

**Министерство общего и профессионального
Свердловской области
Департамент образования администрации города Екатеринбурга
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 324**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
модуль «Физическое развитие»
основной общеобразовательной программы – образовательной программы
дошкольного образования
для детей 3-7 лет групп общеобразовательной направленности
Срок реализации 1 год

Разработчик:
инструктор
по физической куль-
туре
Смирнова Т. П.

г. Екатеринбург, 2021

СОДЕРЖАНИЕ

1	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	4
1.1	Пояснительная записка.	4
1.2	Цели и задачи реализации программы образовательной области «Физическая культура	4
1.3	Принципы и подходы к формированию рабочей программы	6
1.4	Значимые для разработки и реализации образовательной программы дошкольного образования характеристики	7
1.4.1	.Возрастные особенности детей 4-го года жизни	7
1.4.2	Особенности возраста детей 5-го года жизни.	8
1.4.3	Особенности возраста детей 6-го года жизни	10
1.4.4	Особенности возраста детей 7-го года жизни	12
1.5	Особенности осуществления образовательного процесса (национально-культурные, демографические, климатические и др.)	13
1.6	Планируемые результаты освоения Программы	16
2.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	25
2.1	Основные цели и задачи образовательной области «Физическое развитие»	25
2.2	Содержание психолого-педагогической работы по возрастам	25
2.2.1	Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	25
2.2.2	Физическая культура	27
2.2.3	Часть, формируемая участниками образовательных отношений образовательной области «Физическое развитие».	31
2.3	Виды интеграция образовательной области «Физическое развитие»	32
2.4	Система закаливающих мероприятий	33
2.4.1	Формы закаливающих процедур	33
2.4.2	Система оздоровительно-профилактических мероприятий	35
2.4.3	Мероприятия по сохранению психического здоровья	36
2.4.4	Формы и методы оздоровления детей	37
2.5	Средства физического воспитания	38
2.6	Методы физического развития	38
2.7	Основные формы, способы и методы образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие»	39
2.8	Планирование образовательной деятельности по физическому развитию	42
2.9	Особенности образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическая культура»	44
2.10	Методические материалы и средства обучения	47
2.11	Способы и направления поддержки детской инициативы	57
2.12	Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников и социальными партнерами	62
2.12.1	Работа с семьями воспитанников	62
2.12.2	Работа с педагогами	68

2.12.3	Взаимодействие с социальными партнерами	71
3.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	73
3.1	Расписание организованной образовательной деятельности	73
3.2	Перспективное планирование организованной образовательной деятельности	77
3.2.1	Циклограмм нод по физической культуре в младшей группе	77
3.2.2	Циклограмма нод по физической культуре в средней группе	89
3.2.3	Циклограмма нод по физической культуре в старшей группе	100
3.2.4	Циклограмма нод по физической культуре в подготовительной к школе группе	112
3.3	Особенности ежедневной организации жизнедеятельности детей	124
3.3.1	Организация режима пребывания детей в образовательной организации	124
3.3.2	Индивидуально – дифференцированный подход на занятиях по физической культуре.	126
3.4	Особенности традиционных событий, праздников и мероприятий	133
3.5	Особенности организации предметно - пространственной среды.	135
3.6	Материально - техническое обеспечение Программы	143
4.	ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ. Мониторинг освоения образовательной области «Физическое развитие»	146
5.	СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	150
6.	Приложения	

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка.

Рабочая программа (далее - Программа) является нормативно - управленческим документом муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения - детского сада № 324, характеризующей систему организации образовательной деятельности педагогов в рамках образовательной области «Физическое развитие». Программа разработана в соответствии с Основной общеобразовательной программой дошкольного образования муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения - детского сада № 324, в соответствии с введением в действие Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования.

Программа обеспечивает разностороннее развитие детей дошкольного возраста с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по социально-коммуникативному направлению. Реализуемая программа строится на принципе личностно-развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослого с детьми.

Данная Программа разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (N 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г.);
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки РФ № 1155 от 17. 10. 2013)
- САНПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. N 26).
- Примерная основная образовательная программа дошкольного образования (одобрена решением Федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 20 мая 2015 года №2/15)
- Устав МАДОУ №324

1.2. Цели и задачи реализации программы образовательной области «Физическая культура»

Ведущие цели рабочей программы направлены на разностороннее развитие детей 3-7 лет, на создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовку к жизни в современном обществе, формирование предпосылок к учебной деятельности, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника.

Задачи:

- забота о здоровье, эмоциональное благополучие и своевременном всестороннем развитии каждого ребенка;
- создание в группах атмосферы гуманного и доброжелательного отношения ко всем воспитанникам, что позволяет растить их общительными, добрыми, любознательными, инициативными, стремящимися к самостоятельности и творчеству;

- максимальное использование разнообразных видов детской деятельности, их интеграция в целях повышения эффективности воспитательно-образовательного процесса;
- творческая организация (креативность) воспитательно-образовательного процесса;
- вариативность использования образовательного материала, позволяющая развивать творчество в соответствии с интересами и наклонностями каждого ребенка;
- уважительное отношение к результатам детского творчества;
- единство подходов к воспитанию детей в условиях ДООУ и семьи;
- соблюдение в работе детского сада и начальной школы преемственности, исключая умственные и физические перегрузки в содержании детей дошкольного возраста, обеспечивающей отсутствие давления предметного обучения.

В области физического развития ребенка основными задачами образовательной деятельности являются создание условий для:

- становление у детей ценностей здорового образа жизни;
- развитие представлений о своем теле и своих физических возможностях;
- приобретение двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;
- формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами.

Работа с педагогами:

- повышение уровня профессиональной компетентности педагогического коллектива в вопросах физического развития и оздоровления детей;
- реорганизация деятельности методической службы направленной на построение целостного педагогического процесса ДОО и обеспечение качественной и эффективной поддержки педагогов в процессе освоения инноваций в области физического воспитания и оздоровления детей;
- обеспечение использования в работе методической службы ДОО эффективных форм организации;
- обеспечение освоения программы физического развития и внедряемых технологий физического воспитания и оздоровления;
- создание условий для профессионально-творческого роста педагогов в дошкольном образовательном учреждении и проявления их активности.

Работа с родителями:

- осуществление преемственности ДОО и семьи в вопросах физического воспитания и оздоровления детей, изучение и активизация педагогического потенциала семьи;
- формирование у родителей активной позиции в физическом воспитании и оздоровлении ребенка; разработка и внедрение инновационных форм и приемов работы с родителями по пропаганде здорового образа жизни
- систематизация деятельности через разработку перспективного планирования работы с родителями по формированию здорового образа жизни.

Работа с социумом:

- организация на базе ДОО консультативного пункта поддержки педагогов и родителей в вопросах физического развития и здоровья детей;
- развитие форм сотрудничества с социальными институтами по пропаганде здорового образа жизни;
- привлечение персонала дошкольных учреждений к организации и участию в спортивных мероприятиях;
- определение новых направлений работы с социальными институтами детства;
- расширение спектра форм работы ДОО по пропаганде здорового образа жизни; для повышения престижа работы ДОО в социуме, роста доверия к ней со стороны педагогической общественности расширение форм распространения своего опыта.

