

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №90 Невского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА

решением Педагогического совета
ГБДОУ детского сада № 90
Невского района Санкт-Петербурга
(протокол от 31.08.2021 № 1)



УТВЕРЖДЕНА

приказом от 31.08.2021 № 141
заведующего ГБДОУ детским садом № 90
Невского района Санкт-Петербурга

Т.С. Азарова

Рабочая программа
Образовательной деятельности
группы старшего возраста общеразвивающей
направленности
инструктора по физической культуре
Максимовой Екатерины Вячеславовны
на 2021-2022 учебный год

к Основной общеобразовательной программе
«ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
Государственного бюджетного дошкольного образовательного
учреждения детского сада №90 Невского района Санкт-Петербурга»

Санкт-Петербург
2021 год

Оглавление		стр
1.	Целевой компонент	
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Принцип построения рабочей программы	4
1.3.	Цели и задачи программы	4
1.4.	Значимые для разработки рабочей программы характеристики.	5
1.5.	Планируемые результаты освоения образовательной программы в соответствии с целевыми ориентирами освоения воспитанниками образовательной программы	7
1.6.	Целевые ориентиры	8
2.	Содержательный раздел	
2.1.	Описание образовательной деятельности детей дошкольного возраста в соответствии с направлениями развития ребенка в области «физическое развитие»	11
2.1.1	Двигательный компонент	11
2.1.2.	Теоретический компонент	18
2.2.	Принципы организации занятий	18
2.2.1.	Структура занятий в группе	18
2.2.2.	Структура проведения занятий на улице	19
2.3.	Формы и принципы организации образовательной области «Физическая культура»	19
2.4.	Методы и приемы обучения	21
2.5.	Комплексно- тематическое планирование	22
2.6.	Формы взаимодействия с родителями	23
2.7	Используемые современные образовательные технологии	25
2.8.	Интеграция области «физическое развитие» с другими образовательными областями	26
3	Организационный отдел	
3.1.	Условия реализации рабочей программы	28
3.2.	Организация предметно- пространственной развивающей среды	28
3.3.	Учебно – методические средства обучения	31
3.4.	Структура реализации образовательной деятельности, совместная деятельность с детьми	31
	Приложения	33

I. ЦЕЛЕВОЙ КОМПОНЕНТ

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа по направлению «Физическое развитие» в старших группах №1,2,3,4 (от 5 лет до 6 лет) государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада №90 Невского района Санкт-Петербурга (далее Рабочая программа) является учебно-методическим документом, характеризующим систему организации образовательной деятельности педагога.

Рабочая программа разработана предусматривает реализацию образовательной программы дошкольного образования в группе с 12 часовым пребыванием воспитанников при пятидневной рабочей неделе.

Основанием для разработки служит – устав ГБДОУ №90, Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155); «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам дошкольного образования» (приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 года №1014 г. Москва); Основная общеобразовательная программа и Программы по воспитанию дошкольного образования Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада №90 Невского района Санкт – Петербурга. Так же в Программе учтены концептуальные положения используемой в ГБДОУ комплексной программы «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, 5-е изд., М, Мозаика-Синтез, 2020, -335с.

Рабочая программа разрабатывается с учетом возможностей образовательного учреждения, педагогических условий, утвержденных в СП 3.1/2.4.3598-20.

Основными участниками реализации программы являются: дети (от 5 до 6 лет), родители (законные представители), педагоги.

Данная рабочая программа является нормативно – управленческим документом образовательного учреждения, характеризующей систему организации физической культуры педагога.

Срок реализации данной программы - 1 год

1.2. Принципы построения рабочей программы.

1. Полноценного проживания ребёнком всех этапов дошкольного детства, обогащение (амплификация) детского развития;

2. Построения образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом дошкольного образования;

3. Содействия и сотрудничества детей и взрослых, признания ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

4. Поддержки инициативы детей в различных видах деятельности;

5. Сотрудничества с семьей;

6. Приобщения детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;

7. Формирования познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;

8. Возрастной адекватности дошкольного образования (соответствия условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);

9. Учета этнокультурной ситуации развития детей.

Подходы к формированию программы:

- системно – деятельностный подход;
- единство подходов к воспитанию детей в условиях дошкольного образовательного учреждения и семьи;
- творческая организация (креативность) образовательного процесса;
- максимальное использование разнообразных видов детской деятельности, их интеграция в целях повышения эффективности образовательного процесса.

1.3. Цель и задачи программы:

Рабочая программа разработана в целях реализации образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ детский сад №90 Невского района Санкт-Петербурга. Образование дошкольников, в первую очередь, направлено на формирование здорового, жизнерадостного, гармонично физически развитого ребенка, имеющего интерес, ценностное отношение к занятиям физической культурой посредством решения следующих специфических оздоровительных, образовательных, воспитательных задач:

- охрана жизни и здоровья детей;
- повышение сопротивляемости организма неблагоприятным условиям внешней среды; формирование физиологических изгибов позвоночника; профилактика плоскостопия; гармоничное развитие всех мышечных групп, включая мелкую моторику рук, как необходимое условие освоения в школе графика письма; совершенствование деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- развитие двигательных способностей /физических качеств (общей выносливости, быстроты, скоростно-силовых и координационных способностей, гибкости);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей: формирование двигательных умений и навыков основной гимнастики (строевые и общеразвивающие, танцевальные упражнения, основные движения), подвижных игр, элементов спортивных упражнений;

- приобретение доступных знаний, связанных с занятиями физическими упражнениями;
- ознакомление с некоторыми видами спорта (теоретическое и практическое через освоение элементов некоторых спортивных игр и спортивных упражнений);
- формирование основ здорового образа жизни, здоровьесберегающего поведения. Наряду с перечисленными задачами в процессе совместной деятельности инструктора по ФК с воспитанниками в разных формах планируется реализовать задачи по другим направлениям развития детей:

Задачи и направления физического развития в соответствии с методикой физического развития		
Оздоровительные задачи:	Воспитательные задачи:	Образовательные задачи:
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Формирование правильной осанки (своевременное окостенение опорно-двигательного аппарата, формирование изгибов позвоночника, развитие свода стопы, укрепление связочно-суставного аппарата); ➤ Развитие гармоничного телосложения; ➤ Развитие мышц лица, туловища, ног, рук, плечевого пояса, кистей, пальцев, шеи, глаз, внутренних органов 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Формирование потребности в ежедневных физических упражнениях; ➤ Воспитание умения рационально использовать физические упражнения в самостоятельной двигательной деятельности; ➤ Приобретение грации, пластичности, выразительности движений; ➤ Воспитание самостоятельности, инициативности, самоорганизации, взаимопомощи. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Формирование двигательных умений и навыков; ➤ Развитие психофизических качеств (быстроты, силы, гибкости, выносливости, глазомера, ловкости); ➤ Развитие двигательных способностей (функции равновесия, координации движений).

1.4. Значимые для разработки рабочей программы характеристики

Возрастные особенности психофизического развития детей старшего дошкольного возраста (от 5 до 6 лет)

К шести годам рост детей достигает в среднем 116 см, масса тела 21,8; окружность грудной клетки 56-57 см. Педагогу необходимо знать средние антропометрические показатели, прежде всего для выявления признаков отставания в физическом развитии. Чаще отстают в физическом развитии дошкольники, перенёсшие в раннем возрасте рахит или дизентерию, а также имеющие близорукость и некоторые хронические заболевания. С отставанием в физическом развитии связано и нарушение речепроизношение. Улучшить физическое состояние ребёнка в этом возрасте с помощью средств физической культуры вполне возможно, используя нетрадиционные методы обучения в

процессе непосредственно образовательной деятельности, но при этом необходимо учитывать следующие особенности развития детей.

1. Скелет ребёнка состоит преимущественно из хрящевой ткани, что обуславливает возможность дальнейшего роста. Однако мягкие и податливые кости под влиянием нагрузок изменяют форму. Избыточная и неравномерная нагрузка, связанная с длительным стоянием, хождением, переносом тяжестей, может отрицательно повлиять на развитие опорного скелета – изменить форму ног, позвоночника, свода стопы, вызвать нарушение осанки.

2. В этом возрасте сила мышц сгибателей больше силы мышц – разгибателей, что определяет особенности позы ребёнка: голова слегка наклонена вперёд, живот выпячен, ноги согнуты в коленных суставах. Вот почему так важны и необходимы упражнения для мышц удерживающих позу, и для мышц разгибателей.

3. Медленно развиваются мелкие мышцы кисти. Только к шести – семи годам ребёнок начинает овладевать более сложными и точными движениями кисти и пальцев. Этому способствуют упражнения с мячами.

4. В регуляции поведения детей шестилетнего возраста большую роль играет кора головного мозга. К шести – семи годам масса головного мозга приближается к массе головного мозга взрослого человека (1200-1300г). Большое значение имеют подвижные игры, эстафеты с элементами соревнований, целенаправленные физические упражнения. Они способствуют улучшению функционального состояния высшей нервной деятельности ребёнка, в основе которой лежит образование условных рефлексов.

5. Развитие дыхательной системы характеризуется увеличением объёма лёгких и совершенствованием функции внешнего дыхания. Положительная динамика функции дыхания в большей мере связана с влиянием физических упражнений.

6. Артериальное давление у детей ниже, чем у взрослых. Физические упражнения оказывают тренирующее воздействие на сердечно – сосудистую систему; под влиянием физических нагрузок начало увеличивается частота пульса, изменяется максимальное и минимальное кровяное давление, улучшается регуляция сердечной деятельности.

7. Пищеварительная система играет важную роль в физическом состоянии ребёнка. Физические нагрузки у большинства детей вызывают временное снижение секреции пищеварительных соков.

8. У дошкольников обмен веществ отличается высокой активностью, чем у взрослых. При активной мышечной деятельности энергозатраты возрастают пропорционально интенсивности физических усилий.

9. У детей шестого года жизни значительно повышается уровень произвольного управления своим поведением. Умение управлять своим поведением оказывает воздействие на внимание, память, мышление.

10. Формируются и интенсивно развиваются волевые качества у детей, а на их основе появляются новые потребности и интересы.

11. У детей продолжают совершенствоваться все стороны речи. Наиболее успешно развивается речь в играх, общении, движении.

В соответствии с приказом Минобрнауки России от 30.08.2013 г. № 1014 (п.13), группы определены в соответствии с направленностью решаемых задачи -общеразвивающей, и отражено в таблице:

С учетом направленности решаемых задач	На основе продолжительности пребывания детей ¹¹	С учетом возрастных особенностей детей	Возрастная категория
Общеразвивающая	Полного дня (12-Часового пребывания)	Старшего дошкольного возраста: (старшая и подготовительная к школе группы)	От 5 до 6 лет

1.5. Планируемые результаты освоения образовательной программы в соответствии с целевыми ориентирами освоения воспитанниками образовательной программы

К концу года дети могут:

Конечным результатом освоения программы является сформированность интегративных качеств ребёнка (физических, интеллектуальных, личностных)

Физические качества: ребёнок физически развитый, овладевший основными культурно – гигиеническими навыками. У ребёнка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.

К концу шестого года дети умеют:

- Ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп;
- Лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа;
- Прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см); в обозначенное место с высоты 30 см; в длину с места (не менее 80 см); с разбега (не менее 100 см); в высоту с разбега (не менее 40 см); через короткую и длинную скакалку;
- Метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5 – 9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3 – 4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м); владеет школой мяча;
- Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие;
- Перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом

- Участвовать в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей;

1.6. Целевые ориентиры

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и произвольность) не позволяет требовать от ребенка дошкольного возраста достижения конкретных образовательных результатов и обуславливает необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

Целевые ориентиры дошкольного образования, представленные в ФГОС ДО, следует рассматривать как социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка. Это ориентир для педагогов и родителей, обозначающий направленность воспитательной деятельности взрослых.

Целевые ориентиры, обозначенные в ФГОС ДО, являются общими для всего образовательного пространства Российской Федерации, однако каждая из примерных программ имеет свои отличительные особенности, свои приоритеты, целевые ориентиры, которые не противоречат ФГОС ДО, но могут углублять и дополнять его требования.

Таким образом, целевые ориентиры программы «От рождения до школы» базируются на ФГОС ДО и целях и задачах, обозначенных в пояснительной записке к программе «От рождения до школы», и в той части, которая совпадает со Стандартами, даются по тексту ФГОС.

В программе «От рождения до школы», так же как и в Стандарте, целевые ориентиры даются для детей раннего возраста (на этапе перехода к дошкольному возрасту) и для старшего дошкольного возраста (на этапе завершения дошкольного образования).

Ребенок овладевает основными культурными средствами, способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности — игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности.

Ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.

Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты. Умеет выражать и отстаивать свою позицию по разным вопросам.

Способен сотрудничать и выполнять как лидерские, так и исполнительские функции в совместной деятельности.

Понимает, что все люди равны вне зависимости от их социального происхождения, этнической принадлежности, религиозных и других верований, их физических и психических особенностей.

Проявляет эмпатию по отношению к другим людям, готовность прийти на помощь тем, кто в этом нуждается.

Проявляет умение слышать других и стремление быть понятым другими.

Ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации; умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам. Умеет распознавать различные ситуации и адекватно их оценивать.

Ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности.

Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и навыки личной гигиены.

Проявляет ответственность за начатое дело.

Ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

Открыт новому, то есть проявляет желание узнавать новое, самостоятельно добывать новые знания; положительно относится к обучению в школе.

Проявляет уважение к жизни (в различных ее формах) и заботу об окружающей среде.

Эмоционально отзывается на красоту окружающего мира, произведения народного и профессионального искусства (музыку, танцы, театральную деятельность, изобразительную деятельность и т. д.).

Проявляет патриотические чувства, ощущает гордость за свою страну, ее достижения, имеет представление о ее географическом разнообразии, многонациональности, важнейших исторических событиях.

Имеет первичные представления о себе, семье, традиционных семейных ценностях, включая традиционные гендерные ориентации, проявляет уважение к своему и противоположному полу.

Соблюдает элементарные общепринятые нормы, имеет первичные ценностные представления о том, «что такое хорошо и что такое плохо», стремится поступать хорошо; проявляет уважение к старшим и заботу о младших.

Имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Описание образовательной деятельности детей дошкольного возраста в соответствии с направлениями развития ребенка области «физическое развитие»

Содержание программы определяется в соответствии с направлениями развития ребенка, соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей, и задач.

Целостность педагогического процесса обеспечивается реализацией Примерной общеобразовательной программы дошкольного воспитания «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, 2020.

Воспитание и обучение осуществляется на русском языке- государственном языке России.

Содержание Программы обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности и охватывает следующие структурные единицы, представляющие определенные направления развития и образования детей (далее - образовательные области): «Физическое развитие»

Физическое развитие включает

Основная часть-Двигательный компонент и теоретические знания

2.1.1. Двигательный компонент

Способствовать закреплению умений самостоятельно выполнять освоенные построения и перестроения.

