и при проведении режимных моментов	
ВСЕГО	**3**	**3**
ВСЕГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ НАГРУЗКИ (КОЛИЧЕСТВО ЗАНЯТИЙ / МИНУТ)	**14/ 5 часов 50 минут**	**15 / 8 часов 00 минут**

2.3. Комплексно–тематическое планирование

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
СЕНТЯБРЬ (старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Тема: « Осенний урожай!
Этапы НОД	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Задачи: 1н. Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному; в беге врассыпную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча **2н**. Повторить ходьбу и бег между предметами;упражнять в ходьбе на носках; развивать координацию движений в прыжках в высоту и ловкость в бросках мяча вверх. **3н.** Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге; в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони; в подбрасывании мяча вверх. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры. **4н.** Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу инструктора, пролезание в обруч боком, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках.					
Вводная часть	Ходьба и бег колонной по одному; бег врассыпную; ходьба и бег между предметами;ходьба на носках; ходьба с высоким подниманием колен, в непрерывном беге; ходьба и бег с изменением темпа движения по сигналу инструктора.				
ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячом	С обручем	
Основные виды движений	1. Ходьба с перешагиванием через кубики, через мячи. 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, змейкой между предметами. 3.Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, после удара мяча об пол подбрасывать вверх двумя руками (не прижимая к груди). 4. Бег в среднем темпе до 1 минуты в чередовании с ходьбой, ползанием на четвереньках.	1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета». 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка. 3 Ползание на четвереньках по гимн.скамейке на ладонях и коленях, на предплечьях и коленях. 4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе, с мешочком на голове. 5. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы.	1. Подлезание в обруч в группировке, боком, прямо. 2. Перешагивание через бруски с мешочком на голове. 3. Ходьба с мешочком на голове. 4. Прыжки на двух ногах между кеглями с мешочком между колен. 5. Ходьба «Пингвин».	1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе. 3. Ходьба по скамейке (высота – 15см), пере-шагивая через кубики, руки на поясе. 4. Игровое упражнение с прыжками на месте на двух ногах.	
Подвижные игры	«Мышонок»	«Удочка»	«Мы веселые ребята»	«Ловишки с ленточками»	
Игры малой подвижности	«У кого мяч».	«Гуси идут домой» Спокойная ходьба в колонне по одному	Ходьба с выполнением заданий дыхательные упражнения	«Подойди не слышно»	
Заключительная часть	Игровое упражнение: «Не промахнись», «Достань до кубика»		Игровое упражнение: «По мостику» (с мешочком на голове)		

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ОКТЯБРЬ (старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Тема:
Этапы НОД	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	« Спортивные забавы в осеннем лесу!»
Задачи: 1н. Упражнять детей в беге; ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча. Знакомить с ведением мяча правой и левой рукой (элементы баскетбола). **2н.** Разучить поворот по сигналу во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча. **3н**. Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений при метании в цель; упражнять в равновесии. Повторить игровое упражнение с прыжками. **4н.** Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках. Упражнять в ползание на четвереньках с переползанием через препятствия. Разучить игру «Посадка картофеля».					
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.				
ОРУ	Без предметов	С малым мячом	С большим мячом	С султанчиками	
Основные виды движений	1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги.. 2. Переползание через препятствие. 3 Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой. 4. Ползание на четвереньках, подлезание под дугу прямо и боком.	1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики. 2. Прыжки на двух ногах ч/з шнуры, прямо, боком. 3. Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы. 4. Ходьба по скамейке, на середине приседание, встать и пройти дальше. .	1. Пролезание через три обруча (прямо, боком). 2 Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком. 3. Перелезание с преодолением препятствия. 4. Ходьба по скамейке, на середине порот, перешагивание через мяч.	1.Ходьба по скамейке на носках в руках веревочка. 2..Прыжки через предметы, чередуя на двух ногах, на одной ноге, продвигаясь вперед. 3.Перебрасывание мяча друг другу, сидя по-турецки. 4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед, ноги на вису.	
Подвижные игры	«Удочка»	«Перелет птиц»	«Гуси-гуси»	«Мы – весёлые ребята»,	
Игры малой подвижности	«Эхо»	«Чудо-остров». Танцевальные движения	«Найди и промолчи»	«Летает-не летает».	
Заключительная часть	М\П: «Съедобное- несъедобное»		Игровое упражнение:«На одной ножке», « Перешагни - не		

		задень»	

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
НОЯБРЬ (старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Тема: « Мы хотим быть здоровыми!»
Этапы НОД	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Задачи: 1н. Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнять в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах. **2н**. Повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании на четвереньках, подталкивая мяч головой, и ведении мяча в ходьбе. **3н.** Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом. Повторить игровые упражнения с прыжками и бегом. **4н.** Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу; упражнять в равновесии и прыжках. Упражнять в подлезании под шнур, в ходьбе между предметами на носках.					
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал.				
ОРУ	Без предметов	С обручем	С кубиками	Парами с палкой	
Основные виды движений	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягивание двумя руками. 2.Ведение мяча с продвижением вперед. 3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой мяч. 4. Бег по наклонной доске.	1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета». 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка. 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, предплечьях и коленях. 4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе мешочек на голове.	1. Подлезание под шнур боком, прямо не касаясь руками пола. 2. Ходьба с мешочком на голове по гимнастической скамейке, руки на поясе. 3. Прыжки с места на мат, прыжки на правой и левой ноге между предметами. 4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо.	1.Ходьба по гимнастической скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками. 2.Спрыгивание со скамейки на мат. 3.Ползание до флажка, прокатывая мяч впереди себя. 4.Лазание по гимнастической стенке. «Достань игрушку».	
Подвижные игры	«Не оставайся на полу»	«Удочка»	«Медведи и пчелы»	«Эстафета парами»	
Игры малой подвижности	«Угадай по голосу»	«Затейники»	«Найди, где спрятано»	«Две ладошки». (музыкальная)	

Заключительная часть	М\П: «Угадай по голосу», «Летает - не летает»	П\И: «Ловишки с ленточками», «Не оставайся на полу»	

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ДЕКАБРЬ (старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					**Тема:** « Здравствуй, спортивная Зима!»
Этапы НОД	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Задачи: 1н. Упражнять детей в умении сохранять в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча. **2н.** Упражнять в ходьбе и беге по кругу взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании и переброске мяча. **3н.** Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; закреплять умение ловить мяч; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия. **4н.** Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге врассыпную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках.					
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом в другую сторону, ходьба в полуприседе, широким шагом, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасывании ног назад. Дыхательные упражнения.				
ОРУ	Без предметов	С мячом	С обручами	С султанчиками под музыку	
Основные виды движений	1. Прыжки со скамейки (20см) на мат. 2. Ходьба по наклонной доске, закрепленной на гимнастической стенке. 3. Перешагивание через бруски, справа и слева от него. 4. Прокатывание мячей между предметами. 5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см).	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 модулей. 4. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет. 5. Прыжки на двух ногах через шнур (две ноги по бокам- одна нога в середине).	1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом(вверх, вниз). 2. Метание мешочков вдаль. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.	1.Ходьба по гимнастической скамейке с перекатом мяча по талии. 2. Прыжки с разбега на мат. 3. Метание вдаль. 4.Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь(кошечка).	
Подвижные игры	«Кто скорее до флажка»	«Охотники и зайцы»	«Хитрая лиса»	«Эстафета с рюкзачком»	
Игры малой	«Сделай фигуру».	«Летает - не летает».	«Найди и промолчи»	«Подарки»	

подвижности					
Заключительная часть	Игровое упражнение: «Брось и поймай», « По мостику»		М\П: «Сделай фигуру», «Угадай по голосу»		

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ЯНВАРЬ (старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					**Тема:** « Зимние забавы!»
Этапы НОД	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Задачи: 1н.Упражнять в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесии при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо. **2н**. Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в переползании через предметы и подлезании под дугу, в перебрасывании мячей друг другу. **3н**. Повторить ходьбу и бег между предметами; в прлезании в обруч; в ходьбе с перешагиванием через модули. **4н**. Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек.					
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, врассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; по кругу держась за шнур, с выполнением заданий, челночный бег.				
ОРУ	С мячом	С палкой	С обручем	С султанчиками под музыку	
Основные виды движений	1.Ходьба по наклонной доске(40см). 2. Прыжки на правой и левой ногах между кубиками. 3. Попади в обруч (правойилевой). 4. Ходьба по гимнастической скамейке с перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую.	1. Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове. 2. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед – ноги на вису. 3. Прыжки в длину с места. 4.Метание в цель.	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени, по гимн скамейке, на середине – приседание, встать и пройти дальше, спрыгнуть. 3. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета». 4.Метание вдаль.	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть, с перешагиванием через рейки. 2.Прыжки в длину с места. 3. Метание мяча в вертикальную цель. 4. Пролезание в обруч правым и левым боком.	
Подвижные игры	«Ловишка с мячом»	«Мышеловка»	«Ловля обезъян»	«Мы веселые ребята»	
Игры малой подвижности	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	«Затейники»	«Найди и промолчи»	

	ежиками				
Заключительная часть	Игровое упражнение: «Перепрыгни через ручеек»		Игровое упражнение: «Дождь, ветер, буря»		

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ФЕВРАЛЬ (старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					**Тема:** « Мы – бравые солдаты!»
Этапы НОД	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Задачи: 1н. Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину. **2н**. Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьба и бег врассыпную; Закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о пол. **3н.** Упражнять в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее. Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. **4н.** Упражнять в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом.					
Вводная часть	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком (правое-левое плечо вперед) , перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий.				
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С палками парами	С султанчиками под музыку	
Основные виды движений	1. Ходьба по скамейке раскладывая и собирая мелкие кубики. 2. Прыжки через скакалку (неподвижную). 3. Прокатывание мяча между кеглями 4. Ползание по пластунски до обозначенного места.	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине. 4. Прыжки на двух ногах до кубика (расстояние 3м).	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке. 2. Прыжки через модули правым боком. 3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо. 4 Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней.	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками. 3. Прыжки через скамейку 4. Лазание по гимнастической стенке.	
Подвижные игры	«Пустое место»	«Охотники и зайцы»	«Лиса в курятнике»	«Кто быстрее» эстафета с	

				мячом «Хоп»	
Игры малой подвижности	«Зима»	«На параде». Ходьба в колонне по одному за ведущим, с флажком в руках	«Найди и промолчи»,	«Стоп»	
Заключительная часть	П\И: «Пожарные на учении», «Ловкая пара»		М\П: «Угадай, что изменилось», «Съедобное-несъедобное»		

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
МАРТ (старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					**Тема:** « Праздник для любимых мама!»
Этапы НОД	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Задачи: 1н. Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер. **2н**. Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами. **3н**. Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке. Повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом. **4н.** Упражнять в ходьбе с перестроением в колонну по два в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии.					
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.				
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С обручем	С султанчиками	
Основные виды движений	1. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове 2. Перебрасывание мячей двумя руками с отскоком от пола(расстояние 1,5м). 3. Прыжки из обруча в обруч. 4. Ползание по-пластунски в сочетании с	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой. 2. Метание мешочков в цель правой и левой рукой. 3. Пролезание в обручи 4. Прыжок в высоту с разбега.	1. Ходьба по ограниченной поверхности боком, с хлопками перед собой. 2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола. 3. Прыжки через шнур две ноги в середине одна. 4. Подлезание под дугу.	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом. 2. Метание в горизонтальную цель. 3. Прыжки со скамейки на мат. 4. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом.	