Предметно-развивающая среда:

- организовать предметно-развивающую среду, стимулирующую развитие двигательной активности детей в разных видах деятельности.

Программа предусматривает решение программных задач в самостоятельной и совместной деятельности взрослого и детей, не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов.

Содержание рабочей образовательной программы по физическому воспитанию соответствуют основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и выстроено по принципу развивающего образования, целью которого является всестороннее развитие ребенка и обеспечивает единство воспитательных и обучающих целей и задач.

1.3. Принципы и подходы к формированию рабочей программы:

- соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости;
- соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяя решать поставленные цели и задачи только на необходимом и достаточном материале, максимально приближаться к разумному «минимуму»);
- обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса физического развития детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников;
- строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей;
- основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;
- предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не

только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;

- предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра.
- допускает варьирование образовательного процесса в зависимости от региональных возможностей;
- строится с учетом соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой.

1.4. Значимые для разработки и реализации образовательной программы дошкольного образования характеристики

1.4.1. Возрастные особенности детей 4-го года жизни

Младший дошкольный возраст – важнейший период в развитии дошкольника, который характеризуется высокой интенсивностью физического и психического развития. В это время происходит переход ребенка к новым отношениям с взрослыми, сверстниками, предметным миром.

Психологи обращают внимание на «*кризис трех лет*», когда младший дошкольник, еще недавно такой покладистый, начинает проявлять нетерпимость к опеке взрослого, стремление настоять на своем требовании, упорство в осуществлении своих целей. Это свидетельствует о том, что прежний тип взаимоотношений взрослого и ребенка должен быть изменен в направлении предоставления дошкольнику большей самостоятельности и обогащения его деятельности новым содержанием. Если же новые отношения с ребенком не складываются, его инициатива не поощряется, самостоятельность постоянно ограничивается, то возникают собственно кризисные явления в системе ребенок – взрослый, что проявляется в капризах, упрямстве, строптивости, своеволии по отношению к взрослым (в контакте со сверстниками этого не происходит).

Характерное для младшего дошкольника требование «*я сам*» отражает, прежде всего, появление у него новой потребности в самостоятельных действиях, а не фактический уровень возможностей. Поэтому задача взрослого – поддержать стремление к самостоятельности, не погасить его критикой неумелых действий ребенка, не подорвать его веру в собственные силы, высказывая нетерпения по поводу его медленных и неумелых действий. Необходимо помочь каждому ребенку заметить рост своих достижений, ощутить радость переживания успеха в деятельности (Я – молодец!).

Самостоятельность формируется у младшего дошкольника в совместной деятельности со взрослыми и непосредственно в личном опыте. В совместной деятельности воспитатель помогает ребенку освоить новые способы и приемы действий, показывает пример поведения и отношения. Он постепенно расширяет область самостоятельных действий ребенка с учетом его растущих возможностей и своей положительной оценкой усиливает стремление без помощи взрослого добиться лучшего результата.

Игра – любимая деятельность младших дошкольников. Продолжает усложняться и развиваться творческая ролевая игра. В связи с возникновением разнообразных форм совместных игр создаются благоприятные условия для коллективных взаимоотношений детей.

В этом возрасте ребенок обладает уже сравнительно большим запасом двигательных умений и навыков, но он еще не заботится о результатах своих действий, поглощен самим процессом движений, их эмоциональной стороной. Вместе с тем движения детей постепенно приобретают все более преднамеренный характер. Детям этого возраста свойственно желание включаться в новые и разнообразные виды движений. Сочетая различные действия, ребенок может соблюдать определенную их последовательность.

Формирование двигательных навыков и умений продолжается на основе подражания. Ребенок более сознательно следит за педагогом, когда он дает образец движений, выслушивает пояснения. Он лучше воспринимает объяснения в форме диалога, направленного на изложение предстоящих действий.

К концу 4-го года у ребенка уже имеется довольно большой и прочный запас разнообразных движений и их сочетаний, который обуславливает свободу самостоятельных действий и уверенность в себе. Это позволяет перейти к работе над качественной стороной движений, а также заботиться о развитии ловкости.

1.4.2. Особенности возраста детей 5-го года жизни.

Взросли физические возможности детей: движения их стали значительно более уверенными и разнообразными. Дошкольники испытывают острую потребность в движении. В случае ограничения активной двигательной деятельности они быстро пере возбуждаются, становятся непослушными, капризными. Поэтому в средней группе особенно важно наладить разумный двигательный режим, наполнить жизнь детей разнообразными подвижными играми, игровыми заданиями, танцевальными движениями под музыку, хороводными играми.

Эмоционально окрашенная деятельность становится не только средством физического развития, но и способом психологической разгрузки детей среднего дошкольного возраста, которых отличает довольно высокая возбудимость. Увидев перевозбуждение ребенка, воспитатель, учитывая слабость тормозных процессов детей 4-5 лет, переключает его внимание на более спокойное занятие. Это поможет ребенку восстановить силы и успокоиться.

Ребенок 5-го года жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испытать свои силы в сложных видах движений и физкультурных упражнений. У детей возникает необходимость в двигательных импровизациях. Они берутся за выполнение любой двигательной задачи, но еще не умеют соизмерять свои силы, учитывать свои реальные возможности. Убедившись в неосильности выполнения двигательного действия, ребенок проделывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения. Но при этом он искренне убежден в том, что выполнил движение полностью. Растущее двигательное воображение становится в этом возрасте одним из стимулов обогащения моторики детей разнообразными способами действий.

Внимание ребенка среднего дошкольного возраста приобретает все более устойчивый характер; совершенствуются зрительное, слуховое и осязательное восприятия, развиваются преднамеренное запоминание и припоминание. Дети хорошо различают виды дви-

жений, частично овладевают умением выделять некоторые их элементы. Развивается способность воспринимать, представлять, анализировать и оценивать последовательность и качество своих действий. Возникает интерес к результатам движения, правильности его выполнения, соответствию образцу.

Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений. В результате расширяются и обогащаются двигательные возможности детей, возрастают их физические силы. Возникает психологическая готовность к выполнению сложных двигательных действий и проявлению определенных волевых усилий.

На уровне познавательного общения дети испытывают острую потребность в уважительном отношении со стороны взрослого. Замечено, что дети, не получившие от воспитателя ответов на волнующие их вопросы, начинают проявлять черты замкнутости, негативизма, непослушания по отношению к старшим. Иными словами, нереализованная потребность общения с взрослым приводит к негативным проявлениям в поведении ребенка.

Ребенок пятого года жизни отличается высокой активностью. Это создает новые возможности для развития самостоятельности во всех сферах его жизни. Развитию самостоятельности в познании способствует освоение детьми системы разнообразных исследовательских действий, приемов простейшего анализа, сравнения, умения наблюдать.