Продолжать совершенствовать технику основных локомоций ходьбы и бега в разном темпе, при этом обращать внимание детей на особенности положения туловища, головы, движений рук, ног. Использовать разновидности ходьбы с различными положениями рук, их движениями, в сочетании с другими заданиями для укрепления различных мышечных групп.

Использовать ходьбу и бег в изменяющихся условиях (темповых, предметно пространственных, звуковых) для развития: быстроты (в первую очередь, быстроты простой двигательной реакции, способность к быстрому началу движения- резкость, так и способность к сохранению высокого уровня дистанционной скорости, способности быстро переключаться с одних действий на другие); общей выносливости, координационных способностей (способности точно соизмерять и регулировать пространственные, временные и динамические параметры движений, способности поддерживать статическое и динамическое равновесие).

Использовать ходьбу и бег, как самостоятельные упражнения, так и в подвижных играх с правилами.

Закреплять умения детей в освоенных видах ползания, пролезания, подлезания, упражнять в новых движениях, способствуя развитию гибкости, подвижности различных отделов позвоночника, ловкости. Формировать навык лазания по вертикальной гимнастической лестнице одноименным чередующимся шагом, познакомить с лазанием с перекрестной координацией.

Продолжать формировать умения различных манипуляций (прокатывания, броски и ловля, отбивание) с резиновыми мячами диаметра 15-20 см, развивая, в зависимости от задания, мышцы рук и плечевого пояса и туловища, ног, способствуя, в первую очередь, развитию силы, координационных способностей. Упражнять детей в выполнении игровых заданий с малым мячом диаметра до 10 см (броски и ловля, прокатывания), формируя ручную умелость. Формировать навык метания в горизонтальную и вертикальную цель, метание на дальность.

Использовать различные виды прыжков для развития скоростно-силовых и координационных способностей. Формировать интерес к занятиям физическими упражнениями, предлагая детям для выполнения различные виды прыжков на месте и с продвижением и их сочетания. Учить прыжкам через короткую скакалку; способствовать развитию чувства ритма, используя этот вид движения.

Развивать гибкость, быстроту (скорость одиночного движения, способность переключаться с одних действий на другие, темп движений), координационные способности (способности точно соразмерять и регулировать пространственные и динамические параметры движений; способность поддерживать статическое и динамическое равновесие; способность к мышечному расслаблению), мышечную силу, используя общеразвивающие упражнения (ОРУ) с предметами и без них, действуя в парах.

Содействовать развитию музыкальности, чувства ритма, памяти при выполнении комплексов ритмической гимнастики (элементов ритмической гимнастики с включением ходьбы, прыжков, бега, танцевальных и общеразвивающих упражнений) под музыкальное сопровождение инструментального характера и песен, подобранных с учетом комплексно - тематического планирования.

Способствовать укреплению мышц голени и стопы, включая упражнения, направленные на профилактику плоскостопия, доступные для применения в спортивной обуви (вводная часть физкультурных занятий, комплексы ОРУ).

Развивать дыхательную систему детей, включая специальные дыхательные упражнения, направленные на долгий выдох с произнесением звуков или без озвучивания; акцентировать внимание на фазы вдоха и выдоха при выполнении ОРУ.

Целенаправленно укреплять мелкие мышцы пальцев и кисти, развивать их подвижность, выполняя простые движения пальчиковой гимнастики.

Закреплять освоенные движения в подвижных играх, использовать игры для развития физических качеств.

Познакомить с некоторыми видами спорта, использовать имитационные двигательные задания.

В процессе совместной деятельности приучать к точному выполнению упражнения, по показу, по словесному объяснению, демонстрировать физические упражнения сверстникам. Способствовать видению неточного собственного выполнения упражнения у других детей. Развивать потребность самостоятельно придумывать варианты освоенных упражнений и подвижных игр с инвентарем и на оборудовании и без них, организовывать их проведение. Формировать чувство коллективизма при проведении командных подвижных

игр, чувства гордости за свои успехи и успехи товарищей.

В процессе совместной деятельности создавать условия для возможности использования детьми специальной терминологии, связанной с названиями упражнений, их разновидностями, исходными положениями и пр.

Создавать условия для использования освоенных движений в самостоятельной деятельности, демонстрации их родителям на организованных коллективных мероприятиях, в индивидуальном взаимодействии.

Формировать знания о правилах поведения (соблюдения техники безопасности) при занятиях физическими упражнениями, как в коллективных формах, так и индивидуально.

Взаимодействовать с родителями (законными представителями) в целях всестороннего развития детей, уделяя особое внимание физическому развитию, занятиям физическими упражнениями.

Построения, перестроения

Построение в рассыпную; в колонну по одному, в шеренгу (по росту), в круг, в 2 колонны. Перестроение из одной колонны в 2. Повороты на месте налево и направо переступанием.

Ходьба

Виды: обычная, на носках с различным положением рук (на пояс, за спину, к плечам, за голову) и движениями, в том числе кистями; на пятках; на внешней стороне стопы; с высоким подниманием колен; мелким и широким шагом; в полуприседе; приставным шагом вперед, назад, в сторону; спиной вперед.

В разных построениях: шеренгой с одной стороны площадки на другую; в колонне по одному, в том числе со сменой ведущего; парами, держась и не держась за руки; в кругу, держась за руки, находясь лицом и спиной к центру.

В разных направлениях: без передвижения (на месте); в прямом направлении; по кругу; «змейкой» между предметами, «змейкой» с одной стороны площадки (зала) на другую; в рассыпную.

С выполнением заданий: с остановкой; со сменой темпа; со сменой направления; с остановками и выполнением движения (поворотом вокруг себя переступанием; приседанием) и продолжением ходьбы в том же или другом направлении; в чередовании с другими движениями; с хлопками (на каждый шаг; два хлопка- руки на пояс (к плечам, за спину, в стороны), с закрытыми глазами.

Бег

Виды: обычный, на носках, с высоким подниманием колен, с захлестом голени назад, спиной вперед.

В разных построениях: в колонне по одному; парами, в шеренге; в кругу.

В разных направлениях: Без передвижения (на месте), по прямой с одной стороны площадки на другую; в прямом и обратном направлении; «челночный бег»; бег по кругу; «змейкой» между предметами, «змейкой» длинной и короткой по всей площадке (залу); по диагонали; врассыпную.

С выполнением заданий: с изменением темпа; с остановкой; с остановкой и сменой направления движения; в чередовании с ходьбой; со сменой ведущего после остановки; с убеганием от догоняющего; с ловлей убегającego; с ловлей и увертыванием; с преодолением препятствий (из обруча в обруч, расположенных вплотную друг к другу; через поролоновые бруски, находящиеся на одинаковом расстоянии друг от друга; с перепрыгиванием через модуль; с подлезанием под препятствие; пролезанием через обруч,

лежащий на полу разными способами).

Упражнения в равновесии

Ходьба и бег по наклонным доскам. Ходьба по широкой части гимнастической скамейке: с перешагиванием через предметы одной высоты (разной), положенные на одинаковом (разном) расстоянии друг от друга; боком приставным шагом; с поворотами вокруг себя по сигналу; со сменой направления; расходиться на гимнастической скамейке с партнером, идущим навстречу. Ходьба по узкой части гимнастической скамейки. Ходьба из обруча в обруч (Ø 55-60 см), положенных на расстоянии друг от друга (положенных на кубики). Ходьба с закрытыми глазами в чередовании с обычной ходьбой. Ходьба, бег, прыжки вокруг предмета (ов) в одну и другую стороны. Подпрыгивания на одной ноге (правой, левой) на месте. Стойки на одной ноге, другая согнута (выпрямлена) вперед, в сторону, назад. Махи.

Прыжки

Подпрыгивания на 2х ногах на месте с одновременным изменением положения рук; с хлопками; ноги вместе-ноги врозь, одна вперед-другая назад (руки на пояс); на одной ноге (правой, левой); подпрыгивания на 2х ногах с продвижением вперед (до 6 м), со сменой ног, с подскоками с ногу на ногу; подпрыгивания на 2х ногах с продвижением назад (спиной вперед); прыжки на 2х

ногах вокруг предметов в одну и другую стороны; «боковой галоп»; прыжки в глубину (спрыгивание) (с высоты 30 см); прыжок в длину с места; перепрыгивание через предмет высотой (15-20 см), 5-6 предметов, положенных в ряд; перепрыгивание через предмет (до 10 см) боком; прыжки из обруча в обруч (Ø 55-60 см) (5-7) толчком 2х ног; прыжки через короткую скакалку.

Катание, бросание, ловля, метание

Прокатывание мяча (диаметр 8-20 см) одной - двумя руками в парах, в том числе с дополнительными заданиями (после выпрямления хлопнуть в ладоши, повернуться вокруг себя; поменяться местами бегом.

Броски мяча (диаметр 15-20 см) двумя руками: вниз и ловля после отскока, стоя на месте: перед собой; с поворотом туловища вправо-влево (у правой, левой ноги); сочетая броски вниз с ходьбой; Броски мяча (диаметр до 10 см) вниз одной (правой, левой) – ловля двумя руками. Броски мяча вверх (диаметр 15-20 см) с ловлей без отскока от пола, в том числе с ловлей после хлопка, стоя на месте; в сочетании с ходьбой; Подбрасывание мяча (диаметр до 10 см) одной рукой (правой/левой), ловля двумя руками. Перебрасывание мяча (диаметр 15-20 см) в парах способом снизу – вперед, от груди, из-за головы (последнее, в том числе и из И.П.: сед, ноги врозь, скрестно); с отскоком о пол,

с попаданием в горизонтальную цель (обруч).

Отбивание мяча двумя руками и одной (правой, левой), стоя на месте.

Метание: мяча/шарика (диаметр 6-8 см) вдаль (правой, левой рукой); в горизонтальную (обруч, корзина) и вертикальную цель (расстояние до цели 3 м, высота центра 1,5 м).

Ползание, лазанье

Ползание с опорой на голень и кисти (на четвереньках), с опорой на голени и предплечья «змейкой» между предметами, расположенными в ряд на расстоянии друг от друга»; по прямой спиной вперед; по гимнастической скамейке в прямом направлении; по наклонной доске вверх и вниз с опорой на переднюю часть стопы и захват доски с боков.

Пролезание в обруч (Ø 80 см), закрепленный на стойках вертикально (расстояние нижнего обода от пола от 0 до 50 см) прямо и боком; между широкой доской и узкой рейкой гимнастической скамейки прямо и боком.

Подлезание под горизонтально расположенными на стойках на высоте 50-40 см длинной гимнастической палкой, обручем, горизонтально закрепленных на высоте 50-40 см от пола.

Перелезание через гимнастическую скамейку в сочетании с ползанием.

Передвижение по гимнастической скамейке, подтягиваясь обеими руками одновременно.

Лазание по наклонной лестнице вверх, переход приставным шагом с одного пролета лестницы на другой (вправо, влево) на высоте 40- 100 см, спуск с наклонной лестницы.

Лазание по вертикальной лестнице чередующимся одноименным шагом; ознакомление с лазанием с перекрестной координацией.

Общеразвивающие упражнения (ОРУ)

ОРУ выполняются без предметов и с предметами (1 или 2 кубика, кегли мяч Ø 6-20 см), обруч Ø 55-70 см, ленточки, др., гимнастическая палка).

Исходные положения: основная стойка, узкая стойка ноги врозь; сомкнутая стойка, стойка ноги врозь; стойка на коленях; сед на пятках; присед; упор стоя на коленях, сед ноги вместе, ноги врозь, ноги скрестно; лежа на спине, животе.

Положения и движения головы: вверх, вниз, наклоны и повороты.

Положения и движения рук одновременные и однонаправленные назад, вперед, вверх, одновременные в стороны, движения кистями рук: сжимание-разжимание кисти в кулак, повороты ладонями вверх – вниз, навстречу друг другу в положении руки вперед; переводение кисти вверх-вниз в положении рук: вперед, в стороны; руки на пояс, к плечам, согнуты перед грудью, переключать предмет из руки в руку; класть и поднимать предметы; прокатывать мячи вокруг себя из И.П. сед на пятках, перебирая пальцами рук;

вращать обруч, поставленный на пол, движением кисти руки; разнонаправленные и разновременные движения.

Положение и движение туловища: наклоны (вперед, вниз, влево-вправо), повороты (налево-направо) из разных И.П.; приподнимать обе ноги одновременно через фазу сгибания из И.П. сед, ноги вместе, лежа на спине; сед из И.П. лежа на спине, ноги согнуты, стопы опираются о пол; подъем верхней части туловища из И.П. лежа на животе; подъем обеих ног одновременно из И.П. лежа на спине.

Положения и движения ног: подъем на носки и опускание на всю стопу; подъем на пятки и опускание на всю стопу; поочередное отрывание пяток из И.П. стоя, поочередное поднимание на носки; переводение стопы «от себя» - «на себя» из И.п. сидя; выведение ноги вперед, в сторону, назад на носок, подъем и опускание ноги; махи; выведение ноги вперед или вперед-в сторону на пятку, переводение на носок; подъем согнутой в колени ноги, в том числе с передачей предмета под ногой; приставные шаги в сторону, в том числе через используемые в ОРУ предметы; выпады вперед, в сторону; приподнимать обе ноги одновременно через фазу сгибания из И.П. сед, ноги вместе, лежа на спине; полуприсед, полный присед, круглый присед; одновременные и поочередные сгибания и разгибания из И.П. сидя, лежа на спине; одновременное разведение в стороны и сведение из И.П. сидя ноги вместе.

Танцевальные движения: прямой галоп; «боковой галоп»; подскоки с ноги на ногу с продвижением вперед; приставные шаги вправо-влево с хлопками.

Подвижные игры/ игровые задания соревновательного характера

с ходьбой, с бегом, с прыжками, подлезанием и пролезанием, заданиями с мячами, в том числе

С бегом. «Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «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.

Элементы спортивных игр

Баскетбол. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди. Броски мяча в корзину двумя руками от груди.

Футбол. Прокатывание мяча правой, левой ногой в заданном направлении. Обводить мяч вокруг предмета, закатывать в ворота. Передавать мяч ногой друг другу.

Хоккей. Вести шайбу клюшкой в заданном направлении, попадать в ворота.

Пальчиковая гимнастика

Сгибание и разгибание пальцев рук одновременно и поочередно; разведение и сведение пальцев; приподнимание и опускание одновременно и в свободной последовательности; соединение всех пальцев поочередно одной руки с большим, соединение пальцев одной руки с пальцами другой; вращение кистями рук, приподниманиеопускание; движения сложенными вместе кистями.

Дыхательные упражнения

Имитационные упражнения в соответствии с темой комплексно-тематического планирования, заключающиеся в выполнении вдоха и долгого выдоха с произнесением звуков.