	перебежками.				
Подвижные игры	«Горелки»	«Пожарные на учении»	«Хитрая лиса»	«Караси и щука»	
Игры малой подвижности	«Мяч ведущему»	«Море волнуется»	«Подойди не слышно»	«Затейники»	
Заключительная часть	Игровое упражнение: «Пас друг другу»		П\И: «Два Мороза», «Хитрая лиса»		

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
АПРЕЛЬ (старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					**Тема:** « Мы будущие космонавты!»
Этапы НОД	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Задачи: 1н. Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании. **2н**. Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки через короткую скакалку; упражнять в прокатывании обручей, пролезании в обруч. **3н.** Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранения устойчивого равновесия. Повторить бег на скорость. **4н.** Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках, ходьбе на носках.					
Вводная часть	Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево.				
ОРУ	Без предметов	С обручем	С кубиками	С султанчиками	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом кругом и отбивание мяча перед собой на каждый шаг. 2. Прыжки из обруча в обруч. 3. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой.	1. Ходьба по ограниченной опоре с перебрасыванием малого мяча перед собой. 2. Пролезание в обруч боком. 3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями. 4. Прыжки в высоту.	1. Ходьба по скамейке спиной вперед. 2. Прыжки через скакалку. 3. Метание вдаль малого мяча. 4. Ползание по туннелю. 5. Прокатывание обручей друг другу.	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками. 3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет. 4. Прыжки через длинную скакалку.	

Подвижные игры	«Медведи и пчелы»	«Удочка»	«Горелки»	«Ловишки с ленточками»	
Игры малой подвижности	«Сделай фигуру»	«Найди и промолчи»	«Море волнуется раз»	«Кто ушел»	
Заключительная часть	М\П:«Найди и промолчи», «Сделай фигуру»		Игровое упражнение: «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»		

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
МАЙ (старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					**Тема:** «В гостях у сказки»
Этапы НОД	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Задачи: 1н. Упражнять в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом. Упражнять в беге с высоким подниманием бедра. **2н.** Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с перешагиванием через предметы; прыжкам в длину с разбега; в перебрасывании мяча. Упражнять в прыжках в длину с разбега; в забрасывании мяча в корзину, в лазанье под дугу. **3н.** Упражнять в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и врассыпную; повторить упражнения в равновесии и с обручем. Повторить бег на скорость. Игровые упражнения с мячом и в прыжках. **4н**. Повторить ходьбу со сменой темпа движения; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами.					
Вводная часть	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед.				
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С палками	С обручами под музыку	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 2. Прыжки в длину с разбега. 3. Метание малого мяча в цель. 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней.	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через модули. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы. 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке. 3. Прыжки через модули. 4. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию.	1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе. 3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед. 4.Лазание по гимнастической стенке.	
Подвижные игры	«Быстрые и меткие»	«Парашют» (с бегом)	«Вышибалы»	«Эстафета парами»	
Игры малой подвижности	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	«Релаксация» «В лесу»	«Тише едешь - дальше будешь»	

Заключительная часть	Игровое упражнение: «Правильные картинки о правилах»	Игровое упражнение: «Кто выше всех прыгнет?», «Кто точно бросит?»	

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
СЕНТЯБРЬ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					**Тема**
Этапы НОД	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	«До свидания лето, здравствуй детский сад».
Задачи: 1**н.** Упражнять в беге колонной по одному, в переходе с бега на ходьбу; в сохранения и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча. **2н.** Упражнять в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета; повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его. **3н.** Упражнять в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов; развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесии; повторить переползание по гимнастической скамейке. Ловкость в ходьбе между предметами. **4н.** Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; в ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий; в прыжках через шнуры.					
Вводная часть	Построение в колонну по одному, расчет на первый второй, перестроение из одной в две колонны, ходьба на носках, пятках, с разным положением рук, бег в колонне, на носках, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасыванием их назад, челночный бег, с высоким подниманием колен.				
ОРУ	С малым мячом	На гимнастических скамейках	С палками	С обручем	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием (боком приставным шагом). 2. Прыжки с места на мат(через модули). 3.Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, (из-за головы). 4. Ползание на животе по гимнастической скамейке.	1.Прыжки с поворотом «кругом», доставанием до предмета. 2. Метание в горизонтальную цель, в вертикальную цель. 3.Пролезаниев обруч разноименными способами, под шнур. 4. Ходьба по гимнастической скамейке с перекатыванием перед собой мяча двумя руками, с мешочком на голове.	1. Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа. 2. Перебрасывание мяча через сетку. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, с приседанием на одной ноге другой махом вперед, сбоку скамейки. 4. Прыжки через скакалку с вращением перед собой.	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе с подтягиванием руками. 2.Ходьба по наклонной доске и спуск по гимн стенке. 3.Прыжки с места вдаль. 4. Перебрасывание мяча из одной руки в другую. 5. Упражнение «крокодил».	
Подвижные	«Совушка»	«Перемени предмет»	«Ловишка, бери ленту»	«Горелки»	

игры					
Игры малой подвижности	«Найди и промолчи».	«Дует, дует ветерок»	Ходьба с выполнением заданий, дыхательные упражнения	«Подойди не слышно»	
Заключительная часть	Игровое упражнение: " « Пингвины»		М\П: « Иголка, нитка, узелок»		

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ОКТЯБРЬ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					**Тема**
Этапы НОД	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	«Золотая осень»
Задачи: 1н. Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость с мячом. **2н.** Упражнять в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом. **3н**. Повторить бег в среднем темпе; развивать точность броска; упражнять в прыжках. Упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен; в ведении мяча. **4н**. Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге врассыпную (используя все пространство зала), в ползании на четвереньках с дополнительным заданием.					
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з модули; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.				
ОРУ	С малым мячом	Без предметов	С веревочкой	С султанчиками(под музыку)	
Основные виды движений	1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги.. 2. Ходьба по скамейке с высоким подниманием прямой ноги и хлопок под ней. 3Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой. 4. Ползание на четвереньках, подлезаниепод дугу прямо и боком.	1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики. 2. Прыжки на двух ногах с мешочком зажатым между ног. 3Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы. 4.Лазание по гимн стенке. .	1. Пролезание через три обруча (прямо, боком). 2.Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком. 3. Перелезание с преодолением препятствия. 4. Ходьба по скамейке, на середине порот, перешагивание через мяч.	1.Ходьба по узкой скамейке. 2..Прыжки через веревочку на одной ноге, продвигаясь вперед. 3.Перебрасывание мяча друг другу на ходу. 4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед, ноги на вису.	
Подвижные игры	«Удочка»	«Жмурки»	«Гуси-гуси»	«Мы – весёлые ребята»,	

Игры малой подвижности	«Съедобное – не съедобное»	«Чудо-остров». Танцевальные движения	«Найди и промолчи»	«Летает-не летает».	
Заключительная часть	П\И: «Мышеловка», «Рыбаки и рыбка»		Игровое упражнение: «Лягушки и цыплята», «Что изменилось?»		

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
НОЯБРЬ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					**Тема**
Этапы НОД	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	«Россия-большая семья разных народов»
Задачи: 1н. Закреплять навыки ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату; упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур, повторить эстафеты и игровые упражнения с мячом и прыжками. **2н.** Упражнять в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. **3н.** Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазанье под дугу. Упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель. **4н.** Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; разучить в лазанье на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках и равновесие.					
Вводная часть	Построение в колонну , перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево,ходьба и бег по кругу, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал.				
ОРУ	Со скакалкой	С обручем	Без предметов	Парами с палкой	
Основные виды движений	1. Прыжки через скамейку. 2.Ведение мяча с продвижением вперед. 3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой мяч. 4. Бег по наклонной доске.	1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета». 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка с кружением вокруг себя. 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, предплечьях и коленях. 4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе мешочек на голове.	1. Подлезание под шнур боком, прямо не касаясь руками пола. 2. Ходьба с мешочком на голове по гимнастической скамейке, руки на поясе. 3. Прыжки с места на мат. 4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо.	1.Ходьба по гимн.скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками. 2.Спрыгивание со скамейки на мат. 3.Ползание до флажка прокатывая мяч впереди себя. 4.Лазание по гимнастической стенке разноименным способом.	
Подвижные игры	«Быстро возьми, быстро положи»	«Удочка»	«Кто скорее до флажка докатит обруч»	«Эстафета парами»	
Игры малой подвижности	Массаж ног мячами-ежиками	«Затейники»	«Найди, где спрятано»	«Две ладошки». (музыкальная)	

Заключительная часть	Игровое упражнение:«На одной ножке», « Перешагни - не задень»	Игровое упражнение: «Быстро передай», « Кто быстрее до флажка»	

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ДЕКАБРЬ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					**Тема**
Этапы НОД	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Задачи: 1н. Упражнять в ходьбе с различными положениями рук, в беге врассыпную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (боком приставным шагом, с перешагиванием). **2н.** Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом. Повторить игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание. **3н.** Повторить в ходьбе с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании малого мяча, в ползании на животе, в равновесии. **4н.** Повторить в ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «по медвежьи», повторить упражнение в прыжках и на равновесие.					«В гостях у зимушки-зимы»
Вводная часть	Построение в колонне, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево,ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени. Дыхательные упражнения.				
ОРУ	Без предметов	С мячом	С обручами	С султанчиками под музыку	
Основные виды движений	1. Прыжки из глубокого приседа. 2. Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием. 3.Метание малого мяча вдаль. 4.Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 модулей. 4. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет. 5. Прыжки на двух ногах через шнур (две ноги по бокам- одна нога в середине).	1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом(вверх, вниз). 2. Метание мешочков вдаль правой и левой рукой. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.	1.Ходьба по гимн скамейке с отбиванием мяча о пол. 2. Прыжки с разбега на мат 3. Метание в цель. 4.Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь(кошечка) и с мешочком на спине.	
Подвижные игры	«Хитрая лиса»	«Охотники и зайцы»	«Пожарные на ученьях»	«Два мороза»	
Игры малой	«Фигуры».	«Тише-едешь, дальше-будешь».	«Найди ипромолчи»	«Подарки»	

подвижности					
Заключительная часть	М\П:«Тише едешь, дальше будешь»		Игровое упражнение: «Догони пару», «Дождь, ветер, буря»		

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ЯНВАРЬ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					**Тема**
Этапы НОД	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	«Зимние забавы»
Задачи: 1н.Повторитьв ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег врассыпную с остановкой по сигналу; упражнять на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры; прыжки на двух ногах через препятствие. **2н.** Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места, в ползании по скамейке, развивать ловкость в упражнениях с мячом. **3н.** Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур, ползание на ладонях и коленях. **4н.** Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках, повторить упражнения на сохранение равновесия и в прыжках.					
Вводная часть	Построение в колонну , перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени с выполнением заданий, челночный бег.				
ОРУ	С палкой	С мячом	С гирями	С султанчиками под музыку	
Основные виды движений	1.Ходьба по наклонной доске(40см). 2. Прыжки в длину с места. 3. Метание в обручи .положения стоя на коленях (правой и левой). 4. Ходьба по гимнастической скамейке с перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую.	1. Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове. 2. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед – ноги на вису. 3. Прыжки через веревочку (две ноги с боку – одна в середине). 4.Ведение мяча на ходу (баскетбольный вариант).	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по узенькой рейке прямо и боком. 3. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета». 4.Перебрасывание мяча снизу друг другу. 5. Кружение парами.	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть. 2.Прыжки в длину с места. 3. Метание мяча в вертикальную цель. 4. Пролезание в обруч правым и левым боком.	
Подвижные игры	«Ловишка с мячом»	«Догони свою пару»	«Ловля обезъян»	«Мы веселые ребята»	
Игры малой подвижности	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами-ежиками	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	«Затейники»	«Две ладошки»музыкальная	