Уделяя внимание развитию детской самостоятельности, воспитатель широко использует приемы индивидуального подхода, следуя правилу: не делать за ребенка то, что он в состоянии сделать самостоятельно. Но при этом *воспитатель исходит из реального уровня умений, которые могут значительно различаться у разных детей.* Поэтому если для одних детей будет достаточно простого напоминания о нужном действии, совета, то для других необходим показ или совместное действие с ребенком – в этом проявляется одна из особенностей детей. Воспитатель становится свидетелем разных темпов развития детей: одни дольше сохраняют свойства, характерные для младшего возраста, перестройка их поведения и деятельности как бы замедляется, другие, наоборот, взрослеют быстрее и начинают отчетливо проявлять черты более старшей возрастной ступени.

У детей 4-5 лет ярко проявляется интерес к игре. Игра усложняется по содержанию, количеству ролей и ролевых диалогов. Дети уверенно называют свою игровую роль, действуют в соответствии с ней.

Значительное время отводится для игр по выбору детей. Задача воспитателя – создать возможности для вариативной игровой деятельности через соответствующую предметно-развивающую среду: разнообразные игрушки, предметы-заместители, материалы для игрового творчества, рациональное размещение игрового оборудования.

Воспитатель выступает носителем игровых традиций и ненавязчиво передает их детям, прежде всего в совместных играх воспитателя с детьми. В обстановке игры своим примером воспитатель показывает детям, как лучше договориться, распределить роли, как с помощью развития сюжета принять в игру всех желающих.

Игровая мотивация активно используется воспитателем в организации деятельности детей. Все виды развивающих образовательных ситуаций проходят либо в форме игры, либо составлены из игровых приемов и действий. В силу особенностей наглядно-образного мышления среднего дошкольника предпочтение отдается наглядным, игровым и практическим методам, слова педагога сопровождаются разнообразными формами наглядности и практической деятельностью детей.

У детей этого возраста наблюдается пробуждение интереса к правилам поведения, о чем свидетельствуют многочисленные жалобы-заявления детей воспитателю о том, что кто-то делает что-то неправильно или не выполняет какое-то требование. Неопытный воспитатель иногда расценивает такие заявления ребенка как «ябедничество» и отрицательно к ним относится. Между тем «заявление» ребенка означает, что он осмыслил требование как необходимое и ему важно получить авторитетное подтверждение правильности своего мнения, а также услышать от воспитателя дополнительные разъяснения по поводу «границ» действия правила. Обсуждая с ребенком случившееся, мы помогаем ему утвердиться в правильном поведении. Вместе с тем частые заявления-жалобы детей должны служить для воспитателя сигналом просчетов в его работе по воспитанию дружеских отношений и культуры поведения в группе.

Воспитатель пробуждает эмоциональную отзывчивость детей, направляет ее на сочувствие сверстникам, эмоциональную взаимопомощь.

Дети отличаются повышенной чувствительностью к словам, оценкам и отношению к ним взрослых. Они радуются похвале, но на неодобрение или замечание часто реагируют остро- эмоционально: вспышками гнева, слезами, воспринимая замечания как личную обиду. *Ранимость ребенка 4-5 лет* – это не проявление его индивидуальности, а особенность возраста. Воспитателю необходимо быть очень внимательным к своим словам, к интонации речи при контактах с ребенком и оценке его действий. В первую очередь – подчеркивать успехи, достижения и нацеливать на положительные действия.

На пятом году жизни дети проявляют интерес к вопросам пола, начинается осознание своей половой принадлежности. Дети отмечают внешнее различие между мальчиками и девочками. Задачей воспитателя является постепенное формирование представлений о поведении мальчика и девочки, их взаимоотношениях. Выполнение такой задачи успешно повлияет на интеллектуальное и моральное развитие ребенка.

Внимательное, заботливое отношение педагога к детям, умение поддержать их познавательную активность и развить самостоятельность, организация разнообразной деятельности составляют основу правильного воспитания и полноценного развития детей в средней группе детского сада.

1.4.3. Особенности возраста детей 6-го года жизни

Возраст 5-7 лет характеризуется активизацией ростового процесса: за год ребенок может вырасти на 7-10 см, при этом показатели роста детей подготовительной группы несколько выше, чем у детей шестого года жизни. Изменяются пропорции тела. Совершенствуются движения, двигательный опыт детей расширяется, активно развиваются двигательные способности. Заметно улучшается координация и устойчивость равновесия, столь необходимые при выполнении большинства движений. При этом девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками.

У детей активно развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но все еще слабыми остаются мелкие мышцы, особенно кистей рук. Воспитатель уделяет особое внимание развитию мелкой моторики. Старший дошкольник технически правильно выполняет большинство физических упражнений. Он способен критически оценить движения других детей, но самоконтроль и самооценка не постоянны и проявляются эпизодически. Углубляются представления детей о здоровье и здоровом образе жизни, о значении гигиенических процедур (для чего необходимо мыть руки, чистить зубы и прочее), закаливания, занятий

спортом, утренней гимнастики. Дети проявляют интерес к своему здоровью, приобретают сведения о своем организме (органы чувств, движения, пищеварения, дыхания) и практические умения по уходу за ним.

Происходят большие изменения высшей нервной деятельности. В течении шестого года жизни совершенствуются основные нервные процессы – возбуждение и особенно торможение. Это благотворно сказывается на возможностях само регуляции. Эмоциональные реакции в этом возрасте становятся более стабильными, уравновешенными. Ребенок не так быстро утомляется, становится более выносливым психически (что связано и с возрастающей физической выносливостью). Дети начинают чаще по собственной инициативе воздерживаться от нежелательных действий. Но в целом способность к произвольной регуляции своей активности все еще выражена недостаточно и требует внимания взрослых.

Двигательная деятельность ребенка становится все более многообразной. Дети уже достаточно хорошо владеют основными видами движений, им знакомы различные гимнастические упражнения, подвижные игры. Начинается освоение разнообразных спортивных упражнений. Возрастают проявления самостоятельности, возникают творческие поиски новых способов действий, их комбинаций и вариантов. Начинают создаваться небольшие группировки по интересу к тому или иному виду упражнений.

На 6-ом году жизни ребенка его движения становятся все более осознанными и носят преднамеренный характер. Развивается способность понимать задачу, поставленную воспитателем, самостоятельно выполнять указания педагога.

Дети обращают внимание на особенности разучивания упражнений, пытаются выяснить, почему следует проделывать их так, а не иначе. Во время объяснения у ребенка возникает мысленное представление о движении, его направлении, последовательности составных частей. Дети постепенно овладевают умением планировать свои практические и игровые действия, стремятся к их результативности.

Дети начинают упражняться в движениях по своей инициативе, многократно повторять их без напоминания воспитателя, пытаюсь освоить то, что не получается. При этом они довольно настойчиво преодолевают трудности. Растет уровень физической подготовленности дошкольников, создаются прочные психологические и физиологические основания для повышения их работоспособности путем целенаправленного развития двигательных качеств.

Для старших дошкольников характерно стремление к совершенствованию в двигательной деятельности. При разумной педагогической направленности оно оказывает большое влияние на развитие личностных качеств ребенка.