Упражнения, направленные на профилактику плоскостопия

Стоя на месте подъемы на носки; на пятки; перекаты с пяток на носки; поочередное поднимание на носки; сведение и разведение носков и пяток; выставление ноги вперед (в сторону, назад) с оттягиванием носка; выставление ноги вперед (в сторону) на пятку; переведение с носка -на пятку (наоборот). Ходьба на носках, пятках, внешней стороне стопы, перекатом с пятки на носок. В исходном положении сидя сгибание и разгибание стоп; сведения - разведения, круговые движения.

2.1.2. Теоретический компонент

Правила поведения в физкультурном зале; соблюдении техники безопасности; название физических упражнений, их разновидностей, исходных положений; направленность воздействия упражнений на организм человека; основные составляющие здорового образа жизни.

Ознакомление с некоторыми видами спорта летними и зимними

2.2. Принципы организации занятий

2.2.1. Структура занятий в группе

Перед началом каждой темы (с целью создания интереса и мотивации) дети знакомятся с видом спорта изучаемой темы.

Вводная часть направлена на улучшение эмоционального состояния, активацию внимания и подготовку детского организма к физическим нагрузкам основной части. Длительность- 3 минуты

Разминка (различные виды ходьбы, бега, прыжков; имитационные движения; упражнения для профилактики плоскостопия и осанки): Длительность-3 минуты

Основная часть (самая большая по объему и значимости) включает в себя тренировку разных групп мышц, совершенствование всех физиологических функций организма детей и состоит из общеразвивающих упражнений и основных видов движений по теме. Итогом основной части занятия является – тематическая подвижная игра высокой активности. Длительность- (общеразвивающие упражнения, основные виды движений, подвижная игра):

17 минут

Заключительная часть выравнивает функциональное состояние организма детей. В ней воспитанники выполняют коррекционные и дыхательные упражнения, направленные на снижение двигательной активности, восстановление дыхания. Длительность - (игра малой подвижности)2 минуты.

2.2.2. Структура проведения занятий на улице.

Занятие проводится на улице в форме оздоровительно-игрового занятия, которое направлено на удовлетворение потребности ребенка в движении, оздоровление в условиях пребывания на свежем воздухе в сочетании с физической нагрузкой, организуемое в игровой форме. Такие занятия проводятся воспитателем, под контролем инструктора по физической культуре в соответствии

с учебным планом. При составлении конспектов оздоровительно-игрового занятия инструктором по физической культуре учитывается сезонность: повышение двигательной активности в весенне-летний период и ее снижение в осенне-зимний период.

Продолжительность занятия по физической культуре на свежем воздухе: 25 минут -

Разминка (различные виды ходьбы, бега, прыжков; имитационные движения; упражнения для профилактики плоскостопия и осанки): 3 минуты.

Основная часть занятия (развитие физических качеств, формирование умений взаимодействовать друг с другом и выполнять правила в подвижной игре): 22, в конце обязательно проводится заминка в виде ходьбы и выполнения дыхательных упражнений.

Физкультура 5-6 лет	Образовательная область	Длительность НОД (мин)	НОД в неделю/ мин/ч	НОД в месяц/мин/ч	НОД в год/мин/ч
	Физическое развитие	25	3/75/1,25ч	12/300/5ч	108/2700/45 ч
	Двигательная, становление ценностей здорового образа жизни	Двигательная деятельность - Формы образовательной деятельности: Подвижные игры, игровые упражнения, физкультурные занятия, спортивные игры, физкультурные праздники			

2.3. Формы и принципы организации образовательной области «Физическая культура»

Занятие **тренировочного типа**, которые направлены на развитие двигательных функциональных возможностей детей. Тренировочные занятия включают многообразие движений и комплекс общеразвивающих упражнений с использованием тренажеров простого и сложного устройства. В занятие данного типа входят упражнения на спортивных комплексах.

Фронтальный способ. Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.

Поточный способ. Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

Индивидуальный способ. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее

подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

Контрольно-проверочные занятия, целью которых является выявление состояния двигательных умений и навыков у детей в основных видах движений.

Принципы организации занятий

Принцип научности предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.

Принцип развивающего обучения от детей требуется приложение усилий для овладения новыми движениями.

Принцип интеграции: процесс оздоровления детей в ГБДОУ осуществляется в тесном единстве с учебно-воспитательным процессом.

Принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений, навыков.

Принцип связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.

Принцип индивидуально-личностной ориентации воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир.

Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечет пути совершенствования умений и навыков, построение двигательного режима.

Принцип доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований физических нагрузок.

Принцип результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

2.4. Методы и приемы обучения

Наглядные:

- наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физкультурного оборудования, зрительные ориентиры);

- тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора);

Словесные:

- объяснения, пояснения, указания;

- подача команд, распоряжений, сигналов;

- вопросы к детям и поиск ответов;

- образный сюжетный рассказ, беседа;

- словесная инструкция.

- слушание музыкальных произведений;

Практические:

- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- выполнение упражнений в игровой форме;
- выполнение упражнений в соревновательной форме;
- самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.

2.5. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников, специфики их образовательных потребностей и интересов

Построение образовательного процесса основывается на адекватных возрасту формах работы с детьми:

образовательные предложения для целой группы (занятия), различные виды игр, в том числе свободная игра, игра-исследование, ролевая, и др. виды игр, подвижные и традиционные народные игры; взаимодействие и общение детей и взрослых и/или детей между собой; проекты различной направленности, прежде всего исследовательские; праздники, социальные акции т.п., а также использование образовательного потенциала режимных моментов.

Все формы вместе и каждая в отдельности могут быть реализованы через сочетание организованных взрослыми и самостоятельно иницилируемых свободно выбираемых детьми видов деятельности.

Выбор форм работы осуществляется педагогом самостоятельно и зависит от контингента воспитанников, оснащенности ГБДОУ, культурных и региональных особенностей, специфики ГБДОУ, эпидемиологической ситуации в регионе.

Если в регионе неблагоприятная эпидемиологическая остановка, существует высокий риск заражения детей инфекционными заболеваниями, в том числе новой коронавирусной инфекцией, любые формы работы с детьми, которые предполагают массовость, например, общесадовские праздники, спортивные соревнования, выездные экскурсии и другие, не проводятся.

2.5 Комплексно-тематическое планирование в старшей группе на учебный год

<i>Месяц</i>	<i>Номер недели</i>	<i>Тема праздника (события)</i>
Сентябрь	<i>1</i>	<i>До свидания, лето, здравствуй, детский сад!</i>
	<i>2</i>	<i>Мой дом, район, город. Безопасность дорожного движения</i>
	<i>3</i>	<i>Я и моя семья. Домашние увлечения (хобби).</i>
	<i>4</i>	<i>Каждый человек по делу узнается. Профессии.</i>
	<i>5</i>	<i>В здоровом теле здоровый дух!</i>
Октябрь	<i>1</i>	<i>В здоровом теле здоровый дух. Витамины в жизни человека</i>
	<i>2,3</i>	<i>Осень мир природы</i>
	<i>4</i>	<i>Мой город. Транспорт.</i>

Ноябрь	1	<i>Мой дом, мой город, моя страна, моя планета. День народного единства</i>
	2	<i>Азбука природолюбия. Картина из мусорной корзины</i>
	3	<i>Мы такие разные... Международный день толерантности – 16 ноября. Всемирный день приветствий- 21.11</i>
	4	<i>День матери. Профессии.</i>
Декабрь	1	<i>Мир природы и человека «Зима» (зима в городе)</i>
	2	<i>Мир природы и человека «Зима» (зима в лесу)</i>
	3	<i>Предметный мир. Новогодний праздник.</i>
	4-5	<i>Новый год!</i>
Январь	1	<i>Зимние забавы.</i>
	2	<i>Неделя конструирования и изобретательности</i>
	3	<i>Зима. Блокада</i>
Февраль	1	<i>Уроки доброты</i>
	2	<i>В мире сказок</i>
	3	<i>Что из чего сделано</i>
	4	<i>День Защитника Отечества</i>
Март	1	<i>Международный женский день</i>
	2	<i>Масленица. Народная культура и традиции</i>
	3	<i>Ранняя весна</i>
	4	<i>Земля – наш общий дом.</i>
	5	<i>Птицы</i>
Апрель	1	<i>Неделя здоровья. Всемирный день здоровья (7.04)</i>
	2	<i>День космонавтики</i>
	3	<i>Книжкина неделя (ко Дню книги)</i>
	4	<i>Пожарная безопасность «Искра мала».</i>
Май	1	<i>День Победы</i>
	2	<i>Весна цветущая</i>
	3	<i>День рождения нашего города</i>
	4	<i>Лето. Экологическая безопасность ю правила проведения в природе.</i>

2.6 Формы взаимодействия с родителями (законными представителями)

<i>Период</i>	<i>Форма взаимодействия</i>	<i>Задачи</i>
<i>Сентябрь</i>	Родительское собрание с использованием дистанционных технологий	Ознакомить родителей с формами и содержанием работы по физическому развитию детей, формах взаимодействия инструктора по физической культуре с семьями воспитанников; выявить интересы и запросы по сотрудничеству
<i>Май</i>	Открытый просмотр физкультурного занятия по теме недели	Ознакомить родителей с физкультурным занятием, как основной формой занятий физическими упражнениями, его структурой, содержанием; продемонстрировать возможности развития разных сторон личности ребенка в процессе двигательной деятельности; предоставить возможность увидеть индивидуальные темпы освоения физических упражнений, умения действовать в коллективе, слышать и понимать педагога.
<i>В течение года</i>	Индивидуальные консультации в помещении физкультурного зала, включающие просмотр фото-, видео материалов двигательной деятельности детей (по расписанию) с использованием дистанционных технологий	Поддерживать интерес родителей к развитию ребенка, формирование умения оценить особенности его физического, социального, познавательного развития, видеть его индивидуальность.
	Наглядно-информационный материал в группе (пополняемый с участием родителей); индивидуальные памятки с	Предоставить информационный материал о разных аспектах физического развития детей младшего дошкольного возраста

	<p>полезной информацией (см.приложение)</p>	
	<p>Организация игровых заданий, сопровождаемых информационным материалом, на тематических встречах родители-дети совместно с воспитателями групп с использованием дистанционных технологий</p>	<p>Создавать условия для взаимодействия родителей и детей в двигательной игровой деятельности, расширению кругозора участников мероприятий</p>
	<p>Создание информационного уголка «Физическое развитие детей» в группе (папка, индивидуальные памятки) с рекомендациями по направлению. Привлечение членов семьи к наполнению уголка материалами.</p>	<p>Оказывать содействие в просвещении родителей по физическому развитию детей, предоставить им возможность делиться своими знаниями, интересными фактами, информировать о интересных событиях, связанных с двигательной деятельностью детей.</p>

2.7. Используемые современные образовательные технологии

Ситуационный подход (технология создания образовательных ситуаций)

Основной единицей образовательного процесса выступает образовательная ситуация, т.е. такая форма совместной деятельности педагога и детей, которая планируется и целенаправленно организуется педагогом с целью решения определенных задач развития, воспитания и обучения. *Образовательная ситуация* протекает в конкретный временной период образовательной деятельности. Особенностью образовательной ситуации является появление образовательного результата (продукта) в ходе специально организованного

взаимодействия педагога и ребенка. Продукты совместной двигательной деятельности инструктора по физической культуре с детьми являются нематериальными. Это новые знания, умения, образ, отношение, переживание.

Здоровьесберегающие технологии

«Выделяют (применительно к дошкольному образованию) классификацию здоровьесберегающих технологий:... физкультурно-оздоровительные, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка – технологии развития физических качеств, закаливания, дыхательной гимнастики и др...» (Хабарова Т.В, Педагогические *технологии в дошкольном образовании* . – Спб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО- ПРЕСС, 2011. - С. 23-24). *Утренняя гимнастика* в группах проводится по технологии «Комплексы утренней гимнастики для детей 5-6 лет» (Е.А. Сочеванова, 2009). *Дыхательная гимнастика (упражнения)* применяется в процессе организации

непосредственно образовательной деятельности в зале (физкультурное занятие) в игровой форме с учетом комплексно-тематического планирования.

«По классификации А.М. Сивцовой (2008) в условиях современного детского сада используются следующие виды здоровьесберегающих технологий (технологий сохранения и стимулирования здоровья): стретчинг, ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика бодрящая» (Дошкольная педагогика: учебник для бакалавров / Н.А. Виноградова, Н.В. Микляева, Ю.В. Микляева; под общ. Ред. Н.В. Микляевой. – М.: Издательство Юрайт, 2012, С. 162).

Подвижные игры включаются в физкультурные занятия, проводятся на открытом воздухе на спортивной площадке (по расписанию), организуются на утренней гимнастике.

Пальчиковая гимнастика в игровой форме с учетом тем комплексно-тематического планирования включается в физкультурные занятия, проводимые в зале. Технология интеграции образовательных областей Включение в физкультурные занятия загадок, стихотворений, музыкальных произведений с

учетом комплексно-тематического планирования, опрос, беседа, акцентирование внимания на цвете, материале, возможностях использования инвентаря, счет, использование карточек (рисунки, фотографии), др. позволяют интегрировано решать задачи образовательных областей.

Технологии личностно-ориентированного взаимодействия педагога с детьми

«Создаваемые педагогом в процессе взаимодействия с детьми ситуации, ориентированные на личностное развитие (ситуации успеха; ситуация, обращенная к личному опыту ребенка; ситуация выбора задания, способа выполнения задания, оборудования, партнера по деятельности)... Создаваемая ситуация выбора – это спроектированная педагогом деятельность...» (Хабарова Т.В, Педагогические технологии в дошкольном образовании . – Спб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2011. - С. 32-

33). Предоставление возможности детям продемонстрировать товарищам свои умения, быть ведущим в игре, выбор партнера для игры в мяч, для выполнения бега «Кто быстрее?», цвета предмета (кубика, мяча), дорожки для бега – элементы технологии в применении к детям данного возраста.

Игровые технологии Непрерывная образовательная деятельность (физкультурные занятия), комплексы утренней гимнастики, формируются как совокупность игровых упражнений и подвижных игр, подобранных в определенной последовательности, характерной для физического развития детей, и с учетом тем комплексно- тематического планирования. *Информационно-коммуникационные технологии (ИКТ включая технологии дистанционного образования)* Используются:

- в процессе педагогических наблюдений за двигательной деятельностью детей в физкультурном зале (видеорегистрация с последующим изучением индивидуального развития детей);
- при индивидуальном консультировании родителей (законных представителей), в том числе на странице в сети Интернет;
- при работе в Интернете по поиску сайтов с мультфильмами, содержанием которых являются виды спорта в целях рекомендации родителям для просмотра и обсуждения с детьми в домашних условиях.

II. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Условия реализации рабочей программы

Программа ориентируется на условия образовательной деятельности, потребностей, возможностей и готовностей, интересов и инициатив воспитанников, и их семей, педагогов и других сотрудников ГБДОУ.

Планирование деятельности опирается на результаты педагогической оценки индивидуального развития детей и направлено в первую очередь на создание психолого-педагогических условий для развития каждого ребенка, в том числе, на формирование развивающей предметно-пространственной среды.