Заключительная часть	Игровое упражнение: «На одной ножке по дорожке»	П\И: «Жмурки», «Волк во рву»	

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ФЕВРАЛЬ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					**Тема**
Этапы НОД	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	«Мы будущие защитники отечества»
Задачи: 1н. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча. **2н.** Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу); упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч. **3н.** Повторить ходьбу с сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, в лазанье на гимнастическую стенку. 4**н.** Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимания, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки.					
Вводная часть	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком(правое-левое плечо вперед) , перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий.				
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С палками парами	С султанчиками под музыку	
Основные виды движений	1. Ходьба по скамейке боком приставным шагом. 2. Прыжки в длину с разбега. 3. Отбивание мяча правой и левой рукой. 4. Ползание « по-пластунски» до обозначенного места.	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через модули. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Лазание по гимнастической стенке с использованием перекрестного движения рук и ног. 4. Прыжки в высоту.	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке. 2. Прыжки через веревку правым боком. 3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо. 4 Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней. 5. Перебрасывание через сетку мяча друг другу.	1. Ходьба по гимн.скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. 3. Прыжки через скамейку. 4. Лазание по гимнастической стенке.	
Подвижные игры	«Ключи»	«Охотники и зайцы»	«Не оставайся на полу»	«Кто быстрее» эстафета с мячом «Хоп»	

Игры малой подвижности	«Самомассаж» лица, шеи, рук	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	«Стоп»	
Заключительная часть	Игровое упражнение: «Акробаты в цирке», «Заморожу»		Игровое упражнение: «Снайперы», «Точный пас»		

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
МАРТ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					**Тема**
Этапы НОД	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	«Праздник наших мам»
Задачи:1н. Упражнять в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом. **2н.** Упражнять в ходьбе в колонне по одному, беге врассыпную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом. **3н.** Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель, в ползании, в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной поверхности. **4н.** Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжках и с мячом.					
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 2 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.				
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С обручем	С султанчиками под музыку	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги и хлопка под ней. 2. Метание в цель из разных исходных положений. 3. Прыжки из обруча в обруч. 4. Подлезаниев обруч разными способами..	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой. 2. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы. 3. Ползание на спине по гимнастической скамейке. 4. Прыжки на одной ноге через шнур.	1. Ходьба по узкой поверхности боком, с хлопками над головой. 2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола. 3. Прыжки через шнур две ноги в середине одна.	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с хлопками за спиной. 2Прыжки со скамейки на мат. 3. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом.	
Подвижные игры	«Горелки»	«Пожарные на учении»	«Бездомный заяц»	«Караси и щука	
Игры малой подвижности	«Мяч ведущему»	«Море волнуется»	«Подойди не слышно»	«Самомассаж» лица, шеи, рук	
Заключительная	Игровое упражнение: «Правильные картинки о правилах		П\И: «Караси и щука», «Горелки»		

часть	здоровья», «Все о своем здоровье»		

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
АПРЕЛЬ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					**Тема**
Этапы НОД	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	«Космонавтом быть хочу, значит в космос полечу».
Задачи:1н. Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнение на равновесие, в прыжках, с мячом. **2н.** Повторить упражнение в ходьбе и беге; упражнять в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу. **3н.** Упражнять в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии. Повторить бег на скорость. **4н.** Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом.					
Вводная часть	Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево.				
ОРУ	Без предметов	С обручем	С кольцом	С мешочками	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой на каждый шаг и за спиной. 2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура. 3. Переброска мячей в шеренгах.	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове. 2. Пролезаниеобруч боком. 3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями. 4. Прыжки через короткую скакалку.	1. Ходьба по скамейке спиной вперед. 2. Прыжки в длину с разбега. 3. Метание вдаль набивного мяча. 4.Прокатывание обручей друг другу.	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками. 3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет. 4. Прыжки через длинную скакалку.	
Подвижные игры	«Догони свою пару»	«Удочка»	«Мышеловка»	«Ловишка с ленточками	
Игры малой подвижности	«Стоп»	«Найди и промолчи»	«Парашют»	«Кто ушел»	
Заключительная часть	Игровое упражнение: «Перебрось-поймай», «Пингвины»		Игровое упражнение: «Бег со скакалкой»		

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
МАЙ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					**Тема**
Этапы НОД	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	«Первомай встречает друзей»
Задачи: 1н. Повторить упражнение в ходьбе и беге; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге; в бросании малого мяча в стенку. **2н.** Упражнять в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом. Упражнять в прыжках в длину с разбега (разбег с 3-4 шагов, энергичное отталкивание и приземление на полусогнутые ноги). **3н.** Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге врассыпную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии. **4н.** Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить упражнения в лазанье на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках					
Вводная часть	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед.				
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С палками	С обручами под музыку	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание набивного мяча. 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней.	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы. 4. Прыжки на одной ноге через скакалку.	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке. 3. Прыжки через бруски. 4. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию.	1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе. 3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед. 4.Лазание по гимнастической стенке.	
Подвижные игры	«Быстрые и меткие»	«Парашют» (с бегом)	«Вышибалы»	«Эстафета парами»	
Игры малой подвижности	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	«Релаксация» «В лесу»	«Тише едешь- дальше будешь»	
Заключительная часть	Игровое упр.: «Детский волейбол», «Ловкие футболисты»		П\И: «Классики», «Ловишки с мячом»,		

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

Месяц	Темы	Группы	Формы работы	Дополнительная информация
Сентябрь	«Совместная работа семьи и ДОУ по воспитанию здорового ребенка»	Все группы	Выступление на родительских собраниях	
Октябрь	« Особенности физического развития детей »	Всегруппы	Индивидуальные консультации	
Ноябрь	«Папа, мама и я - спортивная семья»	Старший дошкольный возраст	Спортивное соревнование между семьями	Совместный проект с родителями
Декабрь	«Воспитание у дошкольников потребности в здоровом образе жизни»	Все группы	Консультация	Наглядный материал
Январь	«Двигательная активность детей в каникулярное время»	Все группы	Анкетирование Консультация	Конкурс рисунка на тему « Любимые зимниеразвлечения!»
Февраль	« Мы будущие защитники!»	Старший дошкольный возраст	Физкультурные праздники, посвященные 23 февраля	Информация в группах
Март	« Мир движений мальчиков и девочек»	Старший дошкольный возраст	Консультация	Совместный проект с родителями Наглядный материал
Апрель	«Какие закаливающие мероприятия приемлемы для вашего ребенка».	Все группы	Индивидуальные консультации	Наглядный материал
Май	« Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья!» Физическая готовность детей к школе	Все группы Под. Гр.	Консультация	Наглядный материал(домашние задания на лето)

Цель работы инструктора по физической культуре с родителями воспитанников — консультативная помощь в физическом воспитании и развитии ребенка в семье.

Часть формируемая участниками образовательных отношений

Месяц	Элементы Фитбол-гимнастики используемые на занятиях	Элементы стретчинга используемые на занятиях	Оснащение
Сентябрь	Прокатывание фитбола по полу, между ориентирами «змейкой», отбивание фитбола двумя руками на месте, передача фитбола друг другу разными способами. **«Успей передать»** Дети стоят по кругу и по команде начинают передавать мяч из рук в руки. По команде «Стоп!» мяч останавливается на каких – либо двух играющих. Остальные дети хором кричат: «Раз, два, три – беги!» один ребенок бежит вправо за кругом играющих, другой влево; считается выигравшим тот, кто быстрее вернется к мячу.	**<u>Упражнение «Деревце».</u>** И.п. Пятки вместе, носки разведены, руки опущены вдоль тела. 1) Поднять прямые руки над головой – вдох. 2) Опустить руки, расслабиться – выдох. **<u>Упражнение «Кошечка».</u>** И.п. Стоя в упоре на ладони и колени. 1) Прогнуться в пояснице, голову поднять вверх и вперед – вдох. 2) Округлить спину, голову опустить вниз – выдох. ***Игра :«Совушка – сова»***	Игрушка «Сова» Подборка «СД» дисков Фитболы, конусы.
Октябрь	Прокат мяча по прямой; прокат мяча мимо модулей не задевая их; отбивание мяча правой и левой рукой в движении. **«Тучи и солнышко»** Ведущий выбирает мяч - «солнышко», а все остальные – мячи – «тучи». Игра средней подвижности, проходит в спокойном темпе. Все дети врассыпную спокойно ходят по залу и катают перед собой мячи. Ведущий говорит следующие слова: «Тучи по небу ходили, красно солнышко ловили». Дети отвечают хором: «А мы солнышко догоним, а мы красное поймаем». «Солнышко» останавливается и говорит: «А я тучек не боюсь! Я от серых увернусь!» После этих слов «солнышко» пытается вместе со своим мячом «укатиться за горизонт», «тучки» должны своими мячами сбить «солнышко» и не дать ему спрятаться.	**<u>Упражнение «Звездочка».</u>** И.п. Ноги на ширине плеч, стопы параллельно, руки опущены вдоль туловища. 1) Вытянуть руки в стороны ладонями вниз – вдох. 2) Руки опустить вниз, расслабиться – выдох. **<u>Упражнение «Дуб».</u>** И.п. Ноги на ширине плеч, стопы параллельно, руки опущены вдоль туловища. 1) Вытянуть руки над головой, ладонями друг к другу, сделать полуприсев, ноги крепко упираются в пол – вдох. 2) Руки опустить, расслабиться – выдох. П\И: «Поезд» с усложнением: Делаем остановки, имитируя на остановках животных..	Фитболы, модули, конусы