В двигательной деятельности у дошкольников складываются более сложные формы общения со взрослыми и между собой. У ребенка развивается чувство уважения к старшим, стремление подражать им, появляется желание помочь другому, чему-то научить. При этом существенное значение имеет направленность на достижение коллективного результата движения, игры.

Более активно проявляется интерес к сотрудничеству, к совместному решению общей задачи. Дети стремятся договариваться между собой для достижения конечной цели. Педагогу необходимо помогать детям в освоении конкретных способов достижения взаимопонимания на основе учета интересов партнеров.

Однако нередко поведение детей этого возраста обуславливаются возникающие мотивы соперничества, соревнования. Возможны даже случаи негативного отношения детей к тем, кто хуже справляется с выполнением задания. Развитие моральных и волевых качеств

детской личности – важная сторона педагогического руководства двигательной деятельностью в процессе физического воспитания.

1.4.4. Особенности возраста детей 7-го года жизни

На седьмом году жизни происходят большие изменения в физическом, познавательном, эмоциональном и социально-личностном развитии старших дошкольников, формируется готовность к предстоящему школьному обучению.

Достижения детей седьмого года жизни отличаются достаточной координированностью и точностью. Дети хорошо различают направление движения, скорость, смену темпа и ритма. Возросла возможность пространственной ориентировки, заметно увеличилось проявления волевых усилий при выполнении отдельных упражнений, стремление добиться хорошего результата. У детей вырабатывается эстетическое отношение к движениям, они начинают воспринимать красоту и гармонию движений. Проявляются личные интересы мальчиков и девочек в выборе физических упражнений и подвижных игр.

Старшие дошкольники активно приобщаются к нормам здорового образа жизни. В увлекательной, наглядно-практической форме воспитатель обогащает представления детей о здоровье, об организме и его потребностях, способах предупреждения травматизма, закаливании. Гигиенические навыки у детей старшего дошкольного возраста становятся достаточно устойчивыми. Формируется привычка самостоятельно следить за своим внешним видом, пользоваться носовым платком, быть опрятным и аккуратным, причесываться.

Повышается общая осведомленность детей о здоровьесберегающем поведении: элементарные правила безопасности, сведения о некоторых возможных травмирующих ситуациях, важности охраны органов чувств (зрения, слуха), некоторых приемах первой помощи в случае травмы (ушиб, порез, ссадина), правила поведения в обществе в случае заболевания (при кашле, чихании прикрывать рот платком, отворачиваться, не пользоваться общей посудой с заболевшим), некоторые правила ухода за больным (не шуметь, выполнять просьбы, предложить чай, подать грелку, градусник и т.п.)

Старший дошкольный возраст – время активного социального развития детей. В этот период начинает складываться личность с ее основными компонентами. На протяжении дошкольного возраста ребенок проходит огромный путь – от отделения себя от взрослого («Я сам») до открытия своей внутренней жизни, своих переживаний, самосознания.

Дети 6-7 лет перестают быть наивными и непосредственными, становятся более закрытыми для окружающих. Часто они пытаются скрыть свои истинные чувства, особенно в случае неудачи, обиды, боли. «Мне совсем не больно», - говорит упавший мальчик, сдерживая слезы. Причиной таких изменений является дифференциация (разделение) в сознании ребенка его внутренней и внешней жизни. Все это необходимо учитывать в подходе к ребенку.

На седьмом году жизни происходит дальнейшее развитие взаимоотношений детей со сверстниками. Дети предпочитают совместную деятельность индивидуальной.

В подготовительной группе в совместной деятельности дети осваивают разные формы сотрудничества: договариваются, обмениваются мнениями; чередуют и согласовывают действия; совместно выполняют одну операцию; контролируют действия партнера, исправляют его ошибки; помогают партнеру, принимают замечания партнера, исправляют

свои ошибки. В процессе совместной деятельности дошкольники приобретают практику равноправного общения, опыт руководства и подчинения, учатся достигать взаимопонимания.

В старшем дошкольном возрасте значительно расширяется игровой опыт детей. Детям становится доступна вся игровая палитра: сюжетно-ролевые, режиссерские, театрализованные игры, игры с готовым содержанием и правилами, подвижные и музыкальные игры.

Старшие дошкольники выдвигают разнообразные игровые замыслы до начала игры и по ходу игры, проявляют инициативу в придумывании игровых событий.

Переход в старшую и особенно в подготовительную группу связан с изменением статуса дошкольников в детском саду – в общей семье воспитанников детского сада они становятся самыми старшими.

Воспитатели старшей и подготовительной групп решают задачи становления основных компонентов школьной готовности: развития стремления к школьному обучению, самостоятельности и инициативы, коммуникативных умений, познавательной активности и общего кругозора, воображения и творчества, социально-ценностных ориентаций, укрепления здоровья будущих школьников.

Воспитателю следует особо подчеркивать, какими умными, умелыми и самостоятельными становятся дети, как успешно и настойчиво они готовятся к школе, сравнивать их новые достижения с их прежними, недавними возможностями. Это становится стимулом для развития у детей чувства самоуважения, собственного достоинства, так необходимых для полноценного личностного становления и успешного обучения в школе.

1.5. Особенности осуществления образовательного процесса (национально-культурные, демографические, климатические и др.)

Национально – культурные особенности:

Образовательный процесс в МАДОУ № 324 осуществляется с учетом:

- национально-культурных традиций региона;
- регионально-климатических и демографических особенностей региона;
- материально-технической оснащенности предметно-развивающей среды в МАДОУ № 324.

Становление различных сфер самосознания ребенка происходит на основе освоения культуры своего народа, ближайшего социального окружения, на познании историко-географических, этнических особенностей социальной, правовой действительности приуральского региона, с учетом национальных ценностей и традиций.

В ФГОС дошкольного образования сделан акцент на духовно – нравственное воспитание личности, целенаправленное формирование опыта ценностного отношения к миру. Этому способствует сохранение социокультурных традиций детского сада. Содержательная основа этой деятельности - *представления о малой родине*. Наиболее ценной для воспитания ребенка является духовная культура и особенно искусство родного края.

В части образовательной программы, формируемой участниками образовательных отношений, реализуется содержание, которое позволяет детям познакомиться с самобытностью

нашего края, с современной и древней культурой, с основными видами производства и профессиями Среднего Урала, с традициями и обычаями, с художественной культурой, историей родного края и города, памятными местами.

Особенностью осуществления образовательного процесса является обеспечение условий для формирования у детей целостного *представления* о взаимосвязи процессов, происходящих в мире, стране, регионе, образовательной организации, представлений об истории Урала, Свердловской области и города Екатеринбурга, *овладение* детьми конкретным видом культуры и *готовности* включиться в практическую деятельность. Освоение ребенком мира ближайшего (социального, природного) окружения обеспечивается через организацию совместной и самостоятельной деятельности детей.

Состав воспитанников и сотрудников МАДОУ № 324 представлен по национальному признаку, также как в среднем представлены жители города Екатеринбурга (преобладают представители русской национальности, есть представители татарской, еврейской национальностей). Население микрорайона представлено родителями детей, посещающих детский сад.