Планирование деятельности ГБДОУ направлено на совершенствование ее деятельности и учитывает результаты как внутренней, так и внешней оценки качества реализации программы ГБДОУ и соответствует примерной программе «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Веракса, 2019

Педагогические наблюдения и сведения о детях на момент начала реализации рабочей программы показали, что не существует необходимости в разработке индивидуальных образовательных маршрутов для кого-либо из воспитанников старших групп №1-4

При возникшей в течение года необходимости маршрут (маршруты) будет разработан. Совместная деятельность инструктора по физической культуре с ребенком, нуждающимся в данной форме взаимодействия, будет осуществляться в рабочее время, в часы, когда специалист не задействован в групповых формах взаимодействия с детьми.

3.2. Организация предметно-пространственной развивающей среды.

Предметно-развивающая среда группы и физкультурного зала.

Развивающая предметно-пространственная среда физкультурного зала содержательно **насыщена** и соответствует разным возрастным возможностям детей ГБДОУ №90. Для безопасности передвижения детей в физкультурном зале организуется максимально свободное пространство. Оборудование и инвентарь располагаются по периметру зала.

На полу создается разметка цветным скотчем, позволяющая формировать у детей навыки в коллективных построениях и перестроениях, развивать ориентировку в пространстве, формировать элементарные математические представления, осуществлять упражнения в основных движениях;

Верхние части физкультурного зала и стены оформляются плоскостными фигурами, изображениями в соответствии с темами с комплексно-тематическим планированием. На стенах зала закрепляются схемы (фото с изображением детей), отражающие технику выполнения упражнений, их элементов.

Для обучения детей основным движениям, развития двигательных способностей (физических качеств), проведения подвижных игр и игровых

упражнений, закрепления элементарных математических представлений (цвет, форма, материал) применяется крупное физкультурное оборудование, мелкий физкультурный инвентарь: гимнастическая стенка, гимнастические скамейки, мягкие модули разной конфигурации, гимнастические маты и коврики, мячи разных размеров, выполненные из разных материалов, кубики, кегли, ленты, обручи, в том числе закрепляющиеся на стойках, ограничители.

Для решения задач познавательного, речевого развития в процессе двигательной деятельности создаются: картотека загадок и стихотворного материала; картотека подвижных игр, а также используются мелкие игровые атрибуты (грибочки, елочки, осенние листочки, снежки, др.), маски, шапочки персонажей подвижных игр.

Для реализации интеграции с образовательной областью «Художественно - эстетическое развитие» создается подборка музыкальных произведений, отражающая темы комплексно-тематического планирования.

С целью познавательного развития детей используются звуковые предметы: бубен, свисток, колокольчик; измерительные – секундомеры, измерительная рулетка.

Для воспроизведения музыкальных произведений применяется стационарный музыкальный центр, для проведения совместной деятельности на открытом воздухе – переносная музыкальная аппаратура на батарейках.

Фото-видеоаппаратура предназначена для педагогических наблюдений. Перед входом в физкультурный зал детского сада оформляется сменная выставка, позволяющая знакомить детей с летними и зимними видами спорта.

На территории детского сада на асфальтовом пространстве создается разметка для организации игровых занятий для освоения детьми разных видов ходьбы, бега, прыжков, действий с мячами, построений.

Пространство физкультурного зала **трансформируется** в зависимости от возрастных особенностей детей и тематики занятий, соответствующей программе, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.

Игры, оборудование физкультурного зала, спортивный инвентарь физкультурного зала **полифункциональны** и пригодны для использования в разных видах детской активности.

Все игры и пособия в физкультурном зале **доступны** всем детям. Всё пространство предметно развивающей среды физкультурного зала **безопасно**, соответствует санитарно-гигиеническим требованиям, правилам пожарной безопасности. Имеются акты о ежегодном прохождении испытаний физкультурного оборудования.

В каждой группе имеются спортивные уголки, которые соответствуют возрасту, гендерным особенностям, особенностям физического, речевого развития.

Развивающая предметно-пространственная среда спортивного уголка содержательно **насыщена** и соответствует возрастным возможностям детей группы, **трансформируется** в зависимости от возрастных особенностей детей и тематики занятий, игры, спортивный инвентарь спортивного уголка **полифункциональны**, и пригодны для использования в разных видах детской активности, развивающая среда спортивного уголка является **вариативной** (так как игровой материал периодически меняется), все игры и пособия в спортивном уголке **доступны** всем детям, всё пространство спортивного уголка **безопасно**.

Комплектация уголков:

Теоретический материал:

- картотека подвижных игр
- картотека малоподвижных игр
- картотека физкультминуток
- картотека утренних гимнастик
- картотека бодрящих гимнастик
- атрибуты для подвижных и малоподвижных игр: эмблемы, маски, оборудование (например – ленточки)

Для профилактики плоскостопия и развития мелкой моторики рук:

- коврики и массажные дорожки с рельефами, «ребрами», резиновыми шипами и т. д.;
- бросовый материал для захвата и переключивания с места на место стопами и пальцами ног.
- нестандартное оборудование, сделанное своими руками;
- мячики – ежики;
- мешочки с разной крупой для рук;

Для игр и упражнений с прыжками: - скакалки; - обручи; - шнуры; бруски.

Для перешагивания, подъема и спуска: - бруски деревянные.

Для игр и упражнений с бросанием, ловлей, метанием:

- кольцоброс;
- мячи резиновые разных размеров;
- корзины для игр с бросанием;
- кегли;

Наличие бубна для проведения утренней гимнастики

3.3 Учебно-методические средства обучения

Образовательная область	Методическая литература	технологии
Физическое развитие	<ol style="list-style-type: none"> 1. Программа дошкольного образования «От рождения до школы» 2. Лайзане С.Я. «Физическая культура для малышей». 3. Вавилова Е.Н. «Учите бегать, прыгать, лазать, метать.» 4. Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия в детском саду» средняя группа.» 5. Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду. Вторая младшая группа» 6. Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду. Подготовительная к школе группа» 7. Железнова Е.Р. «Оздоровительная гимнастика и подвижные игры для старших дошкольников». 8. Хухлаева Д.В. «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста». 9. Ермакова З.И. Шебеко В.Н. «Занятия по физической культуре для детей младшей и средней групп детского сада». 10. Лескова Г.П. Буцинская П.П. Васюкова В.И. «Общеразвивающие упражнения в детском саду». 11. Карманова Л.В. «Занятия по физической культуре в старшей группе детского сада» 12. Фролов В.Г. «Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке» 13. Кенеман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР». 14. Вареник Е.Н. Кудрявцева С. Г. Сергиенко Н.Н. «Занятия по физкультуре с детьми 3-7 лет». 15. Иова Е.П. Иоффе А.Я. Головчинер О. Д. «Утренняя гимнастика под музыку». 16. Воротилкина. И. М. «Физкультурно- оздоровительная работа в ДОУ». 17. Быкава А.И. Осокина Т.И. « Развитие движений у детей в детском саду». 18. Шишкина В.А. «Движение+Движение». 19. Е. Н. Вавилова. «Развитие основных движений у детей». 	Оздоровительная, игровая Оздоровительная, игровая.

При подготовке материалов для родителей воспитанников, для создания презентаций для детей будут использованы другие литературные источники, материалы сети Интернет.

3.4. Структура реализации образовательной деятельности, совместная деятельность с детьми

№ п/п	Направление деятельности	Сроки, периодичность, продолжительность
1	Мониторинг (оценка развития двигательных качеств и формирование умений и навыков)	ноябрь, апрель-май, в течение года
2	Непрерывная образовательная деятельность (физкультурные занятия)	В течение года по расписанию 2 раз в неделю в физкультурном зале до 25 минут в соответствии с СанПиН 2.4.1.3049-13
3	Физкультурный праздник	1 раз в год. 4-я неделя января. Продолжительность до 40 минут
4	Подвижные игры на спортивной площадке на территории детского сада (совместно с воспитателем)	1 раз в неделю на утренней прогулке (по расписанию групп); 20 мину
5	Просмотр детьми презентаций с фото или видео-материалом, связанных с содержанием некоторых подвижных игр.	В течение года (5 минут)

При проведении занятия с детьми учитывая благоприятные погодные условия, соответствующие требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13, занятия могут проводиться на улице.

Виды физкультурных занятий:

- контрольные (учетные занятия);
- смешанного характера (в разных сочетаниях решается несколько дидактических задач).

По содержанию планируются :

- традиционные занятия, включающие основные движения, общеразвивающие упражнения, подвижные игры;
- на основе полосы препятствия;
- на основе ритмической гимнастики,
- на основе подвижных игр.

В процессе физкультурных занятий будут использованы элементы здоровьесберегающих технологий: «пальчиковая гимнастика», «дыхательная гимнастика». Для эмоционального подъема, воспитания чувства ритма, выразительности движений используется музыкальное сопровождение (фонограммы); стихотворный материал. В процессе всех форм взаимодействия с детьми предусмотрено применение элементов технологии личностно-ориентированного взаимодействия педагога с детьми (создание ситуаций, ориентированных на личностное развитие: ситуации успеха; ситуация, обращенная к личному опыту ребенка; ситуация выбора задания, способа выполнения задания, оборудования, партнера по деятельности).

Индивидуальная работа детьми организуется в режиме дня (на утренней прогулке) с детьми, пропустившими физкультурные занятия по болезни, отстающими в освоении физических упражнений, в развитии физических качеств, или, наоборот, проявляющих двигательные успехи, желающие совершенствоваться далее, а также с целью подготовки воспитанников к празднику, тематическим встречам с участием родителей

Мониторинг

<i>№ п/п</i>	<i>Вид движения</i>	<i>Двигательные способности (физическое качество), двигательный навык</i>	<i>Литературные источники с критериями оценивания заданий</i>
<i>1</i>	<i>Непрерывный бег в медленном темпе</i>	<i>Выносливость</i>	<i>Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. – 3-е изд., перераб. – М.: Просвещение, 1986. – С. 158.</i>
<i>2</i>	<i>Челночный бег 5х6 м</i>	<i>Ловкость (быстрота)</i>	<i>Теория и методика физической культуры дошкольников. Учеб. Пособие для студентов академий, университетов, институтов физической культуры и факультетов физической культуры педагогических Вузов / Под ред. С.О. Филипповой, Г.Н. Пономарева. – Спб, ДЕТСТВОПРЕСС М. ТЦ СФЕРА 2008.- С. 565- 572. ,</i>
<i>3</i>	<i>Прыжок в длину с места</i>	<i>Скоростно-силовые способности</i>	
<i>4</i>	<i>Подъем туловища в сед</i>	<i>Силовые способности</i>	
<i>5</i>	<i>Прыжки через короткую скакалку</i>	<i>Умение/навык</i>	
<i>6</i>	<i>Отбивание мяча от пола</i>	<i>Умение/навык</i>	<i>ДЕТСТВОПРЕСС М. ТЦ СФЕРА 2008.- С. 565- 572. ,</i>
<i>7</i>	<i>Ходьба обычная</i>	<i>Навык</i>	<i>Мониторинг в детском саду.</i>
<i>8</i>	<i>Бег в быстром темпе; Бег в медленном темпе</i>	<i>Навык</i>	<i>Научнометодическое пособие. – Спб.: ИЗДАТЕЛЬСТВО ДЕТСТВО_ПРЕСС, 2011. – С. 54-55</i>

Перспективный план №1. Годовой план-график НОД по физической культуре в старшей группе

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

Основные виды движений	сентябрь			октябрь			ноябрь			декабрь			январь			февраль			март			апрель			май			
Ходьба																												
в полуприседе		*									*									*						*		
с перекатом с пятки на носок	*							*						*						*						*		
с задержкой на носке («петушиный шаг»)				*														*										
с заданиями (с хлопками, различными положениям и рук					*										*													
с закрытыми													*								*							

<i>в быстром темпе 10м (3-4 раза)</i>		*				*				*				*			*			*			*					
<i>в быстром темпе 20-30м (2-3 раза)</i>						*					*																	
<i>челночный бег 3x10 в медленном темпе (1,5-2 мин)</i>	*																									*		
Равновесие																												
<i>ходьба по наклонной доске (выс. 35-40см, шир. 20см)</i>	П	3																										
<i>ходьба по гимнастической скамейке с закрытыми глазами</i>					О	П	3																					
<i>ходьба с поворотом</i>																										О	П	3
<i>ходьба с различными движениями рук, остановками</i>																										О	П	3

Бросание, ловля, метание																												
<i>прокатывание мяча одной рукой и двумя из разных исх. положений между предметами (шириной 40-30 см), длина 3-4м)</i>	<i>О</i>	<i>П</i>	<i>3</i>																									
<i>бросание мяча вверх и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4-6 раз подряд</i>																				<i>О</i>	<i>П</i>	<i>3</i>						
<i>бросание мяча о землю и ловля одной рукой 4-6 раз подряд</i>																												
<i>отбивание мяча не менее 10 раз подряд на</i>																												

<i>Спортивные досуги</i>	*	*	*	*	*	*	*	*	*
<i>Спортивные праздники</i>				*				*	
<i>День здоровья</i>				*	*				

Перспективный план № 2. Система образовательной работы с детьми инструктора по физической культуре

Группы	1 блок ОРГАНИЗАЦИОННОЕ ОБУЧЕНИЕ	2 блок ФОРМЫ СОВМЕСТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГОВ И СПЕЦИАЛИСТОВ С ДЕТЬМИ						
	Учебная нагрузка (виды и количество занятий в неделю) Физкультура	Утренняя гимнастика	Динамическая пауза	Игровая деятельность	Вечера развлечений	Праздники	Студии, секции, кружки	Другие формы работы
Старшая группа (5-6)	- Физкультурные занятия в зале 2 раза в неделю по 25 минут; - Физкультурное занятие на улице 1 раз в неделю с обучением минут. спортивным играм и упражнениям по 25 минут. ИТОГО: 3 занятия в неделю	Ежедневно 8 - 10 мин	Ежедневно , между и во время НОД	- сюжетно-ролевые; - строительные; - хороводные; - подвижные; - дидактические; - театрализованные; - динамические, - спортивные	Физкультурные досуги 1 раз в месяц 25 - 30 минут	2 раза в год, длительность до 60 мин	ДО»Тропинка здоровья»	Закаливающие мероприятия; - обучение приемам самомассажа и точечного навыков массажа; - привитие здорового образа жизни.