Ноябрь	Ходьба с прокатом мяча «змейкой» между ориентирами; бег с прокатом мяча по прямой с изменением направления. **«Ловкая пара»** Каждая пара детей, встав рядом, кладет мяч на плечи, прижав его головами друг к другу. По сигналу бегут до условленного места и обратно, стараясь не уронить мяч. Побеждают те, кто успешно выполнил задание и вернулся первым. Мяч нельзя придерживать руками, только головой: если он потерян, надо вернуться наместо, и оттуда снова продолжить бег.	**<u>Упражнение «Солнышко».</u>** И.п. Ноги на ширине плеч, левая (правая) стопа развернута наружу, руки в стороны. 1) На выдохе – наклоняться в левую (правую) сторону, пока левая (правая) рука не коснется пола, правая (левая) рука вытянута вверх. **<u>Упражнение «Волна».</u>** И.п. Лечь на спину, ноги вместе, руки вдоль туловища. 1) На выдохе – согнуть правую (левую) ногу и прижать ее к туловищу. Вытянутая левая (правая) нога на полу. Нижняя часть спины прижата к полу. Игра: «Море волнуется раз!»	Фитболы, конусы.
Декабрь	Прокатывание мяча по скамейке, отбивание мяча в парах друг другу. ***«Играй, играй, мяч не теряй!»*** Дети располагаются по залу. Каждый выполняет любые действия с мячом по своему выбору: бросает, катает, отбивает, прыгает. После сигнала ведущего все должны быстро поднять мяч вверх и замереть. Тот, кто не успел поднять мяч, выбывает из игры, идет отдыхать на «скамейку штрафников».	**<u>Упражнение «Лебедь».</u>** И.п. Лежа на спине, ноги вместе, руки вдоль туловища. 1) На выдохе – согнуть правую (левую) ногу, прижать ее к туловищу. Вытянутая левая (правая) нога на полу. 2) Выпрямить правую (левую) ногу и потянуть к себе. 3) И.п. **<u>Упражнение «Слоник».</u>** И.п. Ноги на ширине плеч, пальцы ног направлены вперед, ладони согнутых в локтях рук лежат на бедрах, позвоночник вытянут вверх. 1) На выдохе – потянуться вперед вверх, наклон вперед до полного касания руками пола, пятки не отрываются от пола, спина прямая, ладони лежат на полу на ширине плеч. 2) И.п .Игра «Охотники и утки»	Мягкий мяч Фитболы, гимнастическая скамейка.
Январь	Ходьба с отбиванием мяча двумя руками, одной рукой. **«Пингвины на льдине»** Дети – «пингвины» бегают свободно по залу. Мячи «льдины» в произвольном порядке разбросаны по залу. Ведущий ребенок – «охотник» пытается поймать «пингвинов» и запятнать их. Если «пингвин» забрался на «льдину», то есть сидит на мяче, не касаясь при этом пола ногами, ловить его не разрешается.	**<u>Упражнение «Рыбка».</u>** И.п. Лежа на животе, руки вдоль туловища, ладонями вниз. 1) Вытянуть ноги и напрячь мышцы ягодиц - на вдохе. 2) На выдохе – оторвать от пола ноги и плечи, не сгибая колен. Голова и ноги должны находиться на одном уровне. 3) И.п.**<u>Упражнение «Змея».</u>** И.п. Лежа на животе, ладони под грудью, пальцами вперед. 1) На выдохе – подняться на руках, руки в локтях чуть согнуты. 2) И.п.Игра: «Караси и щука»	Маска «Щука» Фитболы

Февраль	Ходьба по кругу между мячей «змейкой»; ходьба вокруг мячей разложенных по кругу; перекаты мяча поточно по кругу; бег по кругу за мячами с изменением направления. **«Космонавты»** Играют две команды. Дети строят две «ракеты». Для этого все мячи располагают в двух равных колонках. Все дети свободно маршируют по залу, проговаривая слова. Ждут нас быстрые ракеты Для прогулок по планете. На какую захотим, На такую полетим. Но в игре один секрет: Опоздавшим места нет. После этих слов дети разбегаются по своим ракетам. Выигрывает та команда, которая дольше всех «пробудет в полете». Дети должны сесть на мячи, взяться за руки и поднять ноги, «сцепившись в невесомости».	**<u>Упражнение «Веточка».</u>** И.п. Узкая стойка, руки вытянуты вперед и сцеплены в «замок», ладонями наружу – вдох. 1) На выдохе – поднять руки над головой. 2) И.п. **<u>Упражнение «Гора».</u>** И.п. Лежа на спине, ноги согнуты, стопы стоят на полу, руки лежат вдоль туловища. 1) Оторвать бедра и таз от пола, поднять таз выше живота – вдох. 2) Выдох – и.п. Игра: «Ловишки с ленточками»	Ленточки Маска «Лисы» Фитболы
Март	Ходьба с фитболами между модулями «Не задень»; прыжки вокруг фитбола; бег в рассыпную между фитболами. **«Эквилибристы»** Участникам предлагается определить: ➢ Кто дольше продержит мяч на голове; ➢ Кто дольше продержится без помощи рук и ног на мяче; ➢ Кто дольше всех сможет удержать мяч на спине.	**<u>Упражнение «Ель большая».</u>** И.п. Стоя, ноги вместе, руки вдоль туловища. 1) Развести носки врозь – вдох. 2) Вытянуть позвоночник вверх, руки развести слегка в стороны вниз. Ладони направлены в пол – выдох. 3) И.п. **<u>Упражнение «Цапля».</u>** И.п. Сомкнутая стойка, руки опущены вдоль туловища. 1) Согнуть правую (левую) ногу, поставить правую (левую) стопу пальцами вниз на внутреннюю поверхность левого (правого) бедра как можно выше. 2) Развести руки в стороны на уровне плеч, потянуться ими в стороны. 3) И.п. Игра: «Найди свой цвет»	Обручи, «цветные крышки» Фитболы, модули

Апрель	Ходьба с высоким подниманием бедра, фитбол в руках, поднятых над головой. Боковой галоп вправо и влево с прокатыванием фитбола. Возвращение в И.П. шагом, мяч прокатываем рядом. **«Путешествие в Москву»** Дети сидят на мячах в кругу, имитирующим аэродром. Ведущий произносит: «Я лечу в Москву, всех с собой возьму». Дети , оставив мячи, становятся за ведущим, который, используя основные движения (бег, ходьбу, поскоки и т.д.), водит детей за собой в различных направлениях и по всевозможным траекториям. По команде «Посадка» дети и ведущий должны как можно быстрее занять свой мяч. Ребенок, который остался без мяча, в последующей игре будет ведущим.	**<u>Упражнение «Волк»</u>** И.п.: сесть в позу прямого угла. Согнуть одну ногу в колене и разместить её так, чтобы подошва ступни касалась внутренней поверхности бедра другой ноги, колено лежит на полу. 1. Поднять руки вверх, потянуться. 2. Наклониться вперёд, достать руками пальцы выпрямленной ноги. Постараться прижать лоб к колену вытянутой ноги, задержаться. 3. И.п. **<u>Упражнение «Зайчик»</u>** И.п.: встать на четвереньки, пальцы ног упираются в пол. 1. Передвигая руки к ногам, выпрямляя колени, постараться встать на пятки, руки от пола не отрывать. 2. Вернуться в и.п. Игра: «Бездомный заяц»	Обручи, маска «волка» Фитболы
Май	Ходьба с прокатом мяча «змейкой» между ориентирами; бег с прокатом мяча по прямой с изменением направления. **«Лиса и тушканчики»** Выбирается один ребенок – «лиса», задача которого – переловить всех других детей – «тушканчиков». Воспитатель объявляет: «День!», и тогда все «тушканчики» прыгают на своих мячах по всему залу, кто куда хочет. Как только звучит команда «Ночь!» - все «тушканчики» замирают, приняв ту позу, в которой их застала команда. «Лиса» может съесть любого, кто шевелится.	**<u>Упражнение «Медведь»</u>** И.п.сесть в позу прямого угла, ноги согнуть в коленях, слегка разведя их. Пятки приблизить к ягодицам. Руки провести под внешнюю сторону согнутых ног, захватить ладонью стопу с внешней стороны. 1. Поднять правой рукой правую ногу, стараясь выпрямить колено, задержаться. 2. Вернуться в и.п. 3–4. Проделать то же движение левой ногой. **<u>Упражнение «Божья коровка».</u>** И.п.: сидя на пятках, выпрямиться, потянуться вверх, сесть на пятки, наклон вперед, носом коснуться колен, руки отвести назад, и.п. Игра: «Мыши в кладовой»	Две стойки, веревка, модули «Альма» Фитболы, Конусы, Маска «Лисы»

3.Организационный раздел. Обязательная часть.
2.5. Расписание образовательной деятельности в физкультурном зале

Распределение образовательной нагрузки на 2019-2020 учебный год.

Инструктор по физической культуре*: Дубовик Светлана Владимировна*

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Физкультурные занятия (2 Ф)				
9.00 Младшая гр. «Колокольчик»	***9.00*** Младшая гр. «Вес.капельки»	***9.00*** Младшая гр. «Колокольчик»	***9.00*** Младшая гр. «Вес.капельки»	***9.00*** Младшая гр. «Солнышко»
9.35 Старшая гр. «Семицветик»	***9.30*** Средняя группа «Васильки»	***9.30*** Средняя группа «Солнышко»	***9.30*** Средняя группа «Васильки»	***9.35*** Старшая лог.гр. «Теремок»
10.20 Подгот. лог.гр. «Колосок»	***10.10*** Старшая.лог. гр. «Теремок»	***10.20*** Подгот. лог.гр. «Звездочки»	***10.10*** Старшая гр. «Семицветик»	***10.20*** Подгот. лог.группа «Веселые гномы»
10.45 Подг.лог. группа «Звездочки»	***10.35*** Подготов. группа «Радуга»	***10.45*** Подгот. лог.гр. «Веселые гномы»	***10.35*** Подг.лог. группа «Колосок»	***10.35*** Подготов. лог.гр. «Радуга»
Физкультурное 3-е занятие (1В)				
16.00 Подгот. группа «Радуга»	***16.00*** Подгот. лог.гр. «Весёлые гномы»	***15.10*** Старшая.лог. группа «Теремок» ***16.00*** Старшая.группа «Семицветик»	***16.00*** Младшая группа «Колокольчик»	***16.00***подг. лог.гр «Колосок» ***16.20***подг. лог..гр. «Звездочки »
Досуг (проводится 1 раз в месяц)				
	1 неделя 16.25 средняя группа «Солнышко»	**1 неделя** 16.25 Младшая группа «Колокольчик»		
	2 неделя 16.25 Ст-подг. лог.гр. «Теремок», «Звездочки»	**2 неделя** 16.25 Младшая группа «Весёлые капельки»		
	3 неделя 16.25 Средняя группа «Васильки»	**3 неделя** 16.25 подг. лог.группы «Колосок»,«Веселые гномы»		
	4 недяля 16.25 Старшая группа «Семицветик»	**4 неделя** 16.25 Подгот. гр. «Радуга»		

3.2. Максимально допустимая образовательная нагрузка (СанПиН 2.4.1.3049-13)

Группы	Продолжительность одного занятия по физическому развитию	Количество образовательных занятий по физическому развитию в неделю
Младшая группа	15 минут	3
Средняя группа	20 минут	3
Старшая группа	25 минут	3
Подготовительная группа	30 минут	3

3.3. Система физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ

№	Название	Методика	Кто проводит	Время проведения
1.	Вариативные режимы дня: адаптационный режим	✓ Пребывание ребенка в группе с родителями (первые 3 дня) ✓ Постепенное привыкание к режиму.	Персонал группы	В течение 1 месяца после поступления в группу (по необходимости)
	Гибкий режим	✓ Регулируется в соответствии с погодными и природными явлениями	Персонал группы	Постоянно
	Щадящий режим	✓ Удлинение дневного сна для ослабленных и перенесших заболевания детей за счет постепенного подъема на 15 минут; ✓ Одевание на прогулку последним, раздевание первыми; ✓ Снижение нагрузки при беге, прыжках на утренней гимнастике, физ. занятиях.	Персонал группы инструктор по физ. культуре	По показаниям
2.	Психологическое сопровождение развития ребенка	✓ Поддержка ребенка в адаптационный период; ✓ Обеспечение педагогами положительной эмоциональной мотивации всех видов детской деятельности	Персонал группы	По показаниям 1 месяц Постоянно
3.	Санитарно-гигиенические условия	✓ Сквозное проветривание (в отсутствии детей, прекратить за 30 минут до прихода детей)	Персонал группы	До прихода детей, вовремя утренней и вечерней прогулки
4.	Оздоровительное и профилактическое сопровождение	✓ Включение упражнений на формирование свода стопы, правильной осанки в утреннюю, бодрящую гимнастику, физкультурные занятия; ✓ Повышение неспецифической резистентности организма: ✓ Витамина - профилактический комплекс ✓ Закаливание естественными физическими факторами;	Инструктор по физической культуре, воспитатели Персонал группы Родители	Постоянно 1 раз в год 1 месяц Постоянно Постоянно Постоянно

		✓ Рациональная одежда; ✓ Соблюдение санитарно-гигиенических условий		
5.	Формирование основ гигиенических знаний и здорового образа жизни	✓ Воспитание общих и индивидуальных гигиенических навыков, интереса и любви к физической активности; ✓ Развитие представлений и навыков здорового образа жизни и поддержания здоровья; ✓ Формирование ОБЖ	Специалисты ДОУ Персонал группы	Постоянно
6.	Физическая культура	✓ Утренняя гимнастика; ✓ Физкультурные занятия; ✓ Бодрящая гимнастика после сна; ✓ Физминутки (во время статических занятий); ✓ Динамическая переменка (между занятиями)	Воспитатели Инструктор по физ. культуре Музыкальный руководитель	Ежедневно 3 раза в неделю Ежедневно Ежедневно 2-3 мин Ежедневно
7.	Элементы закаливания в повседневной жизни	✓ Воздушные ванны в сочетании с бодрящей гимнастикой; ✓ Физические упражнения в легкой спортивной одежде, в помещении спорт зала; ✓ Умывание в течение дня прохладной водой; ✓ Прогулка; ✓ Широкая аэрация помещений.	Персонал группы	Ежедневно после дневного сна 3 раза в неделю Ежедневно
8.	Питание	✓ Сбалансированное питание в соответствии с действующими натуральными нормами	Заведующий, медсестра шеф-повар	Постоянно
9.	Иммунопрофилактика	✓ Вакцинация	Врач, медсестра	По прививочному календарю, плану поликлиники
10.	Взаимодействие с семьей	✓ Информация для родителей о проведении оздоровительной работы в ДОУ; ✓ Консультирование родителей специалистами ГБДОУ	Врач Медсестра Специалисты ГБДОУ	По плану По расписанию

3.4.Организация двигательного режима.