Климатические особенности уральского региона

Город Екатеринбург находится в зоне умеренно-континентального климата с характерной резкой изменчивостью погодных условий, хорошо выраженными сезонами года. [Уральские горы](#), несмотря на их незначительную высоту, преграждают путь массам воздуха, поступающим с запада, из европейской части России. В результате [Средний Урал](#) оказывается открытым для вторжения холодного арктического воздуха и сильно выхоложенного континентального воздуха Западно-Сибирской равнины; в то же время с юга сюда могут беспрепятственно проникать тёплые воздушные массы Прикаспия и пустынь Средней Азии. Для Екатеринбурга характерны резкие колебания температур и формирование погодных аномалий: зимой — от суровых морозов до оттепелей и дождей, летом — от жары выше +35 °С до заморозков. Снежный покров умеренный, достигает своей максимальной высоты в феврале — 42 см. Средняя температура воздуха в Екатеринбурге, по данным многолетних наблюдений, составляет +3 °С. Самый холодный месяц в городе — январь со средней температурой -12,6 °С. Самый тёплый месяц — июль, его среднесуточная температура +19 °С. Большая часть атмосферных осадков выпадает летом, максимум их приходится на июль, а минимум — на март. В течение года среднее количество дней с осадками — около 230.

Воспитательный процесс в МАДОУ № 324 является непрерывным, но, тем не менее, график образовательного процесса составляется в соответствии с выделением двух периодов:

1) холодный период – образовательный: (сентябрь-май), составляется определенный режим дня и расписание непосредственно образовательной деятельности с детьми в разнообразных формах работы;

2) летний период – оздоровительный (июнь-август), для которого составляется другой режим дня.

При планировании образовательного процесса во всех возрастных группах внесены коррективы в физкультурно-оздоровительную работу. Учитывая климатические и природные особенности Уральского региона, два раза непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию проводится в зале и один раз – на воздухе.

Прогулки с детьми в холодный период предусматриваются в соответствии с требованиями СанПиН и режимом/распорядком дня. Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа. Продолжительность прогулки определяется в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.

Прогулки организуются 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой.

В условиях холодной уральской зимы, когда световой день уменьшается до 7 часов, количество прогулок и совместной деятельности взрослого и детей, осуществляемой на улице во вторую половину дня, сводится к минимуму. Прогулка не проводится при t воздуха ниже -15С и скорости ветра более 15м/с для детей до 4-х лет; для детей 5-7 лет при t воздуха ниже -20С и скорости ветра более 15м/с.

Особое внимание уделяется одежде детей, которая должна соответствовать погодным условиям. Предусмотрена работа с родителями: на зимних прогулках детям удобнее в утепленных куртках и штанах спортивного фасона, чем в тяжелых шубах (для занятий по физическому развитию и игре в подвижные, народные игры на прогулке).

Демографические особенности

В связи с тем, что районе есть дети, которые воспитываются в условиях семьи, в том числе дети в возрасте от 2 месяцев до 2 лет, в МАДОУ № 324 осуществляет работу консультативный пункт. В состав консультативного пункта входят специалисты и воспитатели. Деятельность консультативного пункта регламентируется Положением о консультативном пункте.

1.6. Планируемые результаты освоения Программы

Целевые ориентиры дошкольного образования представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка на этапе завершения дошкольного образования.

Целевые ориентиры программы выступают основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования. При соблюдении требований к условиям реализации Программы настоящие целевые ориентиры предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок к учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования.

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования

- ребенок овладевает основными культурными 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;
- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;
- ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; 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.; ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования.

	<i>Четвертый год жизни</i>	<i>Пятый год жизни</i>	<i>Шестой год жизни</i>	<i>Седьмой год жизни</i>
<p>О чем узнают дети</p>	<p>Постепенно дети узнают и называют разные способы ходьбы, построений, прыжков, ползания и лазания, катания, бросания и ловли; исходные положения выполнения общеразвивающих упражнений (стоя, сидя, лежа); новые физкультурные пособия (мячи, ленты, погремушки, кубики и другие), их свойства и возможные варианты их использования.</p> <p>Дети осваивают простейшие общие для всех правила в подвижных играх, узнают о возможности передачи движениями повадок знакомых им животных, птиц, насекомых.</p> <p>Дети знакомятся со спортивными упражнениями: ходьбой на лыжах, ездой на велосипеде, учатся</p>	<p>Дети узнают о том, что можно выполнять общеразвивающие упражнения в разном темпе (умеренном, быстром, медленном), с разными предметами; в этих упражнениях разнообразные движения рук (одновременные и поочередные, махи, вращения), требования к правильной осанке во время ходьбы и в положениях стоя и сидя, разные виды бега.</p> <p>Результат в упражнении зависит от правильного выполнения главных элементов техники: в беге - от активного толчка и выноса маховой ноги, в прыжке в длину с места - от энергичного отталкивания и маха руками вперед-вверх.</p> <p>Дети узнают основные требования к технике ловли и отбивания мячей от пола,</p>	<p>Дети узнают новые порядковые упражнения: построения в 2 и 3 звена, способы выполнения общеразвивающих упражнений с различными предметами, возможные направления и разную последовательность действий отдельных частей тела.</p> <p>Узнают, что хороший результат в основных движениях зависит от правильной техники выполнения главных элементов: в скоростном беге - от выноса голени маховой ноги вперед.</p> <p>Узнают особенности правильного выполнения равномерного бега в среднем и медленном темпах, прыжков в длину и высоту с разбега «согнув ноги», прыжков со скалкой, разных способов метания в</p>	<p>Дети узнают новые способы построений и перестроений, разноименные, разнонаправленные, поочередные движения в общеразвивающих упражнениях, парные упражнения.</p> <p>Узнают новые варианты упражнений с мячами разного размера, требования к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазания по лестнице и канату, новые спортивные игры, правила спортивных игр.</p>

	<p>ориентироваться в пространстве, узнают разные способы перестроений.</p>	<p>ползанию разными способами, лазанию по лестнице чередующимся шагом одноименным способом, исходному положению и замаху при метании вдаль.</p> <p>Знакомятся с некоторыми подводящими упражнениями.</p> <p>Узнают новое о спортивных упражнениях: зимой можно скользить по ледяным дорожкам с разбега.</p> <p>Дети узнают новые подвижные игры, игры с элементами соревнования, новые правила в играх, действия водящих в разных играх.</p> <p>Узнают, что в ритмических движениях существуют разные танцевальные позиции, движения можно выполнять в разном ритме и темпе, что по музыкальному сигналу можно перестраиваться знакомым способом.</p>	<p>цель и вдаль, лазания по лестнице разноименным способом, скользящего лыжного хода.</p> <p>Знакомятся со специальными подводящими упражнениями. Узнают разнообразные упражнения, входящие в «школу мяча».</p> <p>Знакомятся с новыми спортивными играми.</p> <p>В подвижных играх осваивают новые правила, варианты их изменения, выбора ведущих.</p>	
--	--	---	---	--