Перспективный план № 3. Развитие детей старшей группы (от 5 до 6 лет) в игровой деятельности

Месяц	Подвижные	Игровые упражнения	Народные	Коррекционные	Дидактические
Сентябрь	«Пожарные на учении» «Не оставайся на полу» «Удочка»	«Мяч о стену», «Поймай мяч» «Не задень» «Мяч водящему» «По мостику»			
Октябрь	«Мышеловка» «Ловишки с ленточками» «Затейники»	«Подбрось- поймай» «Перепрыгни- не задень» «У кого мяч»			
Ноябрь	«Ловишки парами» «Ловишки- перебежки»	«Кто быстрее?» Ведение мяча правой и левой рукой на месте.	«Гуси-лебеди»	«Пробеги тихо»	«Угадай по голосу» «Найди и промолчи» «Летает- не летает»»
Декабрь	«Не оставайся на полу» «Охотники и зайцы» «Хитрая лиса» «Смелые воробушки» «Мы веселые ребята»	«Кто скорее до флажка» «У кого мяч» «Кто дальше бросит?» «Не задень» «Метко в цель» «Кто быстрее до снеговика» «Пройдем по мостику» «Забей шайбу»	«Мороз- Красный нос»	«Сделай фигуру» «По дорожке»	«Летает- не летает» » «Найди предмет»
Январь	«Медведи и пчелы» «Совушка» «Не оставайся на полу»	«Сбей кеглю» «Кто быстрее?» «Пробеги - не задень»	«Мороз- Красный нос»	«Найдем зайца»	«Найди и промолчи» «Летает- не летает»

	«Хитрая лиса» «Ловишки парами»	«Кто дальше бросит» «По местам» Катание на санках друг друга, со склона.			
Февраль	«Охотники и зайцы» «Не оставайся на полу» «Мышеловка» «Ловишки – перебежки» «Ловишки парами»	«Точный пас» «По дорожке» «Кто дальше?» «Кто быстрее?» «Точно в круг» «Не попадись» «Гонка санок» Катание на санках друг друга, со склона.	«Гуси- лебеди» «Мороз- Красный нос»	«По мостику»	«Найди и промолчи» «Найдем следы зайца»
Март	«Пожарные на учении» «Мяч водящему» «Медведи и пчелы» «Ловишки» «Не оставайся на полу» «Удочка» «Карусель»	«Проведи – не задень» «Поймай мяч» «Кто быстрее» «Прокати и сбей» «Передача мяча в шеренгах» «Пас точно на клюшку»	«Горелки» «Гори, гори ясно!»	«Канатаходец»	«Угадай по голосу» «Летает - не летает»
Апрель	«Медведь и пчелы» «Ловишки – перебежки» «Удочка» «Карусель» «Мяч в кругу»	«Передача мяча в колонне» «Пройди – не задень» «Догони обруч» «Кто быстрее до флажка» «Сбей кеглю» «Пробеги – не задень» «С кочки на кочку»	«Горелки» «Гори, гори ясно!»	«Сделай фигуру» «Стой!»	«Угадай по голосу» «Кто ушел?»

		<p>«Перебрось и поймай» «Встречные перебежки»</p>			
Май	<p>«Мышеловка» «Не оставайся на полу» «Пожарные на учении» «Караси и щука» «Совушка», «Пустое место»</p>	<p>«Прокати – не урони», «Кто быстрее?» «Из обруча в обруч», «Мяч водящему» «Проведи мяч», «Пас друг другу» «Отбей волан», «Забрось в кольцо»</p>	«Гуси - лебеди»	«Сделай фигуру»	<p>«Найди и промолчи» «Что изменилось?»</p>
Июнь /авг	<p>«Затейники» «Мы веселые ребята» «Удочка», «Карусель» «Бездомный заяц» «Не оставайся на полу» «Караси и щука»</p>	<p>«Гонка мячей в шеренге» «Быстро передай» «Кто быстрее до флажка?» «Перебрось и поймай» «Пас на ходу» «Отбей волан» «Пас ногой»</p>	«Пятнашки»	«Фигуры»	«Кто кричит?»

Перспективный план № 4. Планирование физкультурных досугов и праздников.

МЕСЯЦ	НАЗВАНИЕ
Сентябрь	«ПДД»
Октябрь	«Быть здоровым хорошо!»
Ноябрь	«Папа, мама, я – спортивная семья!»
Декабрь	«Веселая физкультура»
Январь	«Зимние забавы»
Февраль	«Самые смелые, ловкие, умелые»
Март	«Волшебное превращение»
Апрель	«К нам возвращаются птицы»
Май	«Веселые гости»

Перспективный план № 5. Планирование работы с родителями

Месяц	Формы проведения	Тема	Оформление материала	Ответственный
Сентябрь	Общее групповые собрания	Роль семьи в физическом воспитании ребенка	Подборка информационного материала	Инструктор по физической культуре
Октябрь	Индивидуальные собеседования	Ознакомление родителей с результатами диагностики	Отчет о результатах диагностики на начало учебного года	Инструктор по физической культуре
Ноябрь	Спортивный досуг	«Папа, мама, я - спортивная семья»	Фото-видео отчет	Инструктор по физической культуре
Декабрь	Районные соревнования Практикум	«Мама, Папа, Я» Плоскостопие и его профилактика	Фото-видео отчет Подборка материала	Инструктор по физической культуре
Январь	Оформление информационного стенда	«Спорт – здоровый образ жизни!»»	Подборка материала	Инструктор по физической культуре
Февраль	Спортивное развлечение	«А ну-ка, папы!»	Фото-видео отчет	Инструктор по физической культуре
Март	Практикум для родителей	«О пользе закаливания»	Подборка материала	Инструктор по физической культуре
Апрель	Оформление информационного стенда	«Профилактика нарушения осанки у детей»	Подборка материала, статей	Инструктор по физической культуре
Май	Индивидуальные собеседования	Ознакомление родителей с результатами диагностики	Отчет о результатах диагностики на конец учебного года	Инструктор по физической культуре

Перспективный план № 6. План консультаций для воспитателей

<i>МЕСЯЦ</i>	<i>ТЕМА</i>
Ноябрь	«Общеразвивающие упражнения на занятиях по физической культуре» Основные требования к отбору общеразвивающих упражнений.
Декабрь	Утренняя и бодрящая гимнастика. Особенности проведения.
Январь	Двигательная активность детей в каникулярное время
Февраль	Индивидуальная потребность ребенка в движении. Гиперактивные дети
Март	Двигательные предпочтения мальчиков и девочек.
Апрель	Итоги.
Май	Игры на воздухе. Кружки, секции.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СТАРШЕЙ ГРУППЕ

Задачи на Сентябрь (старшая. гр.)

1. Образовательные:
 - 1.1. Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке
 - 1.2. Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги
 - 1.3. Упражнять в перебрасывании мяча.
 - 1.4. Упражнять в ходьбе с изменением темпа
 - 1.5. Учить пролазить через обруч
 - 1.6. Упражнять в ходьбе и беге в рассыпную и непрерывном беге до 1,5 мин.
2. Развивающие
 - 2.1. Развивать умение быстро реагировать на сигнал воспитателя.
3. Воспитывающие
 - 3.1. Воспитывать интерес к двигательным действиям.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СТАРШЕЙ ГРУППЕ

«Физкультурные занятия в детском саду с детьми средней группы» Л.И. Пензулаева

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
			2-3	17-18	3-4	
СЕНТЯБРЬ						
1 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге врассыпную; учить сохранять устойчивое равновесие, формируя правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли), в прыжках с продвижением вперед; упражнять в перебрасывании мяча.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения: перестроение в колонну по одному, ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе (колени не сгибать); бег в колонне по одному; во сигналу воспитателя ходьба врассыпную,	ОРУ Без предметов	1. Равновесие ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики 2. Прыжки подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед, 3. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах	«У кого мяч?». «Ловишки»	Игра малой подвижности «У кого мяч?».
2 Н Е Д Е Л Я	Повторить ходьбу и бег между предметами; учить ходьбе на носках; обучать энергичному отталкиванию двумя ногами от пола (земли) и взмаху рук в прыжках с доставанием до предмета (в высоту); упражнять в	Ходьба на носках, руки на поясе, бег. Ходьба и бег между предметами, поставленными Перестроение в три	ОРУ с мячом.	1. Прыжки — подпрыгивание на двух ногах 2. Подбрасывание малого мяча (диаметр 6—8 см) вверх двумя руками 3. Бег в среднем темпе (до 1,5 мин).	«Сделай фигуру». «Мы, веселые ребята».	Игра малой подвижности «Найди и промолчи».

	подбрасывании мяча вверх двумя руками; бег до 1,5 мин.	колонны по сигналу воспитателя				
З Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1 мин; упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; разучить подбрасывание мяча вверх; развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру.	Построение в шеренгу, проверка осанки, перестроение в колонну по одному (прыжком). Ходьба с высоким подниманием колен, руки на поясе. Бег в колонне по одному за воспитателем. Переход на обычную ходьбу.	ОРУ Без предметов	1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях 2. Ходьба по канату (веревке) боком приставным шагом, руки на поясе голову и спину держать прямо. 3. Бросание мяча вверх двумя руками и ловля его, бросание мяча вверх и ловля его с хлопком	«Удочка». «Быстро возьми»	Ходьба в колонне по одному.
4 Н Е Д Е Л Я	Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за край обруча; упражнять в сохранении устойчивого равновесия и прыжках с продвижением вперед.	. Ходьба в колонне по одному Ходьба в различном темпе; ходьба в колонне по одному и враспынную ,перестроение в колонну по три	ОРУ С гимнастической палкой	1. Пролезание в обруч боком (не задевая за верхний край) в группировке 2. Перешагивание через бруски (кубики) с мешочком на голове 3. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен,— «Пингвины»	«Мы, веселые ребята».	Ходьба в колонне по одному с выполнением упражнений по сигналу воспитателя (руки в стороны, руки вниз, руки за голову).
5 Н Е Д Е Л Л	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1 мин; упражнять в ползании по гимнастической скамейке	Построение в шеренгу, проверка осанки, перестроение в колонну по одному (прыжком). Ходьба	ОРУ Без предметов	1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях 2. Ходьба по канату (веревке) боком	«Удочка». «Быстро возьми»	Ходьба в колонне по одному.

Я	с опорой на ладони и колени; разучить подбрасывание мяча вверх; развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру.	с высоким подниманием колен, руки на поясе. Бег в колонне по одному за воспитателем. Переход на обычную ходьбу.		приставным шагом, руки на поясе голову и спину держать прямо. 3. Бросание мяча вверх двумя руками и ловля его, бросание мяча вверх и ловля его с хлопком		
----------	---	---	--	---	--	--

Задачи на Октябрь (старшая. гр.)

1. Образовательные:

- 1.1. Учить детей перестроение в две колонны
- 1.2. Учить ходьбе приставным шагом
- 1.3. Учить повороты по сигналу воспитателя
- 1.4. Упражнять в беге с перешагиванием через бруски
- 1.5. Учить детей делать повороты во время ходьбы и бега в колонне по два

2. Развивающие:

- 2.1. Развивать координацию движений и глазомер
- 2.2. Гибкость

3. Воспитывающие:

- 3.1. Воспитывать интерес к выполнению элементов подвижных игр.
- 3.2. Приучать помогать взрослым

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СТАРШЕЙ ГРУППЕ

«Физкультурные занятия в детском саду с детьми средней группы» Л.И. Пензулаева

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
		2-3		17-18	3-4	
Октябрь						
1 Н Е Д Е Л Я	Учить детей перестроению в колонну по два; упражнять в непрерывном беге до 1 мин; учить ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; упражнять в перепрыгивании через шнуры и перебрасывании мяча.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; перестроение в колонну по одному, ходьба; по сигналу воспитателя перестроение в колонну по два. Ходьба в колонне по два, бег врассыпную, ходьба врассыпную, ходьба в колонне по одному, бег в умеренном темпе до 1 мин.	ОРУ Без предметов	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. 2. Прыжки на двух ногах через шнуры, 3. Бросание мяча двумя руками от груди	«Перелет птиц» «Не попадись»	И.М.П «Найди и промолчи» Ходьба в колонне по одному.
2 Н Е Д Е Л Я	Разучить с детьми поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; упражнять в беге с перешагиванием через бруски; закрепить навык	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному;	ОРУ С большим мячом	1. Прыжки (спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги 3. Переползание через препятствия	«Не оставайся на полу». «Ловишки».	И.М.П «У кого мяч?» Ходьба в колонне по одному.

	приземления на полусогнутые ноги при прыгивании; повторить перебрасывание мяча друг другу и переползание через препятствия.	ходьба в колонне по одному;		2. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы		
З Н Е Д Е Л Я	Продолжать отрабатывать навык ходьбы с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; бег врассыпную; развивать координацию движений и глазомер при метании мяча в цель; упражнять в подлезании под дугу с сохранением устойчивого равновесия.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя ходьба в медленном темпе .Бег врассыпную с остановками по сигналу воспитателя	ОРУ С малым мячом	1. Метание мяча в горизонтальную цель 2. Лазанье 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи	«Удочка»	Ходьба в колонне по одному.
4 Н Е Д Е Л Я	Учить детей делать повороты во время ходьбы и бега в колонне по два (парами); повторить пролезание в обруч боком; упражнять в равновесии и прыжках.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Ходьба в колонне по два Бег в колонне по два	ОРУ С обручем	3. Прыжки на двух ногах на мягкое препятствие 2. Ходьба по гимнастической скамейке на носках 1. Пролезание	«Гуси-лебеди» «Ловишки - перебежки»	И.М.П. «Летает не летает» И.М.П. «Затейники»

Задачи на Ноябрь (старшая. гр.)

1. Образовательные:

- 1.1. Продолжать отрабатывать навык ходьбы и бега разными способами
- 1.2. Учить перекладывать малый мяч из одной руки в другую
- 1.3. Упражнять в прыжках и перебрасывании мяча в шеренгах
- 1.4. Учить прыжкам на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед
- 1.5. Упражнять в ползании по скамейке на животе
- 1.6. Повторить ведение мяча между предметами
- 1.7. Упражнять в пролезании через обруч с мячом в руках
- 1.8. Упражнять в подлезании под шнур боком
- 1.9. Повторить упражнения на равновесие

2. Развивающие:

- 2.1. Развивать глазомер, ловкость и координацию движений
- 2.2. Гибкость

3. Воспитывающие:

- 3.1. Воспитывать интерес к занятиям физической культурой
- 3.2. Воспитывать миролюбивое отношение друг к другу

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СТАРШЕЙ ГРУППЕ

«Физкультурные занятия в детском саду с детьми средней группы» Л.И. Пензулаева

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
Ноябрь						
1 Н Е Д Е Л Я	1.Продолжать отрабатывать навык ходьбы с высоким подниманием колен, бег враспынную; разучить переключивание малого мяча из одной руки в другую упражнять в прыжках и перебрасывании мяча в шеренгах. 2.Упражнять в медленном беге до 1,5 мин, в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить игровые упражнения с мячом, в равновесии и прыжках.	Построение в шеренгу, проверка осанки, Ходьба в колонне по одному, бег враспынную, бег между кеглями, бег в медленном темпе до 1,5 мин; ходьба с перешагиванием через бруски (высота 10 см); бег враспынную.	ОРУ с малым мячом	1. Равновесие 2. Прыжки на правой и левой ноге 3. Перебрасывание мяча двумя руками снизу 4. «Мяч о стенку» 5. «Поймай мяч». 6. «Не задень».	«Пожарные на учении». «Мышеловка»..	Игра малой подвижности «Найди и промолчи». Игра малой подвижности «Угадай по голосу».
2 Н Е Д Е	1.Бег между предметами; учить прыжкам на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед; упражнять в ползании по скамейке на животе и	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя изменить направление движения. Бег между кеглями, поставленными в один	ОРУ с обручем	1. Прыжки с продвижением вперед 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе	«Не оставайся на полу» «Ловишки».	Игра малой подвижности «Найди и промолчи».