Режим двигательной активности детей
старшая группа компенсирующей направленности

Вид Д.А. / Дни недели	Утренняя гимнастика	Динамическая переменка	Физкультминутка	Подвижные игры и спортивные упражнения на	Индивидуальная работа по развитию движений на вечерней	Занятия по физической культуре	Досуг (музыкальный физкультурный)	Музыкальное занятие	Бодрящая гимнастика	Закаливающие процедуры	Самостоятельная двигательная деятельность (на утренней прогулке, игры в помещении и прочие движения в	Пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по	Итого: (мин за день)
понедельник	10	7-10	3	25	10-12				5	10	1ч20	25	3 ч 25 мин
вторник	10	7-10	3	25	10-12				5	10	1ч20	25	3 ч 25 мин
среда	10	7-10	3	25	10-12				5	10	1ч20	25	3 ч 25 мин
четверг	10	7-10	3	25	10-12				5	10	1ч20		3 ч 25 мин
пятница	10	7-10	3	25	10-12				5	10	1ч20		3 ч 25 мин

Режим двигательной активности детей
подготовительная группа компенсирующей направленности

Вид Д.А. / Дни недели	Утренняя гимнастика	Динамическая переменка	Физкультминутка	Подвижные игры и спортивные упражнения на прогулке	Индивидуальная работа по развитию движений на вечерней прогулке	Занятия по физической культуре	Досуг (музыкальный физкультурный)	Музыкальное занятие	Бодрящая гимнастика	Закаливающие процедуры	Самостоятельная двигательная деятельность (на утренней прогулке, игры в помещении и прочие движения в режиме дня 1 и 2 пол.)	Пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту	Итого: (мин за день)
понедельник	10	7-10	3	25	10-12				5	10	1ч20	30 мин	3 ч 47 мин
вторник	10	7-10	3	25	10-12				5	10	1ч20		3 ч 47 мин
среда	10	7-10	3	25	10-12				5	10	1ч20	30 мин	3 ч 47 мин
четверг	10	7-10	3	25	10-12				5	10	1ч20	30 мин	3 ч 47 мин
пятница	10	7-10	3	25	10-12				5	10	1ч20		3 ч 47 мин

3.5. Структура организации физкультурных занятий

Группы	1 часть – вводная (разные виды ходьбы, бега)	2часть – основная (ОРУ – ОВД – подвижные игры)	часть – заключительная (игра малой подвижности, ходьба)
Старшая гр. 25 мин.	3 мин.	18 мин.	4 мин.
Под.гр. 30 мин.	4 мин.	20 мин.	6 мин.

Перечень основных движений, спортивных игр и упражнений для детей 4-5 лет

1. ***Основные движения:***

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону (направо и налево). Ходьба в колонне по одному, по двое (парами). Ходьба по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук); ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего. Ходьба между линиями (расстояние 10-15 см), по линии, по веревке (диаметр 1,5-3 см), по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны). Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15-20 см, высота 30-35 см). Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20-25 см от пола, через набивной мяч (поочередно через 5-6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями рук. Кружение в обе стороны (руки на поясе).

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом. Бег в колонне (по одному, по двое); бег в разных направлениях: по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Бег с изменением темпа, со сменой ведущего. Непрерывный бег в медленном темпе з течение 1-1,5 минуты. Бег на расстояние 40-60 м со средней скоростью; челночный бег 3 раза по 10 м; бег на 20 м (5,5-6 секунд; к концу года).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 10 м), между предметами, змейкой, по горизонтальной и наклонной доске, скамейке, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; подлезание под веревку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке (перелезание с одного пролета на другой вправо и влево).

Прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперед (расстояние 2-3 м), с поворотом кругом. Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочередно). Прыжки через линию, поочередно через 4-5 линий, расстояние между которыми 40-50 см. Прыжки через 2-3 предмета (поочередно через каждый) высотой 5-10 см. Прыжки с высоты 20-25 см, в длину с места (не менее 70 см). Прыжки с короткой скакалкой.

Катание, бросание, ловля, метание. Прокатывание мячей, обручей друг другу между предметами. Бросание мяча друг другу снизу, из-за головы и ловля его (на расстоянии 1,5 м)**;** перебрасывание мяча двумя руками : из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2 м). Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд), отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд). Метание предметов на дальность (не менее 3,5-6,5 м), в горизонтальную цель (с расстояния 2-2,5 м) правой и левой рукой, в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м) с расстояния 1,5-2 м.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному; в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по два, по три; равнение по ориентирам; повороты направо, налево, кругом; размыкание и смыкание.

2. ***Общеразвивающие упражнения:***

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на поясе, руки перед грудью; размахивать руками вперед-назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях. Закладывать руки за голову, разводить в стороны и опускать. Поднимать руки через стороны вверх, плотно прижимаясь спиной к спинке стула (к стенке); поднимать палку (обруч) вверх, опускать за плечи; сжимать, разжимать кисти рук; вращать кисти рук из исходного положения руки вперед, в стороны.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.Поворачиваться в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны; наклоняться вперед, касаясь пальцами рук носков ног. Наклоняться, выполняя задание: класть и брать предметы из разных исходных положений (ноги вместе, ноги врозь). Наклоняться в стороны, держа руки на поясе. Прокатывать мяч вокруг себя из исходного положения (сидя и стоя на коленях); перекладывать предметы из одной руки в другую под приподнятой ногой (правой и левой); сидя приподнимать обе ноги над полом; поднимать, сгибать, выпрямлять и опускать ноги на пол из исходных положений лежа на спине, сидя. Поворачиваться со спины на живот, держа в вытянутых руках предмет. Приподнимать вытянутые вперед руки, плечи и голову, лежа на животе.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Подниматься на носки; поочередно выставлять ногу вперед на пятку, на носок; выполнять притопы; полуприседания (4-5 раз подряд); приседания, держа руки на поясе, вытянув руки вперед, в стороны. Поочередно поднимать ноги, согнутые в коленях. Ходить по палке или по канату, опираясь носками о пол, пятками о палку (канат). Захватывать и перекладывать предметы с места на место стопами ног.

Статические упражнения. Сохранение равновесия в разных позах: стоя на носках, руки вверх; стоя на одной ноге, руки на поясе (5-7 секунд).

3. ***Спортивные упражнения:***

Катание на санках. Скатываться на санках с горки, тормозить при спуске с нее, подниматься с санками на гору

Скольжение. Скользить самостоятельно по ледяным дорожкам.

4. Подвижные игры:

С бегом. «Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки».

С прыжками. «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается».

С ползанием и лазаньем. «Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котята и щенята».

С бросанием и ловлей. «Подбрось - поймай», **«**Сбей булаву», «Мяч через сетку».

На ориентировку в пространстве, на внимание. «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?», «Прятки».

Народные игры. «У медведя во бору» и др.

Спортивные развлечения. «Спорт—это сила и здоровье», «Веселые ритмы». «Здоровье дарит Айболит»

Перечень основных движений, подвижных игр и упражнений для детей 5-6 лет

1. ***Основные движения:***

Ходьба. Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий воспитателя. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, веревке (диаметр 1,5-3 см), по наклонной доске прямо и боком, на носках. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом) с мешочком песка на голове. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом). Кружение парами, держась за руки.

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедра), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое; змейкой, врассыпную, с препятствиями. Непрерывный бег в течение 1,5-2 минут в медленном темпе, бег в среднем темпе на 80-120 м (2-3 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м. Бег на скорость: 20 м примерно за 5-5,5 секунды (к концу года —30 м за 7,5-8,5 секунды). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком приставным шагом. Кружение парами, держась за руки.

Ползание и лазанье. Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползанием через препятствия; ползание на четвереньках (расстояние 3-4 м), толкая головой мяч; ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезание через несколько предметов подряд**,** пролезание в обруч разными способами, лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа, перелезание с одного пролета на другой, пролезание между рейками.

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте (по 30-40 прыжков 2-3 раза) чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, одна нога вперед — другая назад), продвигаясь вперед (на расстояние 4 м). Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперед, в высоту с места прямо и боком через 5-6 предметов — поочередно пез каждый (высота 15-20 см). Прыжки на мягкое покрытие высотой – 20 см, прыжки с высоты 30 см в обозначенное место, прыжки в длину с места (не менее 80 см), в длину с разбега (примерно 100 см), в высоту с разбега (30-40 см). Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).

Бросание, ловля, метание. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд); одной рукой (правой, левой не менее 4-6 раз); бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли). Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед (на расстояние 5-6 м**),** прокатывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание предметов на дальность (не менее 5-9 м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3-4 м.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, трое; равнение в затылок, в колонне, в шеренге. Размыкание в колонне — на вытянутые руки вперед, в шеренге — на вытянутые руки в стороны. Повороты направо, налево, кругом переступанием, прыжком.

2. ***Общеразвивающие упражнения:***

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову. Поднимать руки со сцепленными в

замок пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх; поднимать руки вверх-назад попеременно, одновременно. Поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и **гибкости позвоночника.** Поднимать руки вверх и опускать вниз, стоя у стены, касаясь ее затылком, плечами, спиной, ягодицами и пятками. Поочередно поднимать согнутые прямые ноги, прижавшись к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. Наклоняться вперед, стоя лицом к гимнастической стенке и взявшись за рейку на уровне пояса; наклоняться вперед, стараясь коснуться ладонями пола; наклоняться, поднимая за спиной сцепленные руки. Поворачиваться, разводя руки в стороны, из положений руки перед грудью, руки за голову. Поочередно отводить ноги в стороны из упора, присев; двигать ногами, скрещивая их из исходного положения лежа на спине. Подтягивать голову и ногу к груди (группироваться).
Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Переступать на месте, не отрывая носки ног от пола. Приседать (с каждым разом все ниже), поднимая руки вперед, вверх, отводя их за спину. Поднимать прямые ноги вперед (махом); выполнять выпад вперед, в сторону (держа руки на поясе, совершая руками движения вперед, в сторону, вверх). Захватывать предметы пальцами ног, приподнимать и опускать их; перекладывать, передвигать их с места на место. Переступать приставным шагом в сторону на пятках, опираясь носками ног о палку (канат).
Статические упражнения. Сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках, приседая на носках; сохранять равновесие после бега и прыжков (приседая на носках, руки в стороны), стоя на одной ноге, руки на поясе.