		<p>Дети узнают новые физкультурные пособия (разные виды мячей, лент, флажков, обручей, гимнастических палок и другие), знакомятся с их свойствами и возможными вариантами их использования в соответствии с этими свойствами. Дети узнают специальные упражнения на развитие физических качеств.</p>		
<p>Что осваивают дети</p>	<p>Построения и перестроения. Порядковые упражнения. Повороты на месте. Общеразвивающие упражнения: с предметами и без предметов; в различных положениях (стоя, сидя, лежа). Основные движения: разные виды ходьбы с заданиями; бег со сменой темпа и направления; прыжок в длину с места двумя ногами и в глубину (спрыгивание). Катание, бросание, метание: прокатывание предмета, упражнения с мячом (отбивание и ловля); бросание предметов одной и двумя руками</p>	<p>Порядковые упражнения (построения и перестроения, повороты в движении); общеразвивающие упражнения; исходные положения; одновременные и поочередные движения рук и ног, махи, вращения рук; темп (медленный, средний, быстрый). Основные движения: в беге - активный толчок и вынос маховой ноги; в прыжках - энергичный толчок и мах руками вперед-вверх; в метании - исходное положение, замах; в лазании - чередующийся шаг при подъеме на</p>	<p>Порядковые упражнения: порядок построения в шеренгу, способы перестроения в 2 и 3 звена. Общеразвивающие упражнения: способы выполнения упражнений с различными предметами, направления и последовательность действий отдельных частей тела. Основные движения: вынос голени маховой ноги вперед в скоростном беге; равномерный бег в среднем и медленном темпах; способы выполнения прыжков в длину и высоту с разбега; прыжки со скакалкой; «школа мяча»; способы метания в цель и вдаль; лазание по лестнице</p>	<p>Порядковые упражнения: способы перестроения; общеразвивающие упражнения: разноименные и одноименные упражнения; темп и ритм в соответствии с музыкальным сопровождением; упражнения в парах и подгруппах; основные движения: в беге - работу рук; в прыжках - плотную группировку, устойчивое равновесие при приземлении; в метании - энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании - ритмичность при подъеме и спуске. Подвижные и спортивные</p>

	<p>горизонтально и вертикально в цель, вдаль. Лазание приставным шагом, перелезание и пролезание через предметы и под ними. Ритмические упражнения. Спортивные упражнения: катание на трехколесном велосипеде; скольжение по ледяным дорожкам с помощью взрослых. Подвижные игры. Основные правила игр.</p> <p>По мере накопления двигательного опыта у малышей формируются следующие новые двигательные умения: строиться в круг, в колонну, парами, находить свое место; начинать и заканчивать упражнения по сигналу; сохранять правильное положение тела, соблюдая заданное направление; ходить, не опуская головы, не шаркая ногами, согласовывая движения рук и ног; бегать, не опуская головы; одновременно отталкиваться двумя ногами и мягко приземляться в прыжках в длину</p>	<p>гимнастическую стенку одноименным способом. Подвижные игры: правила; функции водящего. Спортивные упражнения: в ходьбе на лыжах скользящий шаг. По мере накопления двигательного опыта у детей формируются следующие новые двигательные умения: самостоятельно перестраиваться в звенья с опорой на ориентиры; сохранять исходное положение; четко выполнять повороты в стороны; выполнять общеразвивающие упражнения в заданном темпе, четко соблюдать заданное направление, выполнять упражнения с напряжением (не сгибать руки в локтях, ноги в коленях); сохранять правильную осанку во время ходьбы, заданный темп (быстрый, умеренный, медленный); сохранять равновесие после вращений или в заданных положениях: стоя на одной ноге, выполнять разные виды бега, быть ведущим колонны; при</p>	<p>одноименным и разноименным способами. Подвижные и спортивные игры: правила игр, способы выбора ведущего. По мере накопления двигательного опыта у детей формируются следующие новые двигательные умения: сохранять дистанцию во время ходьбы и бега; выполнять упражнения с напряжением, в заданном темпе и ритме, выразительно, с большой амплитудой, в соответствии с характером и динамикой музыки; ходить энергично, сохраняя правильную осанку; сохранять равновесие при передвижении по ограниченной площади опоры; энергично отталкиваться и выносить маховую ногу вверх в скоростном беге; точно выполнять сложные подскоки на месте, сохранять равновесие в прыжках в глубину, прыгать в длину и высоту с разбега, со скакалкой; выполнять разнообразные движения с мячами («школа мяча») свободно, ритмично, быстро под-</p>	<p>ные игры: правила игр; способы контроля за своими действиями; способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр. Спортивные упражнения: скользящий переменный шаг по лыжне.</p> <p>По мере накопления двигательного опыта у детей формируются следующие новые двигательные умения: самостоятельно, быстро и организованно строиться и перестраиваться во время движения; выполнять общие упражнения активно, с напряжением, из разных исходных положений; выполнять упражнения выразительно и точно, в соответствии с музыкальной фразой или указаниями; сохранять динамическое и статическое равновесие в сложных условиях; сохранять скорость и заданный темп бега; ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления; отбивать, передавать, подбрасывать мяч разными спосо-</p>
--	--	--	---	---

	<p>с места и прыгиваниях; ловить мяч кистями рук, не прижимая его к груди; отбрасывать мяч, поражать вертикальную и горизонтальную цели; подлезать под дугу (40 см), не касаясь руками пола; уверенно лазать и перелезть по лесенке-стремянке (высота 1,5 м); лазать по гимнастической стенке приставным шагом.</p>	<p>бега парами соизмерять свои движения с движениями партнера; энергично отталкиваться, мягко приземляться с сохранением равновесия; ловить мяч с расстояния 1,5 м, отбивать его об пол не менее 5 раз подряд; принимать исходное положение при метании; ползать разными способами; подниматься по гимнастической стенке чередующимся шагом, не пропуская реек, до 2 м;</p>	<p>ниматься и спускаться по гимнастической стенке; самостоятельно проводить подвижные игры; выбивать городки с кона и с полукона, вести, передавать и забрасывать мяч в корзину, знать правила игры; передвигаться на лыжах переменным шагом; кататься на двухколесном велосипеде и самокате.</p>	<p>бами; точно поражать цель (горизонтальную, вертикальную, кольцеброс и другие); энергично подтягиваться на скамейке различными способами. Быстро и ритмично лазать по наклонной и вертикальной лестницам; лазать по канату (шесту) способом «в три приема»; организовать игру с подгруппой сверстников. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит. Забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении. Контролировать свои действия в соответствии с правилами. Вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы. Правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола; выполнять попеременный двухшаговый ход на лыжах, подъемы и спуски с горы. Отталкиваться одной ногой, катаясь на самокате.</p>
--	---	---	---	--

<p>Планируемые результаты освоения программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. • У ребенка сформирована соответствующая возрасту координация движений. • Он проявляет положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ребенок гармонично физически развивается, в двигательной деятельности проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость. • Уверенно и активно выполняет основные элементы техники основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве. • Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ребенок гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений). • В двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость. • В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании. Проявляет высокий, стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений. • Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выпол- 	<ul style="list-style-type: none"> • Ребенок гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат. • Результативно, уверенно, мягко, выразительно и точно выполняет физические упражнения. В двигательной деятельности успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость. • Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.
---	--	--	---	---