Л Я	ведении мяча между предметами 2.Повторить бег с перешагиванием через предметы; развивать точность движений и ловкость в игровом упражнении с мячом; упражнять в беге и равновесии.	ряд. Ходьба врассыпную, на сигнал воспитателя: «Стоп» — остановиться и встать на одной ноге, руки на поясе. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.		3. Отбивание мяча о землю «Мяч водящему». «По мостику»		Игра малой подвижности «Затейники»
З Н Е Д Е Л Я	1.Упражнять в пролезании через обруч с мячом в руках, в равновесии. повторить ведение мяча в ходьбе. Упражнять детей в беге с изменением темпа движения, в ходьбе между предметами 2.Упражнять в медленном непрерывном беге, перебрасывании мяча в шеренгах; повторить игровые упражнения с прыжками и бегом	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба по сигналу воспитателя с ускорением и замедлением темпа движения; бег между предметами; ходьба врассыпную Ходьба в колонне по одному, медленный непрерывный бег до 2 мин; ходьба врассыпную.	ОРУ с большим мячом	1. Отбивание мяча одной рукой с продвижением вперед 2. Пролезание в обруч с мячом в руках в группировке 3. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке на носках 1. «Перебрось и поймай». 2.«Перепрыгни - не задень»	Подвижная игра «Удочка» «Ловишки парами».	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий для рук по сигналу воспитателя. Игра малой подвижности «Летает — не летает».
4 Н Е Д Е Л Я	1.Упражнять в подлезании под шнур боком, в сохранении устойчивого равновесия и прыжках. 2.Повторить бег с преодолением препятствий; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом и с бегом.	Ходьба в колонне по одному, врассыпную с выполнением «фигурь»; бег врассыпную. Ходьба и бег повторяются в чередовании. ходьба между предметами, поставленными в один ряд и бег с преодолением препятствий ходьба и бег в чередовании.	ОРУ На гимнастических скамейках	1. Лазанье — подлезание под шнур 2. Прыжки на правой, затем на левой ноге до предмета 3. Равновесие 1.«Кто быстрее». 2.«Мяч о стенку».	«Пожарные на учении» «Ловишки-перебежки».	Игра малой подвижности «У кого мяч?». Ходьба в колонне по одному за самым ловким водящим.

Задачи на Декабрь (старшая. гр.)

1. Образовательные:

- 1.1. Упражнять детей в ходьбе и беге : колонной по одному, между предметами, по кругу, в рассыпную, по наклонной доске.
- 1.2. Закреплять навык прыжков : на двух ногах, с ноги на ногу.
- 1.3. Упражнять в метании: на дальность, в цель.
- 1.4. Упражнять в подбрасывании и ловле мяча
- 1.5. Учить лазанию по гимнастической лестнице
- 1.6. Закреплять навык передвижения на лыжах
- 1.7. Разучить игровые движения с клюшкой и шайбой

2. Развивающие:

- 2.1. Развивать выносливость
- 2.2. Глазомер,
- 2.3. Ловкость и координацию движений
- 2.4. Гибкость

3. Воспитывающие:

- 3.1. Воспитывать интерес к занятиям физической культурой
- 3.2. Воспитывать миролюбивое отношение друг к другу

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СТАРШЕЙ ГРУППЕ

«Физкультурные занятия в детском саду с детьми средней группы» Л.И. Пензулаева

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
			2-3	17-18	3-4	
Декабрь						
1 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в беге колонной по одному с сохранением правильной дистанции друг от друга, в беге между предметами, не задевая их; разучить ходьбу по наклонной доске, сохраняя устойчивое равновесие и правильную осанку; отрабатывать навык прыжка на двух ногах с преодолением препятствий; упражнять в перебрасывании мяча друг другу. Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками; упражнять в метании снежков на дальность.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, Перестроение в колонну по одному, ходьба в колонне по одному, бег между предметами руками из-за головы друг другу Ходьба и бег между снежными постройками за воспитателем в умеренном темпе; ходьба и бег врассыпную.	Общеразвивающие упражнения с палкой	1. Равновесие 2. Прыжки 3. Перебрасывание мяча двумя 1.«Кто дальше бросит». 2.«Не задень».	Подвижная игра «Кто скорее до флажка». Подвижная игра «Мороз-Красный нос».	«Сделай фигуру». Ходьба в колонне по одному между снежными постройками за самым ловким «Морозом».

<p>2 Н Е Д Е Л Я</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону; разучить прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед; упражнять в ползании на четвереньках между кеглями, подбрасывании и ловле мяча. Повторить ходьбу и бег между снежными постройками; упражнять в прыжках на двух ногах до снеговика, бросании снежков в цель</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному</p> <p>Построение в колонну, ходьба и бег за воспитателем между снежными постройками; темп ходьбы и бега задает воспитатель</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с флажками</p>	<p>1. Прыжки 2. Подбрасывание мяча двумя руками вверх и ловля его после хлопка в ладоши 3. Ползание 1.«Метко в цель». 2.«Кто быстрее до снеговика». 3.«Пройдем по мостику».</p>	<p>Подвижная игра «Не оставайся на полу» Подвижная игра «Мороз-Красный нос</p>	<p>Игра малой подвижности «У кого мяч?». Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности «Найди предмет».</p>
<p>3 Н Е Д Е Л Я</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер, упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе и сохранении равновесия. Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; упражнять в прыжках на двух ногах; повторить игровые упражнения с бегом и бросание снежков до цели.</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка осанки и равнение, ходьба в колонне по одному, бег в рассыпную.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения</p>	<p>1. Перебрасывание мяча стоя в шеренгах 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Равновесие 1.«Метко в цель». 2.«Смелые воробышки</p>	<p>Подвижная игра «Охотники и зайцы»</p>	<p>Игра малой подвижности «Летает — не летает». Ходьба между кеглями,</p>

<p>4 Н Е Д Е Л Я</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, в беге врассыпную; учить влезать на гимнастическую стенку; упражнять в равновесии и прыжках. Закреплять навык передвижения на лыжах разучить игровые упражнения с шайбой и клюшкой;</p>	<p>Построение в колонну по одному; ходьба и бег по кругу По сигналу воспитателя поворот в правую и левую сторону. Ходьба и бег врассыпную с остановкой на сигнал воспитателя. Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности на выбор детей.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с обручем</p>	<p>1. Лазанье 2. Равновесие 3. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями 4. Бросание мяча о стену. «Забей шайбу». «По дорожке»</p>	<p>Подвижная игра «Хитрая лиса». Подвижная игра Мы, веселые ребята»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному в умеренном темпе за воспитателем</p>
<p>5 Н Е Д Е Л Я</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер, упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе и сохранении равновесия. Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; упражнять в прыжках на двух ногах; повторить игровые упражнения с бегом и бросание снежков до цели.</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка осанки и равнение, ходьба в колонне по одному, бег врассыпную.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения</p>	<p>1. Перебрасывание мяча стоя в шеренгах 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Равновесие 1. «Метко в цель». 2. «Смелые воробышки»</p>	<p>Подвижная игра «Охотники и зайцы»</p>	<p>Игра малой подвижности «Летает — не летает». Ходьба между кеглями,</p>

Задачи на Январь (старшая. гр.)

1. Образовательные:

- 1.1. Упражнять детей в ходьбе и беге : колонной по одному, между предметами, по кругу, в рассыпную, по наклонной доске.
- 1.2. Закреплять навык прыжков : с ноги на ногу, с места
- 1.3. Упражнять в ползании на четвереньках
- 1.4. Упражнять в забрасывании мяча в кольцо.
- 1.5. Упражнять в подбрасывании и ловле мяча
- 1.6. Продолжать учить детей передвижению на лыжах скользящим шагом;
- 1.7. Закреплять у детей навык скользящего шага в ходьбе на лыжах
- 1.8. Продолжать учить спускаться с небольшого склона

2. Развивающие:

- 2.1. Развивать ловкость
- 2.2. Глазомер,
- 2.3. Гибкость
- 2.4. Выносливость

3. Воспитывающие:

- 3.1. Воспитывать любовь к спорту

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СТАРШЕЙ ГРУППЕ

«Физкультурные занятия в детском саду с детьми средней группы» Л.И. Пензулаева

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
Январь						
1 Н Е Д Е Л Я						
2 Н Е Д Е Л Я	<p>Упражнять детей ходить и бегать между предметами,; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, забрасывании мяча в кольцо, развивая ловкость и глазомер. Продолжать учить детей передвижению на лыжах скользящим шагом;</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка Осанки и равнения, перестроение в колонну по одному. Ходьба и бег между кубиками, расположены в шахматном порядке Построение в колонну по одному, ходьба и бег в среднем темпе за воспитателем между ледяными постройками.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с кубиком</p>	<p>1. Равновесие 2. Прыжки на правой и левой ноге между кубиками 3. Метание 4.упражняются в ходьбе на лыжах 5.«Сбей кеглю»</p>	<p>Подвижная игра «Медведи и пчелы Подвижная игра «Ловишки парами».</p>	<p>Игра малой подвижности «Найди и промолчи». Ходьба в колонне по одному.</p>

З Н Е Д Е Л Я	<p>Упражнять детей ходить и бегать между предметами,; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, забрасывании мяча в кольцо, развивая ловкость и глазомер. Продолжать учить детей передвижению на лыжах скользящим шагом;</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка Осанки и равнения, перестроение в колонну по одному. Ходьба и бег между кубиками, расположены в шахматном порядке Построение в колонну по одному, ходьба и бег в среднем темпе за воспитателем между ледяными постройками.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с кубиком</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Равновесие 2. Прыжки на правой и левой ноге между кубиками 3. Метание 4.упражняются в ходьбе на лыжах 5.«Сбей кеглю» 	<p>Подвижная игра «Медведи и пчелы Подвижная игра «Ловишки парами».</p>	<p>Игра малой подвижности «Найди и промолчи». Ходьба в колонне по одному.</p>
4 Н Е Д Е Л Я	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках, прокатывая мяч перед собой головой. Закреплять у детей навык скользящего шага в ходьбе на лыжах, спускаться с небольшого склона; повторить игровые упражнения с бегом и метанием.</p>	<p>Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по одному; Ходьба по кругу вправо, бег по кругу ..</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с веревкой</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки в длину с места 2. Проползание под дугами на четвереньках 3. Бросание мяча вверх. 4.«Кто быстрее». 5.«Пробеги — не задень». 	<p>Подвижная игра «Совушка».</p>	<p>Игра малой подвижности «Летает - не летает». Игра малой подвижности «Найдем зайца».</p>

Задачи на Февраль (старшая. гр.)

1. Образовательные:

- 1.1. Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, в непрерывном беге до 1,5 мин., по кругу, взявшись за руки, в ходьбе и беге враспынную, между предметами, в медленном непрерывном беге
- 1.2. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке и прыжках с ноги на ногу
- 1.3. Упражнять в перепрыгивании через бруски
- 1.4. Закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги при прыжках в длину с места
- 1.5. Упражнять детей в ходьбе по лыжне скользящим шагом, повторить боковые шаги; продолжать обучать спуску с гор и подъему; повторить игровые упражнения в перебрасывании шайбы друг другу и скольжении по ледяной дорожке.
- 1.6. Упражнять в метании снежков на дальность
- 1.7. Упражнять в подлезании под дугу и отбивании мяча о землю.

2. Развивающие:

- 1.1. Развивать силу, ловкость, быстроту, выносливость.

3. Воспитывающие:

- 3.1. Воспитывать самостоятельность, дружелюбное отношение друг к другу и бережное отношение к спортивному инвентарю.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СТАРШЕЙ ГРУППЕ

«Физкультурные занятия в детском саду с детьми средней группы» Л.И. Пензулаева

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
ФЕВРАЛЬ						
1 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, в непрерывном беге до 1,5 мин; продолжат учить сохранять устойчивое равновесие упражнять в перепрыгивании через бруски и забрасывании мяча в корзину. Упражнять детей в ходьбе по лыжне скользящим шагом, повторить боковые шаги; продолжать обучать спуску с гор и подъему; повторить игровые упражнения в перебрасывании шайбы друг другу и скольжении по ледяной дорожке.	Ходьба в колонне по одному бег до 1,5 мин в умеренном темпе с изменением направления движения; ходьба в колонне по одному. Перестроение в три колонны. Игра малой подвижности Построение: одна подгруппа детей на санках, вторая на лыжах,	Общеразвивающие упражнения с обручем	1. Ходьба по наклонной доске 2. Прыжки - перепрыгивание через бруски 3. Забрасывание мячей в корзину 4. «Точный пас» 5. «По дорожке»	Подвижная игра «Охотники и зайцы» Подвижная игра «Мороз-Красный нос».	Ходьба в среднем темпе между ледяными постройками
2 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в ходьбе и беге враспынную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги при прыжках в длину с места; упражнять в подлезании под дугу и отбивании мяча о землю. Упражнять в ходьбе на лыжах, метании снежков на дальность; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками	Построение в шеренгу, объяснение задания. Перестроение в колонну по одному, затем в круг; ходьба и бег по кругу, взявшись за руки; ходьба и бег враспынную с остановкой на сигнал воспитателя. «Сделай фигуру!» Построение в шеренгу на лыжах выполнение различных упражнений	Общеразвивающие упражнения с палкой.	Прыжки в длину с места Отбивание мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом Лазанье «Кто дальше». «Кто быстрее».	Подвижная игра «Не оставайся на полу».	Ходьба в колонне по одному с заданиями для рук. Игра малой подвижности «Найдем следы зайца».
3 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; учить метанию мешочков в вертикальную цель; упражнять в подлезании под палку и перешагивании через нее. Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками, бросание снежков на дальность и в цель.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Ходьба и бег между предметами, скамейками. Перестроение в три колонны справа от скамеек. Ходьба в колонне по одному. Эстафета с передачей мяча в колонне.	Общеразвивающие упражнения на скамейках.	1. Метание мешочков в вертикальную цель 2. Подлезание под палку 3. Перешагивание через шнур 4. «Точно в круг». 5. «Кто дальше».	Подвижная игра «Мышеловка». Подвижная игра «Ловишки-перебежки»	Ходьба за самым ловким и быстрым ловишкой.
4 Н Е	Упражнять детей в медленном непрерывном беге; продолжать учить влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек;	Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному; переход на бег	Общеразвивающие упражнения.	1. Лазанье 2. Ходьба по гимнастической скамейке	Подвижная игра «Гуси-лебеди».	Ходьба в колонне по одному с поворотами

Д Е Л Я	упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке и прыжках с ноги на ногу; упражнять в ведении мяча. Повторить игровые упражнения на санках; упражнять в прыжках и беге.	ходьба врассыпную; построение в колонны.		3. Прыжки с ноги на ногу 4. Отбивания мяча в ходьбе 5.«Гонки санок». 6.«Не попадись». 7.«По мостику».	Подвижная игра «Ловишки парами»	по сигналу воспитателя.
------------------	--	--	--	---	---------------------------------	-------------------------

Задачи на МАРТ (старшая. гр.)