3. ***Спортивные упражнения:***
Катание на санках. Катать друг друга на санках, кататься с горки по двое. Выполнять повороты при спуске. **Скольжение.** Скользить по ледяным дорожкам с разбега, приседая и вставая во время скольжения.

4. ***Спортивные игры:***
Элементы баскетбола. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от 7 уди, вести мяч правой, левой рукой. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди.
Бадминтон. Отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону. Играть в паре с воспитателем.
Элементы футбола. Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении. Обводить мяч вокруг предметов; закатывать в лунки, ворота; передавать ногой друг другу в парах, отбивать о стенку несколько раз подряд.
Элементы хоккея. Прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывать ее в ворота. Прокатывать шайбу друг другу в парах.
5. ***Подвижные игры:***
С бегом. «Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди»,«Сделай фигуру», «Караси и шука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц».
С прыжками. «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы».
С лазаньем и ползанием. «Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».
С метанием. «Охотники и зайцы», «Брось флажок?», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо».
Эстафеты. «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».
С элементами соревнования. «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?».

Народные игры. «Гори, гори ясно!» и др.
Спортивные развлечения. «Веселые старты», «Подвижные игры», «Зимние состязания», «Детская Олимпиада».

Перечень основных движений, подвижных игр и упражненийдля детей 6-7 лет

1. ***Основные движения:***
Ходьба. Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимназическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, врассыпную. Ходьба в сочетании с другими видами движений. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посредине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку, Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке (диаметр 1,5-3 см) прямо и боком. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).
Бег. Бег обычный, на носках, высоко поднимая колено, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом. Бег в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с различными заданиями, с преодолением препятствий. Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2-3 минут. Бег со средней скоростью на 80-120 м (2—4 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3—5 раз по 10 м. Бег на скорость: 30 м примерно за 6,5-7,5 секунды к концу года.
Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Пролезание в обруч разными способами; подлезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими *способами подряд*(высота 35-50 см). Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезание с пролета на пролет по диагонали.
Прыжки. Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3—4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5-6 м, с зажатым между ног мешочком с песком. Прыжки через 6—8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см). Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега (180-190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25-30 см выше поднятой руки ребенка, с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку по одному, парами, прыжки через большой обруч (как через скакалку). Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности.
Бросание, ловля, метание. Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (неменее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Ведение мяча в разных направлениях. Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6-12 м) левой и правой рукой. Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4-5 м), метание в движущуюся цель.
Групповые упражнения с переходами. Построение (самостоятельно в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по

двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2—3). Расчет на «первый - второй» и перестроение из одной шеренги в две; равнение в колонне, круге; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом.

2. ***Общеразвивающие упражнения:***

Упражнения для кистей рук, развития на укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки вверх, вперед, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам.

Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки сжаты в кулаки), вперед и в стороны; отводить локти назад (рывки 2-3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч).

Вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку; вращать кистями рук. Разводить и сводить пальцы; поочередно соединять все пальцы с большим.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и **гибкости позвоночника**. Опускать и поворачивать голову в стороны.

Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх — в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы): наклоняться вперед, подняв руки вверх, держа руки в стороны. В упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживаясь в этом положении; переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней упоре сзади. Садиться из положения лежа на спине (закрепив ноги) и снова ложиться. Прогибаться, лежа на животе. Из положения лежа на спине поднимать обе ноги одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол). Поочередно поднимать ногу, согнутую в колене; стоя, держась за опору, поочередно поднимать прямую ногу.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Выставлять ногу вперед на носок: приседать, держа руки за головой; поочередно пружинисто сгибать ноги (стоя, ноги врозь); приседать из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь.Выполнять выпад вперед, в сторону; касаться носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной); свободно размахивать ногой вперед-назад, держась за опору. Захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу.

Статические упражнения. Сохранять равновесие, стоя на скамейке, кубе на носках, на одной ноге, закрыв глаза, балансируя на большом набивном мяче (вес 3 кг). Общеразвивающие упражнения, стоя на левой или правой ноге и т.п.

3. ***Спортивные упражнения:***

Катание на санках. Поднимать во время спуска заранее положенный предмет (кегля, флажок, снежок и др.). Выполнять разнообразные игровые задания: проехать в воротца, попасть снежком в цель, сделать поворот. Участвовать в играх — эстафетах с санками.

Скольжение. Скользить с разбега по ледяным дорожкам, стоя и присев, на одной ноге, с поворотом. Скользить с невысокой горки.

4. ***Спортивные игры:***

Элементы баскетбола. Передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча). Перебрасывать мячи друг другу двумя руками от груди в движении. Ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т.п.) и с разных сторон. Бросать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча. Вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола. Передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте. Вести мяч

змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота.
Элементы хоккея Вести шайбу клюшкой, не отрывая ее от шайбы. Прокатывать шайбу клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой. Вести шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивать шайбу в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева). Попадать шайбой в ворота, ударять по ней с места и после ведения.
Бадминтон. Правильно держать ракетку. Перебрасывать волан ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку. Свободно передвигаться по площадке во время игры.

5. ***Подвижные игры:***
С бегом. «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун и наседка».
С прыжками. «Лягушки и цапля», «Не попадись», «Волк во рву».
С метанием и ловлей. «Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий?», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом».
С ползанием и **лазаньем.** «Перелет птиц», «Ловля обезьян».
Эстафеты. «Веселые соревнования», «Дорожка препятствий».
С элементами соревнования. «Кто скорее добежит через препятствия к флажку?», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?» .
Народные игры. «Гори, гори ясно», лапта.
Спортивные развлечения. «Летняя Олимпиада», «Ловкие и смелые», «Спорт, спорт, спорт», «Зимние катания», «Игры-соревнования», «Путешествие в Спортландию».

3.5 Методы и приемы обучения

Описание вариативных форм, средств, методов и приемов реализации Программы, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов Физическое развитие		
Методы и приемы	**Средства**	**Формы**
Наглядный: -наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры); -наглядно-слуховые приемы (музыка, песни); - тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя); *Словесный:* - объяснения, пояснения, указания; -подача команд, распоряжений, сигналов; - вопросы к детям; - образный сюжетный рассказ, беседа; - словесная инструкция; *Практический:* -повторение упражнений без изменения и с изменениями,проведение упражнений в игровой форме; - проведение упражнений в соревновательной форме	-Двигательная активность детей; занятия физкультурой; -Эколого - природные факторы (солнце, воздух, вода); психогигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий).	- физкультурные занятия; - закаливающие процедуры; - утренняя гимнастика; - подвижные игры; - корригирующая гимнастика; -физкультминутки - элементы ЛФК; - физкультурные упражнения на прогулке; - спортивные игры, развлечения, праздники и соревнования; - самостоятельная двигательно-игровая деятельность детей

Выделяется 6 основных форм организации двигательной деятельности в режиме учебного дня, каждая из которых отражает свои цели и задачи:

1 — традиционная (обучающий характер, смешанный характер, вариативный характер),

2 — тренировочная (повторение и закрепление определенного материала),

3 — игровая (подвижные игры, игры-эстафеты),

4 — сюжетно-игровая (может включать различные задачи по развитию речи и ознакомлением с окружающим миром, а также по формированию элементарных математических представлений),

5 — с использованием тренажеров (гимнастическая стенка, гимнастическая скамья, диск здоровья и т.п.),

6 — по интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольцеброс, полоса препятствий, скакалки и т.п.).

Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке,

физкультминутках и подвижных играх во время прогулок. Развитию самостоятельности в старшем дошкольном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные дошкольниками на занятиях физической культурой.
Для полной реализации программы улучшается материально-техническая и учебно-спортивная база, проводится спортивные соревнования.

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ направлена на укрепление здоровья детей, коррекцию осанки, развитие двигательных навыков, а также воспитание положительного отношения к своему здоровью и формирование стремления к здоровому образу жизни. По этому направлению разработаны:

- комплексы утренней гимнастики
- комплексы бодрящей гимнастики
- комплексы физкультминуток
- комплексы упражнений по профилактике нарушений осанки, стоп
- комплексы дыхательных упражнений
- гимнастика для глаз и т. п.

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.
Организующие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.
Опорный прыжок: с места через гимнастическую скамейку, держась двумя руками за край скамейки.
Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезание, переползание, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.
Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.
Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание;
Броски: мешочка с песком на дальность разными способами.
Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность правой и левой рукой поочередно.
Подвижные и спортивные игры: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию; с прыжками, бегом, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту; на материале футбола: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; на материале баскетбола: ведение мяча; броски мяча в корзину.
ФИЗКУЛЬТУРНО-ДОСУГОВЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ направлены на формирование у детей выносливости, смекалки, ловкости, умения жить в коллективе, усиление интереса к физическим упражнениям, двигательной активности, приобщают к спорту и здоровому образу жизни.

Физкультурные досуги и праздники проводятся в форме веселых игр, забав, развлечений. Праздники проводятся 2 раза в год, досуги 1 раз в месяц.
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.

3.7. Модель взаимодействия инструктора по ф/к с воспитателями и специалистами в реализации коррекционных мероприятий.

Учителя-логопеды	Формы работы	Воспитатели	Формы работы
1. Изучение уровня речевых, познавательных и индивидуально-личностных особенностей детей; Определение основных направлений и содержания коррекционно-логопедической работы с каждым ребенком. 2. Формирование правильного речевого дыхания, чувства ритма и выразительности речи; работа над просодической стороной речи. Коррекция звукопроизношения. Совершенствование фонематического восприятия анализа и синтеза. 4. Устранение недостатков слоговой структуры слова. 5. Отработка новых лексико-грамматических категорий	Упражнения на развитие артикуляционного аппарата; На развитие мелкой моторики пальцев рук; На автоматизацию и дифференциацию звуков. Упражнение на речевое дыхание, плавность и длительность выдоха. Лексико-грамматические задания и упражнения на развитие связной речи. Дидактические игры, игры с пением, элементы игр-драматизаций.	1. Учет лексической темы при проведении всех занятий в группе в течение недели. 2. Активизация словарного запаса детей по текущей лексической теме в процессе всех режимных моментов. 3. Включение отработанных грамматических конструкций в ситуации естественного общения детей.	Артикуляционная гимнастика (с элементами дыхательной и голосовой). Пальчиковая гимнастика. Заучивание стихотворений, коротких рассказов, скороговорок, потешек; знакомство с художественной литературой; работа над пересказом и рассказыванием. Индивидуальные занятия воспитателя по заданию логопеда.
Медицинский персонал	**Педагог-психолог**	**Инструктор по физической культуре**	**Музыкальный руководитель**
Участвует в выяснении анамнеза ребенка; дает родителям направление на консультацию и лечение у медицинских специалистов; контролирует своевременность	Проводит психологическое обследование: изучение всех сторон психики (познавательная деятельность,	Работает над развитием мелкой и общей моторики, формирует у них правильное дыхание, проводит	Развивает у детей музыкальный и речевой слуха обеспечивает развитие способности принимать ритмическую сторону музыки,

прохождения назначенного лечения или профилактических мероприятий; участвует в составлении индивидуального образовательного маршрута.	речь, эмоционально-волевая сфера, личностное развитие); участвует в составлении индивидуального образовательного маршрута.	коррекционную гимнастику по развитию умения напрягать или расслаблять мышечный аппарат, развивает у дошкольников координацию движений	движений, речи; Формирует правильное фразовое дыхание; развивает силу и тембр голоса.