		<ul style="list-style-type: none"> • Осуществляет элементарный контроль за действиями сверстников: оценивает их движения, замечает их ошибки, нарушения правил в играх. • Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность. • Способен внимательно воспринять показ педагога и далее самостоятельно успешно выполнить физическое упражнение. • Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна. Ребенок самостоятельно играет в подвижные игры, активно общаясь со сверстниками и воспитателем, проявляет инициативность, контролирует и соблюдает правила. 	<p>няет упражнения. Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру. • В самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками, проявляя познавательную и деловую активность, эмоциональную отзывчивость. 	<ul style="list-style-type: none"> • Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом, стремится к физическому совершенствованию, самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.
--	--	---	---	---

		<ul style="list-style-type: none">• Проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.		
--	--	---	--	--

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

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

2.1. Основные цели и задачи образовательной области «Физическое развитие»

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

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

2.2. Содержание психолого-педагогической работы по возрастам

2.2.1. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Таблица №2

Вторая младшая группа (3-4 года)	Средняя группа (4-5 лет)	Старшая группа (5-6 лет)	Подготовительная к школе группа (6-7 лет)
-------------------------------------	-----------------------------	-----------------------------	--

<p>Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.</p> <p>Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека. Формировать представление о том, что утрення зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.</p> <p>Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания.</p> <p>Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни. Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым,</p>	<p>Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека. Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат). Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»). Формировать умение оказывать</p>	<p>Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»). Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.</p> <p>Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях. Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.</p> <p>Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать</p>	<p>Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).</p> <p>Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем. Формировать представления об активном отдыхе. Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур. Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье</p>
---	---	--	--

<p>осознавать необходимость лечения. Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.</p>	<p>себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме. Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.</p>	<p>сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие.</p> <p>Знакомить детей с возможностями здорового человека. Формировать потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом. Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.</p>	
--	---	---	--

2.2.2. Физическая культура

Таблица №3

<p>Вторая младшая группа (3-4 года)</p>	<p>Средняя группа (4-5 лет)</p>	<p>Старшая группа (5-6 лет)</p>	<p>Подготовительная к школе группа (6-7 лет)</p>
<p>Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию</p>	<p>Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной</p>	<p>Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.</p> <p>Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Развивать</p>	<p>Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Совершенствовать</p>

<p>движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см. Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.</p> <p>Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.</p> <p>Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Учить кататься на санках,</p>	<p>деятельности. Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. Учить перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку. Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. Учить построениям, соблюдению</p>	<p>быстроту, силу, выносливость, гибкость. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.</p> <p>Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбежаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе. Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к за-</p>	<p>технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Добиваться активного движения кисти руки при броске. Учить перелезть с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.</p> <p>Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, раз-</p>
--	--	---	---

<p>садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него. Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место. Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.</p> <p>Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами. Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений. Воспитывать у детей умение соблюдать эле-</p>	<p>дистанции во время передвижения. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.</p> <p>Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.</p> <p>Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Приучать к выполнению действий по сигналу.</p>	<p>ниям физическими упражнениями, убирать его на место. Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.</p> <p>Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.</p> <p>Учить спортивным играм и упражнениям.</p>	<p>вывать координацию движений и ориентировку в пространстве.</p> <p>Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений. Учить самостоятельно следить за состоянием физического инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.</p> <p>Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным</p>
---	--	---	--

<p>ментарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве</p>			<p>достижениям в области спорта.</p> <p>Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).</p>
--	--	--	--

2.2.3. Часть, формируемая участниками образовательных отношений образовательной области «Физическое развитие».

Содержание и средства реализации образовательной деятельности с учетом образовательной программы «Мы живем на Урале».

Таблица №4

Образовательная область «Физическое развитие»	
Содержание	<p>Способы закаливания, сохранения здоровья с учетом климатических особенностей Среднего Урала. Народные традиций в оздоровлении. Лесная аптека. Оздоровляющие свойства натуральных продуктов питания. Витамины, их влияние на укрепление организма.</p> <p>Правила выбора одежды в соответствии с конкретными погодными условиями Среднего Урала. Особенности национальной одежды народов Урала.</p> <p>Традиционные для Среднего Урала продукты питания и блюда. Национальная кухня. Традиционные для Урала виды спорта, спортивные, подвижные (народные) игры.</p> <p>Способы обеспечения и укрепления, доступными средствами, физического здоровья в природных, климатических условиях конкретного места проживания, Среднего Урала.</p> <p>Спортивные события в своей местности, крае. Знаменитые спортсмены, спортивные команды.</p>

<p>Средства, педагогические методы, формы работы с детьми</p>	<p>Игры народов Среднего Урала:</p> <p><i>Русские</i> – «Городки», «Гуси лебеди», «Жмурки», «Классы», «Краски», «Лапта», «Ляпки», «Молчанка», «Палочка-выручалочка», «Пятнашки», «У медведя во бору», «Фанты».</p> <p><i>Башкирские</i> – «Липкие пеньки», «Медный пень», «Палка-кидалка», «Стрелок», «Юрта».</p> <p><i>Татарские</i> – «Жмурки», «Займи место», «Кто первый», «Кто дальше бросит?», «Лисичка и курочки», «Мяч по кругу», «Перехватчики», «Продам горшки», «Серый волк», «Скок-перескок», «Спутанные кони», «Тимербай», «Хлопушки».</p> <p><i>Удмуртские</i> – «Водяной», «Догонялки», «Игра с платочком», «Охота на лося», «Серый заяк».</p> <p><i>Марийские</i> - «Биляша», «Катание мяча».</p> <p><i>Коми</i> – «Ловля оленей», «Невод», «Охота на оленей», «Стой, олень!».</p> <p><i>Чувашские</i> – «Штаидерт», «Кто вперед возьмет флажок», «Тума-дуй».</p> <p>Спортивные игры: «Городки», «Катание на лыжах», «Катание на санках» и др.</p> <p>Целевые прогулки, экскурсии по городу обеспечивают необходимую двигательную активность и способствует сохранению и укреплению здоровья ребенка.</p> <p>Реализация программы «Здоровье», «Модель закаливающих процедур с учетом климатических условий Среднего Урала, особенностей психофизического здоровья каждого ребенка». Участие в тематических проектах, спортивных событиях. Создание тематических выставок рисунков, коллективных коллажей, аппликаций о правильном питании. Сюжетно-ролевые игры «Аптека», «Больница», «Лесная аптека» и др. Детско-взрослые проекты.</p>
--	---

2.3. Виды интеграция образовательной области «Физическое развитие»

Таблица №4

<p>Основания интеграции</p>	
<p>По задачам и содержанию образовательной деятельности</p>	<p>По средствам организации и оптимизации образовательного процесса</p>
<p>«Социально-коммуникативное развитие» (приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности, овладение навыками ухода за физкультурным инвентарём и спортивной одеждой;</p>	<p>«Речевое развитие» (речевое сопровождение всех видов двигательной активности детей, использование художественных произведений для формирования</p>