1. Образовательные:

- 1.1. Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, с мешочком на голове, по кругу с изменением направления движения и врассыпную, со сменой темпа движения и в беге врассыпную между предметами, с перестроением в пары и обратно
- 1.2. Упражнять в прыжках из обруча в обруч, в высоту с разбега
- 1.3. Перебрасывании мяча друг другу
- 1.4. Упражнять в метании мешочков в цель,
- 1.5. В ползании между кеглями.
- 1.6. Упражнять детей в непрерывном беге в среднем темпе
- 1.7. Упражнять в подлезании под рейку в группировке и равновесии.
- 1.8. Упражнять детей в беге на скорость;

2. Развивающие:

- 2.1. Развивать ловкость и глазомер.
- 2.2. Развивать быстроту и выносливость

3. Воспитывающие:

- 3.1. Воспитывать самостоятельность при выборе подвижных игр.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СТАРШЕЙ ГРУППЕ

«Физкультурные занятия в детском саду с детьми средней группы» Л.И. Пензулаева

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
МАРТ						
1 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове, удерживая равновесие и сохраняя хорошую осанку; упражнять в прыжках из обруча в обруч и перебрасывании мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер. Повторить игровые упражнения с бегом; упражнять в перебрасывании шайбы друг другу,	Ходьба в колонне по одному бег с поворотами в другую сторону; упражнения для рук во время ходьбы; бег врассыпную. Построение в три колонны. непрерывный бег за воспитателем (до 2 мин) между ледяными постройками; переход на ходьбу.	Общеразвивающие упражнения с малым мячом.	1. Равновесие 2. Прыжки из обруча в обруч 3. Перебрасывание мяча друг другу 1. «Пас точно на клюшку». 2. «Проведи — не задень».	Подвижная игра «Пожарные на учении». Подвижная игра «Горелки	Эстафета с большим мячом «Мяч водящему». игра малой подвижности «Летает — не летает».
2 Н Е Д Е Л	Упражнять в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и врассыпную; разучить прыжок в высоту с разбега;	Ходьба и бег в кругу с изменением направления движения по сигналу воспитателя; ходьба и бег врассыпную между	Общеразвивающие упражнения	1. Прыжок в высоту с разбега 2. Метание мешочков в цель правой и левой рукой	Подвижная игра «Медведи и пчелы». Подвижная игра «Карусель».	Эстафета с мячом Ходьба в колонне по одному.

Я	упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между кеглями. Упражнять детей в непрерывном беге в среднем темпе; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.	кубиками (кеглями), не задевая их.		3. Ползание на четвереньках между кеглями 1.«Поймай мяч». 2.«Кто быстрее».		
З Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в ходьбе со сменой темпа движения и в беге врассыпную между предметами, упражнять в ползании по скамейке на ладонях и ступнях, в равновесии и прыжках. Упражнять детей в беге на дистанцию 80 м в чередовании с ходьбой; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом.	ходьба и бег врассыпную между предметами (кубиками); перестроение в колонну по одному, в колонну по четыре. Ходьба в колонне по одному. Ходьба в колонне по одному — 10 м, переход на бег — 20 м,	Общеразвивающие упражнения с обручем	1. Ползание по гимнастической скамейке 2. Ходьба по гимнастической скамейке 3. Прыжки правым (левым) боком 1.«Канатоходец». 2.«Удочка».	Подвижная игра «Ловишки».	Эстафета с большим мячом — «Передача мяча в шеренге».
4 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в ходьбе с перестроением в пары и обратно; закреплять умение в метании в горизонтальную цель; упражнять в подлезании под рейку в группировке и равновесии. Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с	Ходьба парами, перестроение в колонну по одному в движении; ходьба и бег врассыпную с остановкой на сигнал воспитателя. набивными мячами Упражнение в беге на скорость	Общеразвивающие упражнения	1. Метание мешочков горизонтальную цель 2. Подлезание под шнур 3. Ходьба на носках между 1.«Прокати и сбей». 2.«Пробеги - не задень».	Подвижная игра «Не оставайся на полу». Подвижная игра Удочка	Игра малой подвижности «Угадай по голосу». Эстафета с мячом.

	прыжками, с мячом и бегом.					
5 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в ходьбе со сменой темпа движения и в беге врассыпную между предметами, упражнять в ползании по скамейке на ладонях и ступнях, в равновесии и прыжках. Упражнять детей в беге на дистанцию 80 м в чередовании с ходьбой; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом.	ходьба и бег врассыпную между предметами (кубиками); перестроение в колонну по одному, в колонну по четыре. Ходьба в колонне по одному. Ходьба в колонне по одному — 10 м, переход на бег — 20 м,	Общеразвивающие упражнения с обручем	1. Ползание по гимнастической скамейке 2. Ходьба по гимнастической скамейке 3. Прыжки правым (левым) боком 1.«Канатоходец». 2.«Удочка».	Подвижная игра «Ловишки».	Эстафета с большим мячом — «Передача мяча в шеренге».

Задачи на АПРЕЛЬ (старшая. гр.)

1. Образовательные:

- 1.1. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, между предметами, в ходьбе и беге колонной с остановкой по сигналу воспитателя, в беге врассыпную, в непрерывном беге, в беге на скорость
- 1.2. Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке
- 1.3. Упражнять в прыжках на двух ногах, повторить игровые упражнения с прыжками
- 1.4. Упражнять в метании в вертикальную цель, повторить игровые упражнения с мячом

2. Развивающие:

- 2.1. Развивать силу, ловкость, быстроту, координацию движений. глазомер

3. Воспитывающие:

- 3.1. Доброжелательное отношение друг к другу, чувство взаимовыручки.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СТАРШЕЙ ГРУППЕ

«Физкультурные занятия в детском саду с детьми средней группы» Л.И. Пензулаева

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
Апрель						
1 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; продолжать учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в прыжках на двух ногах и метании в вертикальную цель. Повторить игру с бегом «Ловишки-перебежки», эстафету с большим мячом.	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег по кругу, враспынную ходьба с перешагиванием через шнуры попеременно правой и левой ногой	Общеразвивающие упражнения	1. Равновесие 2. Прыжки из обруча в обруч 3. Метание в вертикальную цель Игровые Упражнения. 1. «Ловишки-перебежки» 2. «Стой». 3. «Передача мяча в колонне».	Подвижная игра «Медведи и пчелы».	Ходьба в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя: «Сделай фигуру!» Ходьба в колонне по одному за командой победителей.
2 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей и пролезании в них. Упражнять детей в непрерывном беге, повторить игровые	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег между предметами Построение в шеренгу, перестроение в колонну; бег в среднем темпе за воспитателем до 2 мин между предметами	Общеразвивающие упражнения с короткой скакалкой	1. Прыжки через короткую скакалку 2. Прокатывание обруча друг другу 3. Пролезание в обруч 1. «Пройди — не задень» 2. «Догони обруч». 3. «Перебрось и поймай»	Подвижная игра Ловишки-перебежки. Эстафета с прыжками «Кто быстрее до флажка».	Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности «Кто ушел?».

	упражнения с прыжками, с мячом.					
З Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной с остановкой по сигналу воспитателя, в беге враспынную; закреплять исходное положение при метании мешочков в вертикальную цель; упражнять в ползании и равновесии. Повторить с детьми бег на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, с прыжками, с бегом.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну. Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя; ходьба с перешагиванием через кубики, бег с перепрыгиванием через кубики скамейке на носках	Общеразвивающие упражнения с мячом.	1. Метание мешочков в вертикальную цель 2. Ползание по полу 3. Ходьба по гимнастической 1. «Кто быстрее». 2. «Мяч в кругу».	Подвижная игра «Удочка» Подвижная игра «Горелки»	Ходьба в колонне по одному между предметами, не задевая их. Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности.
4 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной между предметами; закреплять навык влезания на гимнастическую стенку одноименным способом; упражнять в равновесии и прыжках. Продолжать учить детей бегу на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, прыжкам в равновесии.	Ходьба в колонне по одному: бег до 1 мин в среднем темпе; ходьба и бег между предметами Построение в колонну по одному, ходьба и бег между предметами; перестроение в две-три шеренги; пробегание отрезков (длина 20 м) на скорость до обозначенного места	Общеразвивающие упражнения.	1. Лазанье по гимнастической стенке 2. Прыжки через короткую скакалку 3. Ходьба по канату 1.«Сбей кеглю». 2.«Пробеги — не задень».	Подвижная игра «Карусель». Подвижная игра «С кочки на кочку	Игра малой подвижности «Угадай по голосу». Ходьба в колонне по одному, бег «змейкой».

Задачи на МАЙ (старшая. гр.)

1. Образовательные:

- 1.1. Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, парами с поворотом в другую сторону; одному с перешагиванием через предметы; в рассыпную между предметами, не задевая их; с замедлением и ускорением темпа движения.
- 1.2. Упражнять в прыжках в прыжках на двух ногах с продвижением вперед; прыжок в длину с разбега; прыжки между кеглями. Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.
- 1.3. Отрабатывать навыки бросания мяча о стену, упражнять в перебрасывании мяча друг другу, упражнять в бросании мяча о пол одной рукой и ловле двумя;
- 1.4. Упражнять в пролезании в обруч и равновесии, закреплять навык ползания по гимнастической скамейке на животе;
- 1.5. Упражнять детей в непрерывном беге в среднем темпе
- 1.6. Упражнять детей в беге на скорость;

2. Развивающие:

- 2.1. Развивать ловкость и глазомер.
- 2.2. Развивать быстроту и выносливость

3. Воспитывающие:

- 3.1. Воспитывать самостоятельность при выборе подвижных игр и при проведении ОРУ

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СТАРШЕЙ ГРУППЕ

«Физкультурные занятия в детском саду с детьми средней группы» Л.И. Пензулаева

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
МАЙ						
1 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в ходьбе и беге парами с поворотом в другую сторону; упражнять в перешагивании через набивные мячи, положенные на гимнастическую скамейку, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед; отрабатывать навыки бросания мяча о стену. Упражнять детей в беге с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1,5 мин; повторить игровые упражнения с мячом, бегом.	Ходьба и бег парами, перестроение в колонну по одному в движении; ходьба и бег парами с поворотом в другую сторону. Построение в колонну по одному, ходьба, высоко поднимая колени, бег в среднем темпе до 1,5 мин между предметами (в чередовании с ходьбой).	Общеразвивающие упражнения	1. Равновесие 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед 3. Бросание мяча 4. «Проведи мяч». 5. «Пас друг другу». 6. «Отбей волан»	Подвижная игра Мышеловка. Подвижная игра «Гуси-лебеди».	Игра «Что изменилось?». Ходьба в колонне по одному.
2 Н Е Д Е	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с	Построение в шеренгу, построение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя	Общеразвивающие упражнения с флажками.	1. Прыжки в длину с разбега 2. Перебрасывание мяча	Подвижная игра «Не оставайся на полу»	Игра малой подвижности «Найди и промолчи».

Л Я	разбега; упражнять в перебрасывании мяча друг другу и лазанье. упражнять в непрерывном беге между предметами до 2 мин; упражнять в прокатывании плоских обручей; повторить игровые упражнения с мячом и прыжками.	ходьба с перешагиванием через шнуры; бег с перешагиванием через шнуры ; ходьба и бег в рассыпную, бег в умеренном темпе за воспитателем между предметами до 2 мин (в чередовании с ходьбой).		3. Ползание по прямой на ладонях и ступнях «по-медвежьи» 4. «Прокати — не урони». 5. «Кто быстрее». 6. «Забрось в кольцо».	Подвижная игра «Совушка».	Ходьба в колонне по одному.
З Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную между предметами, не задевая их; упражнять в бросании мяча о пол одной рукой и ловле двумя; упражнять в пролезании в обруч и равновесии. Упражнять в беге на скорость; упражнять в бросании мяча в ходьбе и ловле его одной рукой; Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; перестроение в колонну по одному; ходьба и бег в колонне по одному между предметами; ходьба и бег в рассыпную. скамейке боком приставным шагом	Общеразвивающие упражнения с мячом.	1. Бросание мяча о пол одной рукой, а ловля двумя 2. Лазанье - пролезание в обруч правым 3. Ходьба по гимнастической	Подвижная игра «Пожарные на учении Подвижная игра «Мышеловка».	Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности или эстафета с мячом.
4 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в ходьбе с замедлением и ускорением темпа движения; закреплять навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить	Построение в колонну по одному; ходьба и бег с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу воспитателя; игровое	Общеразвивающие упражнения с кольцом	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе 2. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи	Подвижная игра «Караси и щука». Подвижная игра «Не оставайся на земле».	Ходьба в колонне по одному за самым ловким игроком - Щукой. Ходьба в колонне по одному.