3.8. Система педагогической диагностики (мониторинга)

Педагогическая диагностика (мониторинг) основных движений физического развития детей	**ходьба**	**бег**	**прыжки**	**метание**	**ползанье, лазанье**
	С изменением направления «змейкой», повороты в колонне, в движении, с перестроением и др.	Скоростной бег (30м), (10м), с препятствиями, с изменением направления (челночный бег) и др.	одпрыгивание, спрыгивание, прыжки с места в длину ,в высоту, со скакалкой.	атание, броски, подбрасывание, метание предметов в горизонтальную и вертикальную цель, отбивание и ловля мяча	На гимнастической скамейке, по гимнастической стенке

Объект педагогической диагностики(мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
Индивидуальные достижения детей в образовательной области «Физическое развитие»	Наблюдения	2 раза в год	2 недели в каждой группе	Сентябрь /Май

Тестирование уровня физической подготовленности:

Определение уровня сформированности быстроты.

Бег на 30м

Цель: оценка развития быстроты - способность выполнять двигательные действия в минимальный срок, которая определяется скоростью реакции на сигнал и частотой многократного повторяющихся действий, скоростью одиночного движения.

Предварительная работа.

На беговой дорожке (ширина – 3 м, длина – 10х4 м) отмечают линии старта и финиша. На расстоянии 3 м вперѐд от финиша устанавливают яркий ориентир, чтобы дети не снижали скорость задолго до финишной линии. Готовят флажок для взмаха, секундомер. 2 попытки с перерывом в 5 минут.

Методика обследования.

Инструктор проводит несколько разогревающих упражнений, подготавливающих мышцы рук, туловища и ног, для детей 4-5 лет - наклоны, приседания;

для детей 6-7 лет - комплекс ОРУ «Рисуем шары»:

1. «Рисуем головой». И.п. - ноги на ширине плеч, руки на поясе. Круговые движения головой в разные стороны (по четыре раза).
2. «Рисуем локтями». И.п. - ноги на ширине плеч, руки к плечам. 1-2 - кру-говые движения локтями вперед; 3-4 -круговые движения локтями назад (по четыре раза).
3. «Рисуем туловищем». И.п. - ноги на ширине плеч, руки на поясе. Круговые движения туловищем сначала влево, потом вправо (по три раза).

4- «Рисуем коленом». И.п. - одна нога, согнутая в колене, поднята и отведена в сторону, руки на поясе. 1-3 - круговое движение коленом левой (правой) ноги; 4 - вернуться ви.п. (по три раза).
5- «Рисуем стопой». И.п. — одна нога согнута в колене и поднята, руки на поясе. Вращательные движения стопой в разные стороны (по восемь раз).
После разминки детям 4-5 лет инструктор предлагает добежать до игрушки,
а детям 6 -7 лет - до яркой стойки как можно быстрее («Представьте, что вы самое быстрое животное»). Затем инструктор с секундомером и протоколом занимает позицию на финише и фиксирует количественные и качественные показатели. Воспитатель вызывает на старт двух детей - двух мальчиков или двух девочек (остальные дети стоят или сидят на гимнастической скамейке). На старте дети принимают удобную им позу. Воспитатель подает команды: «Внимание» (поднимает флажок), «Марш» (опускает его). Во время бега дети подбадривают друг друга, называя по имени. На старт возвращаются шагом и делают вторую попытку.

Количественный показатель:время бега 30 м со старта (в сек.).
Проводят в начале и конце года

Группа	Низкий	Средний	Высокий
2 Младшая	12.7 – 10.2	10.2 – 9.8	9.8 – 8.5
Средняя	10.7 – 9.3	9.2 – 8.8	8.8 – 7.9
Старшая	9.2 – 8.3	8.3 – 7.3	7.7 – 7.3
Подготовительная	8.7 – 7.9	7.2 – 7.3	7.3 – 6.8

Определение уровня сформированности скоростно-силовых качеств

1. *Прыжок в длину с места.*

Цель: Скоростно-силовые возможности мышц ног можно измерить по расстоянию, на которое ребенок прыгнет в длину с места. Это связано с тем, что прыжок требует не только значительных мышечных усилий, но и быстроты движений.

Предварительная работа.

В зале кладут мат и сбоку мелом наносят разметку
(через каждые 10 см на дистанции 2 м).

Методика обследования.

С целью предупреждения травм сначала проводится разминка, которая позволяет разогреть мышцы стоп, голени, бедра.
Детям 4-5 лет предлагают попрыгать, как зайчики (прыжки с продвижением вперед);
дети 6-7 лет выполняют имитационное упражнение «Лыжник». «Надели одну лыжу, другую (стопы поставили параллельно на расстоянии 15 см), взяли в руки одну, вторую палку (руки согнуты в локтях), поехали (ноги полусогнуты, движение согнутых рук вперед, назад), приготовились к прыжку с трамплина (ноги параллельны, полусогнуты, руки отведены назад, туловище наклонено вперед), прыгают (полет, приземление: ноги на ширине плеч, руки впереди).
После разминки инструктор предлагает детям 4-5 лет встать около черты и перепрыгнуть через ручеек (50 см) на другой берег (мат);
детям 6-7 лет (70 см до мата) - встать около черты и допрыгнуть до яркой стойки. Инструктор, стоя рядом с разметкой, фиксирует расстояние от черты до места приземления пятками (количественные показатели), а также качественные показатели. Каждый ребенок делает три попытки, записывается в протокол лучший результат.

Количественный показатель:длина прыжка с места (в см.).
Проводят в начале и конце года

Группа	Низкий	Средний	Высокий
2 Младшая	51.1 – 58	58 – 73.8	73.9 – >
Средняя	66 – 85 и <	90 – 149	125 и >
Старшая	77.7 – 90 и<	90 – 149	150и >

Подготовительная	80 – 124 и <	125 – 154	155и >

2. *Прыжок в высоту с разбега (старшие группы).*

Прямой разбег.

1. а) разбег с ускорением на последних шагах; б) энергичная работа полусогнутых в локтях рук;
2. Толчок: а) выпрямление толчковой ноги с резким выносом вперѐд – вверх маховой; б) наклон туловища вперѐд; в) сильный мах руками вверх;
3. Полѐт: а) подтягивание толчковой ноги к маховой, группировка; б) руки вперѐд – вверх;
4. Приземление: а) одновременное на обе полусогнутые ноги с переходом с носка на всю ступню; б) туловище наклонено вперѐд; в) руки свободно движутсявперѐд; г) сохранение равновесия при приземлении (шаг вперѐд – в сторону).

Количественный показатель:прыжок в высоту с разбега (в см.).
Проводят в начале и конце года

Группа	Низкий	Средний	Высокий
Старшая	40 – 44.9	45 – 50.9	51 - 54
Подготовительная	50 – 54	55 – 60	61 - 69

Метание мешочка с песком на дальность.

Цель: оценка скоростно-силовых возможностей мышц плечевого пояса.

Предварительная работа.

На спортивной площадке мелом (или флажками) размечают дорожку (каждый метр на дистанции 10-20 м). Готовят три мешочка с песком весом 200 г, мел.

Методика обследования.

После разминки инструктор предлагает ребенку
(из и.п.: стоя, одна нога впереди, другая на расстоянии шага, рука с мешочком за головой) произвести три броска каждой рукой. ВНИМАНИЕ! Нельзя отводить локоть в сторону! Осуществляет замер после каждого броска, и лучший результат заносит в протокол. В нем фиксируются количественные и качественные показатели.

Качественные показатели:

Младший возраст	Средний возраст	Старший возраст
1. И.п.: стоя лицом по направлению броска, ноги слегка расставлены, правая рука согнута в локте. 2. Замах: небольшой поворот вправо. 3. Бросок: с силой (для сохранения направления полѐта предмета)	1. И.п.: а); стоя лицом по направлению броска, ноги на ширине плеч; б) правая рука держит предмет на уровне груди; 2. Замах: а) поворот туловища вправо, сгибая правую ногу; б) одновременно правая рука идѐт вниз – назад; в) поворот в направлении броска, правая рука идѐт вверх – вперѐд. 3. Бросок: а) резкое движение руки вдаль – вверх; б) сохранение заданного направления полѐта предмета 4. Заключительная часть: сохранение равновесия.	1. И.п.: а) стоя лицом по направлению броска, ноги на ширине плеч; левая – впереди, правая – на носок; б) правая рука с предметом на уровне груди, локоть вниз. 2. Замах: а) поворот вправо, сгибая правую ногу и перенося на неѐ вес тела, левую – на носок; б) одновременно разгибая правую руку, размашисто отвести еѐ 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 полѐта предмета. 4. Заключительная часть: шаг вперѐд (или

		приставить правую ногу), сохранение равновесия.

Высокий уровень - соответствие всем показателям.**Средний уровень** - соответствие трем показателям.

Низкий уровень - соответствие двум показателям.

Количественный показатель:дальность броска (в см.) **правой рукой.**

Проводят в начале и конце года

Группа	Низкий	Средний	Высокий
2 Младшая	2.4 и <	2.3 – 3.9	4.1 – >
Средняя	3.0 и <	3.1 – 5.6	5.7 и >
Старшая	3.3 и <	3.4 – 7.8	7.9 и >
Подготовительная	3.0 и <	4.1 – 9.9	10.0 и >

Количественный показатель:дальность броска (в см.)**левой рукой.**

Проводят в начале и конце года

Группа	Низкий	Средний	Высокий
2 Младшая	1.8 и <	1.9 – 3.4	3.5 – >
Средняя	3.0 и <	3.1 – 4.3	4.4 и >
Старшая	3.0 и <	3.1 – 5.4	5.5 и >
Подготовительная	3.0 и <	3.1 – 6.7	6.8 и >

Метание теннисного мяча на дальность.

Цель: оценка скоростно-силовых возможностей мышц плечевого пояса.

Бросок делают удобной рукой из-за спины через плечо на дорожке шириной 4 – 5 м, длиной 20 метров с линией деления через каждые 0.5 м. Делают 2 попытки.

Группа	Мальчики		Девочки	
	Средний результат и пределы колебаний	Норма	Средний результат и пределы колебаний	Норма
4 года	4.03 + - 1.0		3.41 + - 0.89	
5 лет	5.91 + - 1.7	5- 9	4.12 + - 0.98	4 - 9
6 лет	9.32 + - 2.7	7 -12	5.63 + - 1.32	6 -10
7 лет	13.2 + - 3.0	11 - 15	7.0 + - 1.5	8 - 11

Определение уровня сформированности гибкости

Наклон туловища вперёд, стоя на гимнастической скамейке.

Предварительная работа.

Цель: оценка развития гибкости как морфофункционального свойства опорно-двигательного аппарата, определяющего степень подвижности его звеньев.

Процедура организации и проведения. Выполнения упражнения: наклон вперёд, стоя на гимнастической скамейке или другом предмете высотой не менее 20-25см. Для измерения глубины наклона линейку или планку прикрепляют таким образом, чтобы нулевая отметка соответствовала уровню плоскости опоры. При выполнении упражнения ноги в коленях сгибаться не должны.

Готовят гимнастическую скамейку, сантиметровую ленту, флажок.

Методика обследования.