<p>ходьбу с перешагиванием через набивные мячи и прыжки между кеглями. Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением темпа движения; повторить подвижную игру «Не оставайся на земле», игровые упражнения с мячом.</p>	<p>упражнение «Быстро в колонны». кеглями</p>		<p>3. Прыжки на двух ногах между «Сделай фигуру!» «Мяч водящему». «Кто быстрее»</p>		
---	---	--	---	--	--

Примерное тематическое планирование для детей 2-7 лет

Месяц	Неделя	Тема события	Направление воспитания	Ценности	Ценностно-смысловое наполнение жизнедеятельности группы
сентябрь	1	День знаний. До свидания, лето. Здравствуй, детский сад!	Познавательное направление	Знания	Развивать познавательный интерес, интерес к школе, к книгам. Закреплять знания детей о школе, о том, зачем нужно учиться, кто и чему учит в школе, о школьных принадлежностях и т. д. Формировать положительные представления о профессии учителя и «профессии» ученика.
	2	Мой дом, район, город. Безопасность дорожного движения	Познавательное направление	Знания	Расширять и закреплять представления детей о назначении светофора, пешеходного перехода, тротуаров. Закреплять знания детей о правилах дорожного движения, о дорожных знаках. Продолжать знакомить с понятием «улица», «дорога», «перекрёсток», «остановка общественного транспорта» и элементарными правилами поведения на улице.
			Физическое и оздоровительное направление	Здоровье	
	3	Я и моя семья. Домашние увлечения (хобби).	Социальное направление	Человек, семья, дружба, сотрудничество	Развивать представление о временной перспективе личности, об изменении позиции человека с возрастом. Углублять представления ребенка о себе в прошлом, настоящем и будущем. Расширять представления детей об истории семьи в контексте истории родной страны (роль каждого поколения в разные периоды истории страны). Закреплять знание домашнего адреса и телефона, имен и отчеств родителей, их профессий. Воспитывать любовь к домашним животным.
	4	Каждый человек по делу узнаётся. Профессии.	Трудовое направление	Труд	Формирование первичных представлений и положительного отношения к профессии воспитателя, другим профессиям дошкольных работников, детскому саду как ближайшему социуму.
	5	Осень кормит урожаем птиц, зверей и нас с тобой.	Познавательное направление	Знания	Сформировать у детей у детей познавательный интерес к окружающему миру растений: овощам и фруктам. Расширять у детей знания и представления об овощах и фруктах; обогащать словарный запас.
Патриотическое направление			Родина, природа		
октябрь	1	В здоровом теле здоровый дух. Витамины в жизни человека.	Физическое и оздоровительное направление	Здоровье	Формирование первичных представлений о профессии врача, ее социальной значимости и гуманной направленности (помогать больным, восстанавливать здоровье, облегчать страдания). Расширять представления о здоровье и здоровом образе жизни. Формировать у детей необходимости заботы о своём здоровье и правильном питании. Воспитывать стремление вести здоровый образ жизни. Формировать положительную самооценку.
			Трудовое направление	Труд	
			Социальное направление	Человек, семья	
	2 3	Мир природы и человека «Осень»	Патриотическое направление	Родина, природа	Расширять знания детей об осени. Продолжать знакомить с сельскохозяйственными профессиями. Закреплять знания о правилах безопасного поведения в природе. Закреплять

			Этико-эстетическое направление	Культура и красота	знания о временах года, последовательности месяцев в году. Воспитывать бережное отношение к природе. Расширять представления об отображении осени в произведениях искусства (поэтического, изобразительного, музыкального). Расширять представления о творческих профессиях.
			Трудовое направление	Труд	
	4	Мой город. Транспорт.	Социальное направление	Человек	Расширять представления детей о родном крае. Продолжать знакомить с достопримечательностями региона, в котором живут дети. Воспитывать любовь к «малой Родине», гордость за достижения своей страны. Рассказывать детям о том, что Земля — наш общий дом, на Земле много разных стран. Объяснять, как важно жить в мире со всеми народами, знать и уважать их культуру, обычаи и традиции.
			Познавательное направление	Знания	
ноябрь	1	Мой дом, город, страна, планета. День народного единства	Познавательное направление	Знания	Расширять представления детей о родной стране, о государственных праздниках. Дать элементарные сведения об истории России. Углублять и уточнять представления о Родине — России. Поддерживать интерес детей к событиям, происходящим в стране, воспитывать чувство гордости за ее достижения. Закреплять знания о флаге, гербе и гимне России. Расширять представления о Санкт-Петербурге.
			Патриотическое направление	Родина, природа	
			Социальное направление	Человек, дружба, сотрудничество	
	2	Азбука природолюбия. Картина из мусорной корзины	Этико-эстетическое направление	Культура и красота	Привлечь внимание детей к проблеме увеличения количества мусора, производимого человеком. Создать условия для повышения уровня экологической грамотности через осознание вреда, наносимого окружающей природе и здоровью самого человека постоянно увеличивающимся количеством производимого мусора. Развитие творческого взгляда на предметы окружающего мира. Воспитание уважительного, бережного отношения к природе, труду и творчеству.
			Патриотическое направление	Природа	
			Познавательное направление	Знания	
	3	Я – человек. Мы такие разные. Международный день толерантности. Всемирный день приветствий.	Патриотическое направление	Родина, природа	Воспитывать уважение к людям разных национальностей и их обычаям. Сформировать у детей представления о нравственных нормах отношений с окружающими; развивать дружеские, доброжелательные отношения в коллективе, коммуникативные навыки; закреплять вежливые слова , воспитывать культуру общения, чуткость, отзывчивость, сопереживание. Формировать представления о формах и способах приветствий, культуры поведения, желания и умения устанавливать положительные взаимоотношения с людьми.
			Социальное направление	Человек, семья, дружба, сотрудничество	
	4	День матери. Профессии.	Социальное направление	Человек, семья, дружба, сотрудничество	Воспитывать чувства любви и уважения к матери, желания помогать маме, радовать её добрыми делами и поступками, заботиться о ней. Показать детям социальную значимость материнства, значимый для ребенка образ мамы. Воспитывать у детей чувство глубокой любви

			Трудовое направление	Труд	и привязанности к самому близкому и родному человеку – маме. Развивать эмоциональную отзывчивость, творческую самостоятельность, эстетический вкус.
декабрь	1	Мир природы и человека «Зима» (зима в городе)	Патриотическое направление	Природа	Пополнить и расширить представления детей о зиме, учить называть признаки зимы, конкретизировать их; учить сравнивать зиму с другими временами года; закрепить названия зимних месяцев; обратить внимание детей на изменения, которые происходят зимой в городской жизни.
			Познавательное направление	Знания	
	2	Мир природы и человека «Зима» (зима в лесу)	Патриотическое направление	Природа	Пополнить и расширить представления детей о зиме, учить называть признаки зимы, конкретизировать их; учить сравнивать зиму с другими временами года; закрепить названия зимних месяцев; обратить внимание детей на изменения, которые происходят зимой в лесу.
			Познавательное направление	Знания	
	3	Предметный мир. Новогодний праздник.	Этико-эстетическое направление	Культура и красота	Учить детей сравнивать предметы, придуманные людьми, с объектами природы и находить между ними общее (то, что не дала человеку природа, он придумал сам).
4 5	Новый год!	Социальное направление	Человек, семья, дружба, сотрудничество	Привлекать к активному разнообразному участию в подготовке к празднику и его проведению. Воспитывать чувство удовлетворения от участия в коллективной предпраздничной деятельности. Закладывать основы праздничной культуры. Вызвать эмоционально положительное отношение к предстоящему празднику, желание активно участвовать в его подготовке. Вызвать стремление поздравить близких с праздником, преподнести подарки, сделанные своими руками. Продолжать знакомить с традициями празднования Нового года в различных странах.	
		Этико-эстетическое направление	Культура и красота		
январь	1	Зимние забавы.	Физическое и оздоровительное направление	Здоровье	Закрепить знания детей о зимних видах спорта. Способствовать развитию умения различать простейшие взаимосвязи между видом спорта и его атрибутами. Формировать представления о важности и пользе занятиями спортом для здоровья. Пробудить интерес к физической культуре.
			Познавательное направление	Знания	
	2	Неделя конструирования и изобретательности	Познавательное направление	Знания	Развивать эстетическое восприятие, эстетические эмоции и чувства, эмоциональный отклик на проявления красоты в окружающем мире, эмоционально-ценностные ориентации. Развивать творческие способности детей через разнообразные виды деятельности. Способствовать развитию воображения, внимания, памяти, речи, познавательной активности, кругозора детей.
Этико-эстетическое направление			Культура и красота		
3	Зима. Блокада	Патриотическое направление	Родина	Расширять представления детей о значимых исторических событиях нашей Родины. О роли защитников родного города в период Великой Отечественной Войны. Дать представления о тяжелых и героических днях в истории родного города. Расширять представления об истории родного города Санкт-Петербурга. (Ленинграда).	

февраль	1	Уроки доброты	Социальное направление	Человек, семья, дружба, сотрудничество	Формирование первичных ценностных представлений о добре и зле, нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам. Формировать у детей нравственные качества доброты, заботы, внимания к окружающим. Воспитывать любовь и заботу к ближним, с благодарностью относиться к помощи; поощрять стремление детей совершать добрые поступки. Воспитывать дружеские отношения между детьми. Познакомить с новыми словами и их значением «милосердие, благотворительность»
	2	В мире сказок	Этико-эстетическое направление	Культура и красота	Приобщать детей к художественной культуре, воспитывая любовь и интерес к сказке как одной из форм устного народного творчества, учить выделять основных персонажей, рассказывать о их поступках, характерах. Формировать у детей представление о том, что такое сказка, какие бывают сказки (народные, авторские или литературные); познакомить с основными видами сказок (волшебные, о животных, бытовые). Развивать эмоциональную отзывчивость и сопереживание героям сказок. Развивать у детей эмоциональную отзывчивость на произведения книжной графики, обращать внимание детей на используемые художником выразительные средства.
	3	Что из чего сделано	Познавательное направление	Знания	Продолжать расширять и уточнять представления детей о предметном мире. Углублять представления о существенных характеристиках предметов. Сформировать знания о различных инструментах, используемых для обработки дерева, металла, пластмассы, ткани и бумаги; объяснить, как человек использует свойства железа, дерева, ткани, бумаги и пластмассы для своей пользы; воспитывать бережное отношение к вещам, уважение к труду.
			Трудовое направление	Труд	
4	День Защитника Отечества	Патриотическое направление	Родина, природа	Продолжать расширять представления детей о Российской армии. Рассказывать о трудной, но почетной обязанности защищать Родину, охранять ее спокойствие и безопасность; о том, как в годы войн храбро сражались и защищали нашу страну от врагов прадеды, деды, отцы. Воспитывать в духе патриотизма, любви к Родине. Знакомить с разными родами войск (пехота, морские, воздушные, танковые войска), боевой техникой. Расширять гендерные представления, формировать у мальчиков стремление быть сильными, смелыми, стать защитниками Родины; воспитывать у девочек уважения к мальчикам как будущим защитникам Родины.	
		Трудовое направление	Труд		
		Познавательное направление	Знания		
март	1	Масленица. Международный женский день	Патриотическое направление	Родина, природа	Организовывать все виды детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально художественной, чтения) вокруг темы семьи, любви к маме, бабушке. Воспитывать уважение к воспитателям. Расширять

			Этико-эстетическое направление	Культура и красота	гендерные представления, воспитывать у мальчиков представление о том, что мужчины должны внимательно и уважительно относиться к женщинам. Привлекать детей к изготовлению подарков маме, бабушке, воспитателям. Воспитывать бережное и чуткое отношение к самым близким людям, потребность радовать близких добрыми делами.
			Патриотическое направление	Родина, природа	
	2	Народная культура и традиции.	Этико-эстетическое направление	Культура и красота	Знакомить детей с народными традициями и обычаями. Расширять представления об искусстве, традициях и обычаях народов России. Продолжать знакомить детей с народными песнями, плясками. Расширять представления о разнообразии народного искусства, художественных промыслов (различные виды материалов, разные регионы нашей страны и мира). Воспитывать интерес к искусству родного края; прививать любовь и бережное отношение к произведениям искусства. Средствами эстетического воспитания познакомить детей с народными традициями встречи весны, с празднованием Масленицы.
			Патриотическое направление	Родина, природа	
	3	Мир природы и человека «Ранняя весна»	Патриотическое направление	Природа	Формировать у детей обобщенные представления о весне, приспособленности растений и животных к изменениям в природе. Расширять знания о характерных признаках весны; о прилете птиц; о связи между явлениями живой и неживой природы и сезонными видами труда; о весенних изменениях в природе.
			Познавательное направление	Знания	
	4	Земля – наш общий дом.	Патриотическое направление	Родина, природа	Углублять экологические знания детей, воспитывать у них гуманное отношение к природе, чувство ответственности за все живое на Земле. Привлекать к активному участию по охране и защите природы, развивать экологическую культуру на основе эмоциональных переживаний. Практических действий.
			Познавательное направление	Знания	
	5	Птицы	Познавательное направление	Знания	Расширять знания детей о разнообразии животного мира. Систематизировать знания о домашних, зимующих и перелётных птицах. Учить узнавать и правильно называть птиц, живущих в местности, где живут дети. Совершенствовать умение выделять характерные особенности разных птиц. Формировать интерес к миру животных, желание наблюдать за птицами и помогать им.
			Патриотическое направление	Природа	
апрель	1	Неделя здоровья. Всемирный день здоровья.	Физическое и оздоровительное направление	Здоровье	Формирование первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни.
	2	День космонавтики	Патриотическое направление	Родина, природа	Расширить знания детей о государственных праздниках, познакомить со знаменательными датами, важными для нашей страны - День космонавтики.

			Познавательное направление	Знания	<p>Дать первоначальные сведения о звезде и спутнике Солнце, Луне, о первом космонавте Ю.А. Гагарине.</p> <p>Систематизировать детские представления о Вселенной, Солнечной системе и ее планетах. Формировать понятие о себе, как о жителе планеты Земля.</p> <p>Воспитывать чувства гордости за достижения отечественных ученых и космонавтов; бережное отношения к тому, что есть на нашей планете.</p>
			Трудовое направление	Труд	
	3	Книжка неделя.	Познавательное направление	Знания	<p>Продолжать знакомить детей с библиотекой. Воспитывать у них интерес и желание беречь книги. Учить детей проявлять интерес к художественному слову. Воспитывать читателя, способного испытывать сострадание и сочувствие к героям книги, отождествлять себя с любимыми персонажами.</p>
			Этико-эстетическое направление	Культура и красота	
4	Пожарная безопасность «Искра мала».	Трудовое направление	Труд	<p>Закреплять знания детей о правилах пожарной безопасности. Обучать правилам поведения при пожаре. Закреплять знания о правилах пожарной безопасности, средствах пожаротушения.</p> <p>Повышать личную ответственность за свои поступки, формировать дисциплинированность, чувство долга.</p>	
		Физическое и оздоровительное направление	Здоровье, безопасность		
май	1	День Победы	Патриотическое направление	Родина, природа	<p>Воспитывать детей в духе патриотизма, любви к Родине. Расширять знания о героях Великой Отечественной войны, о победе нашей страны в войне. Познакомить с памятниками героям Великой Отечественной войны. Показать преемственность поколений защитников Родины от древних богатырей до героев Великой Отечественной войны.</p>
			Социальное направление	Человек, семья, дружба, сотрудничество	
	2	Мир природы и человека «Весна цветущая»	Патриотическое направление	Природа	<p>Продолжать знакомить детей с признаками весны; формировать наблюдательность и умение делать выводы; воспитывать интерес к природным явлениям и бережное отношение к природе.</p>
			Познавательное направление	Знания	
	3	День рождения нашего города	Познавательное направление	Знания	<p>Развивать интерес к культурному наследию Санкт-Петербурга.</p> <p>Содействовать становлению желания у детей принимать участие в традициях города и петербургской семьи.</p> <p>Создать у ребенка радостное, праздничное настроение.</p> <p>Показать, как украшен город, какие веселые радостные люди живут в нашем Петербурге.</p>
			Этико-эстетическое направление	Культура и красота	
			Патриотическое направление	Родина, природа	
	4	До свидания, детский сад! Здравствуй, школа!	Этико-эстетическое направление	Культура и красота	<p>Организовывать все виды детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения) на тему прощания с детским садом и поступления в школу.</p>

			Социальное направление	Человек, семья, дружба, сотрудничество	Формировать эмоционально положительное отношение к предстоящему поступлению в 1-й класс.
--	--	--	------------------------	--	--