С целью повышения подвижности в суставах в качестве разминки используют упражнения, выполняемые из разных исходных положений с большой амплитудой: коснуться пальцами пола при наклоне, коснуться пальцами стоп при наклоне из положения сидя, коснуться пальцами пятки при повороте стоя на коленях, прокатить мяч руками как можно дальше из положения – сидя, ноги в стороны, поднять прямые руки как можно выше из положения лежа на животе.

Затем инструктор предлагает ребенку встать на гимнастическую скамейку так, чтобы сомкнутые носки ног касались ее края, и, не сгибая колени, попытаться взять флажок. Во время выполнения задания

воспитатель поддерживает ребенка за колени, а инструктор измеряет величину наклона от края скамейки до третьего пальца опущенных рук. Ребенок делает две попытки.

Количественный показатель:величина наклона(в см.)
Проводят в начале и конце года

Группа	Мальчики	Девочки
2 Младшая	1 - 4	**3 - 7**
Средняя	**2 - 7**	**4 - 8**
Старшая	**3 - 7**	**4 - 8**
Подготовительная	**5 - 8**	**8 - 12**

Определение уровня сформированностиловкости и координации.

1. Оббегание препятствий.

Предварительная работа. Общая дистанция беговой дорожки – 10 м. На ней расставляют кегли или флажки – 8 штук, расставленных с промежутком 1 м друг от друга. До первого флажка и после последнего – расстояние 1, 5м.

Методика обследования. Инструктор дает задание - пробежать как можно быстрее между кеглями (флажками на подставке), не задев их. По команде ребенок бежит к финишу. Инструктор, находясь на финише, фиксирует количественные показатели. Предусмотрены две попытки.

Количественный показатель:время (в сек.) затраченное на выполнение задания.
Проводят в начале и конце года

Группа	Низкий	Средний	Высокий
2 Младшая	9.5 и >	9.5 – 8.6	8.5 и <
Средняя	8.0 и >	8.0 – 7.3	7.2 и <
Старшая	6.0 и >	5.9 – 5.7	5.6 и <
Подготовительная	5.5 и >	5.4 – 5.1	5.0 и <

Лазанье.

А – разноименный способ; Б – одноименный способ. Шаг может быть приставной, чередующий.

Группа	Выполнение
2 Младшая	По наклонной лестнице. 4 пальца сверху, один – снизу, обучение чередующемуся шагу. Допускается приставной шаг.
Средняя, старшие	По гимнастической стенке вверх – вниз, чередующимся шагом, переход с пролѐта на пролѐт приставным шагом вправо, влево. При слезаниидопускается приставной шаг.

3.9. Создание развивающей предметно-пространственной среды

Образовательная область	Обогащение (пополнение) развивающей предметно-пространственной среды в 2017-2018 учебном году	
	Содержание	**Срок(месяц)**
Физическое развитие	Дополнить зал спортивным инвентарем (арабские мячи)	Сентябрь - октябрь
	Подготовка и изготовление пособий к совместному проекту с родителями «Папа, мама и я – спортивная семья»	Октябрь-ноябрь
	Наглядныйматериал Изготовление атрибутов с «киндер сюрпризами» и резинками.	Декабрь
	Обновить стенды и наглядный материал	Январь
	Пополнение и оформление зала к проведению праздника, посвященному 23 февраля	Февраль
	Изготовление пособий к праздникам и досугам	Март - апрель
	Пополнение наглядного материала Фотовыставкак «Дню Космонавтики»	Апрель
	Изготовление атрибутов к летнему празднику и досугам. Пополнение наглядного материала	Май- Июнь

ТЕХНИЧЕСКИЕСРЕДСТВАОБУЧЕНИЯ

Дляпроведенияфизкультурно-оздоровительнойработы,утреннейгимнастики,физкультурныхзанятий, спортивных развлеченийнеобходимо музыкальноесопровождение.Детскиепесниимелодииобновляетсядлястимулированияфизической,творческой,интеллектуальнойактивностидетей.
Всеэтопозволяет организовыватьработупосохраниению укреплениюздоровьядетей,созданиюположительногопсихологическогоклиматавдетскихколлективах,атакжевсестороннему развитиюкаждогоребенка.

Магнитола	1шт.(вфизкультурномзале)
СД	Имеютсяиобновляются

Физкультурное оборудование и инвентарь

Гимнастическая стенка (шведская)	5 пролетов
Скамейка гимнастическаяжесткая (длиной)	5 шт.
Гимнастический мяч (фитбол)	12 шт.
Палка гимнастическая (длина 76 см)	24шт.
Скакалка детская	27 шт.
Кольцеброс	1 шт.
«Змея» «Альма»	1шт.
Обруч пластиковый детский • большой (диаметр 100 см) • средний (диаметр 60 см)	 5 шт. 25 шт.
Мячи: малые (95мм), средние (23см)	20 шт. 30 шт.
Дуга для подлезания и катания (высота 30,40,50,60,70,80см)	6 шт.
Кегли пластмассовые	16 шт.
Цветные ленточки (длина 40 см)	20 шт.
Бубен	1 шт.
Ребристая дорожка (длина 150 см, ширина 20 см)	1шт.
Гимнастический мат (длина см)	4шт.
«Перекати поле» «Альма»	2шт.
Игровой комплекс « Кузнечик»	1шт.
Игровой комплекс «Дорожное движение»	1шт.
Флажки	30 шт.
Мешочек с песком (250гр.)	15 шт.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования. Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям дошкольников; его количество определяется из расчета активного участия всех детей в процессе занятий. Важнейшее требование — безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы.

Металлические снаряды делаются с закругленными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется педагогом перед занятием.

3.10. Методическое обеспечение образовательной деятельности область «Физическое развитие»

Дляреализации основных целей (сохранениеиукреплениефизическогоипсихическогоздоровьядетей;формированиеценностногоотношениякздоровому образу жизниинтереса кфизическойкультуре)изадач (развитиефизическихкачеств,накоплениеиобогащениедвигательногоопытадетей)применяетсяряд литературы,которая помогаетдостигнутьположительныхрезультатовпофизическойкультуредетьмидошкольногоучреждения.

- Борисова М.М. Малоподвижные игры и упражнения для детей. - МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва, 2015.
- Бочкарева О.И. система работы по формированию здорового образа жизни. Подготовительная группа. – Волгоград: ИТД «Корифей». 2005.
- Глазырина Л.Д. «Физическая культура – дошкольникам» / – М.: Владос, 2004.
- Глазырина Л.Д. «Физическая культура в младшей (средней, старшей, подготовительной) группе детского сада» – М.: Владос, 2005.
- Глазырина Л.Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста. Владос, 2000.
- Галицина Н.С. «Нетрадиционные занятие физкультурой в дошкольном образовательном учреждении» – М.: Скрепторий, 2004.
- Литвинова М.Ф. Подвижные игры и упражнения с детьми. – М., 2005.
- МаханеваМ.Д. Воспитание здорового ребенка: пособие для практических работников детских садов дошкольных учреждений. – М.: АРКТИ, 2000.
- ОсокинаТ.И., Тимофеева Е.А., РуноваМ.А.«Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений». – М.: Мозаика-синтез, 1999.
-Пензулаева Л. И. «Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3–7 лет». МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва, 2015.
- Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Система работы во второй младшей группе. МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва, 2015.
- Пензулаева Л.И. « Физическая культура в детском саду». Система работы в средней группе. МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва, 2015.
- Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду». Система работы в старшей группе. МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва, 2015.
- Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду». Система работы в подготовительной к школе группе. МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва, 2015.
- Примерное комплексно – тематическое планирование к программе «от рождения до школы» Под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. (младшая, средняя, старшая, подготовительная к школе группа), Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва, 2016.
- Рунова М.А. .Бутилова А.Б., «Ознакомление с природой через движение». – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2006.
- РуноваМ. А. «Двигательная активность ребенка в детском саду».
- Степаненкова Э.Я. «Физическое воспитание в детском саду» – М.: Мозаика-синтез, 2006.
- Степаненкова Э.Я. – Сборник подвижных игр для работы с детьми 2-7 лет.– М.: 2012.
- Утробина К.К. «Занимательная физкультура для дошкольников 3-5 лет». М.: Издательство Гном и Д, - 2003.
- Утробина К.К. «Занимательная физкультура для дошкольников 5-7 лет». М.: Издательство Гном и Д, - 2003.
- Филиппова С.О. Пономарев Г.Н. Теория и методика физической культуры дошкольников. М. 2005.
- . Щербак. А.П. «Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении» – М.: Владос, 1999.
- «Физкультурные праздники в детском саду» / В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак. – М.: Просвещение, 2003.
- Рабочаяпрограммаинструкторапофизическойкультуре

Литература используемая для проведения диагностики

1. Ввозная В.И, Коновалова И.Т., Кулик Г.И., Сергиенко Н.Н., Резяпова С.З. – «Организация воспитательной и оздоровительной работы в ДОУ». – М.: ТЦ Сфера, 2006. – 128 с. – приложение к журналу «Управление ДОУ»;
2. Рунова М.А. – «Двигательная активность ребѐнка в детском саду». – М.: Мозаика-Синтез, 2004. – 256 с.
3. Шебеко В.Н., Карманова Л.В. «Физическая культура в средней группе детского сада». – Мн.: Полымя, 1990. – 135 с.
4. Полтавцева Н.В., Гордова Н.А. «Физическая культура в дошкольном детстве». – М.: Просвещение, 2005. – 256 с.
5.Вавилова Е.Н. «Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость». – М.: Просвещение, 1981. – 96 с.
6.Вавилова Е.Н. «Учите бегать, прыгать, лазать, метать». – М.: Просвещение, 1983. – 144 с.
8. Журнал «Дошкольное воспитание» № 10, 1989.
9. Журнал «Дошкольное воспитание» № 1, 2004.10.Педагогический мониторинг» В новом контексте образовательной деятельности изучения индивидуального развития детей». Ю. А. Афонькина. – Волгоград.:Изд. « Учитель».,2015г.

Часть формируемая участниками образовательных отношений

Методическая литература	Пособие, атрибуты
- Игровой стретчинг. Методика работы с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. А.Г. Назарова. - Игротренинг. Методическое пособие для работы с детьми дошкольного возраста. Назарова А.Г. - Сюжетно – ролевые игры. Приложение к методике игрового стретчинга. СПб. А.Г. Назарова. СПб. - Филиппова С.О., Понамарев Г.Н. Теория и методика физического воспитания// СПб., «Детство-пресс», М., ТЦ «Сфера» 2008год., 656 стр. - Филллипова С.О., Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения// СПб: «Детство-пресс», 2007 год, 416 ст. - Холодов И.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. – М., 2000. - Шебеко В.Н., Ермал Н.К. Физическое воспитание дошкольников. – М., 1996. - Шарабарова И.Г. Занимайтесь ритмической гимнастикой. – М., 1986. - Лескова Г.П. Общеразвивающие упражнений в детском саду. – М., 1990. - Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Танцевально-игровая гимнастика для детей. – Санкт-Петербург, 2003. - Потапчук А.А. Овчинникова Т.С. ДВИГАТЕЛЬНЫЙ ИГРОТРЕНИНГ для дошкольников Санкт-Петербург 2002. - Потапчук А.А. Дидур М.Д. Осанка и физическое развитие детей. Санкт-Петербург 2001. - Сайкина Е.Г. Кузьмина С.В. Фитбол – аэробика для детей «ТАНЦЫ ДЕТЕЙ» Санкт-Петербург 2008.	- Магнитола - СД - Фитболы - Скамейки - Маски животных - Мягкий мяч