<p>«Речевое развитие» (развитие свободного общения со взрослыми и детьми в части необходимости двигательной активности и физического совершенствования; игровое общение)</p> <p>«Познавательное развитие» (в части двигательной активности как способа усвоения ребенком предметных действий, а также как одного из средств овладения операциональным составом различных видов детской деятельности), формирования элементарных математических представлений (ориентировка в пространстве, временные, количественные отношения и т. д.).</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие» (развитие музыкально-ритмической деятельности, выразительности движений, двигательного творчества на основе физических качеств и основных движений детей).</p>	<p>первичных ценностных представлений о здоровом образе жизни).</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие» (использование музыкально-ритмической и продуктивной деятельности с целью развития представлений и воображения для освоения двигательных эталонов в творческой форме, моторики; использование музыкальных произведений в качестве музыкального сопровождения различных видов двигательной активности).</p>
---	--

2.4. Система закаливающих мероприятий

Закаливание детей включает систему мероприятий:

- элементы закаливания в повседневной жизни: умывание прохладной водой, широкая аэрация помещений, правильно организованная прогулка, физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе;
- специальные меры закаливания: водные, воздушные, солнечные.

Для закаливания детей основные природные факторы используются дифференцированно в зависимости от возраста детей, состояния их здоровья, с учетом наличия условий в дошкольной организации, со строгим соблюдением рекомендаций.

Закаливающие мероприятия меняются по силе и длительности в зависимости от сезона года, температуры воздуха в групповых помещениях, эпидемиологической обстановки.

Закаливание выполняется при соблюдении принципов: постепенность, последовательность, систематичность, комплексность, учет индивидуальных особенностей каждого ребенка, положительное отношение детей к закаливающим мероприятиям.

При организации закаливания учитываются основные требования:

- создание позитивного эмоционального настроения;
- учет возрастных и индивидуальных особенностей состояния здоровья и развития, степени тренированности организма ребенка;
- проведение закаливающих воздействий на фоне теплового комфорта ребенка;

- использование в комплексе природных факторов и закаливающих процедур; обеспечение воздействия природных факторов на разные участки тела: различающихся и чередующихся как по силе, так и длительности;
- соблюдение постепенности и увеличение силы воздействия различных факторов и непрерывности мероприятий закаливания (при этом вид и методика закаливания изменятся в зависимости от сезона и погоды);
- соблюдение методики выбранного вида закаливания.

2.4.1. Формы закаливающих процедур

Таблица №5

№ п/п	Форма закаливания	Периодичность
1	Утренний прием на воздухе	Апрель-октябрь
2	Утренняя гимнастика (в теплое время на открытом воздухе)	Ежедневно
3	НОД по физическому развитию на открытом воздухе в холодное время года НОД по физическому развитию на открытом воздухе в теплое время года	1 раз в неделю 3 раза в неделю
4	Облегченная одежда при комфортной температуре в помещении	Ежедневно в течение года
5	Одежда по сезону на прогулках	Ежедневно в течение года
6	Прогулка на свежем воздухе	Ежедневно в течение года
7	Воздушные ванны после сна	Ежедневно в течение года
8	Воздушные ванны	Июнь-июль
9	Режим проветривания помещения	Ежедневно в течение года
10	Температурно-воздушный режим	Ежедневно

		в течение года
11	Дневной сон с открытой фрамугой	Ежедневно в течение года
12	Сон без маек	Ежедневно в течение года
13	Дыхательная гимнастика	Ежедневно в течение года
14	Полоскание зева кипяченой охлажденной водой	Ежедневно в течение года
15	Умывание рук, лица прохладной водой	Ежедневно после приема пищи, после прогулки, после сна в течение года
16	Игры с водой	Июнь-август
17	Дозированные солнечные ванны	Июнь-август
18	Контрастное босохождение (дорожка здоровья) на прогулке	Июнь-август
19	Игровой массаж после сна	Ежедневно в течение года
20	«Ленивая гимнастика» после сна	Ежедневно в течение года
21	Ходьба по корригирующим дорожкам	Ежедневно в течение года

2.4.2. Система оздоровительно-профилактических мероприятий

Таблица №6

№ п/п	Мероприятие	Периодичность
1	Мониторинг здоровья и физического развития детей	постоянно

2	Анализ заболеваемости детей	1 раз в квартал
3	Соблюдение плана профилактических прививок	постоянно
4	<ul style="list-style-type: none"> • Лабораторное обследование детей (анализ на яйца гельминтов) • Лабораторное обследование детей подготовительной к школе группы (общий анализ мочи, общий анализ крови, анализ на яйца гельминтов) 	1 раз в год август апрель
5	Диспансеризация детей	1 раз в год врачи-специалисты
6	Осмотр детей на педикулез	1 раз в неделю
7	Профилактика гриппа, простудных заболеваний	осень, весна
8	Массаж «волшебных точек ушек»	ежедневно
9	Дыхательная гимнастика в игровой форме	ежедневно
10	Гимнастика для расслабления мышц глаза	ежедневно
11	Корректирующая гимнастика	ежедневно
12	Пальчиковая гимнастика	ежедневно
13	Артикуляционная гимнастика	ежедневно
14	Соблюдение режима дня	ежедневно
15	Соблюдение санэпидрежима	постоянно
16	Система закаливания	постоянно
17	Оздоровительные мероприятия в летний период Использование природных сил природы	июнь-август
18	Рациональное питание	ежедневно
19	Оздоровление фитонцидами (лук, чеснок)	осень, весна
20	Витаминизация третьего блюда	ежедневно
21	Второй завтрак (сок, фрукты)	ежедневно

2.4.3. Мероприятия по сохранению психического здоровья

№ пп	Мероприятие	Периодичность
1	Создание условий для успешной адаптации	ежедневно
2	Использование приемов релаксации	ежедневно
3	Музыкальное сопровождение режимных моментов	ежедневно
4	Игры на формирование положительных взаимоотношений в группе	ежедневно
5	Организация микроклимата психологического комфорта в группе	ежедневно

2.4.4. Формы и методы оздоровления детей

Таблица №8

№ пп	Формы и методы	Содержание
1	Обеспечение здорового ритма жизни	<ul style="list-style-type: none"> • щадящий режим (адаптационный период) • гибкий режим • организация микроклимата психологического комфорта в группе
2	Физические упражнения	<ul style="list-style-type: none"> • утренняя гимнастика • корригирующая гимнастика • физкультурно-оздоровительные занятия • подвижные игры • спортивные игры

		<ul style="list-style-type: none"> • занятия в спортивных секциях, кружках
3	Гигиенические и водные процедуры	<ul style="list-style-type: none"> • Умывание • Игры с водой
4	Световоздушные ванны	<ul style="list-style-type: none"> • Проветривание помещений • Сон при открытых фрамугах • Прогулка на свежем воздухе • Обеспечение температурного режима и чистоты воздуха • Увлажнение воздуха
5	Активный отдых	<ul style="list-style-type: none"> • Развлечения, праздники • Неделя здоровья • Каникулы
6	Диетотерапия	<ul style="list-style-type: none"> • Рациональное питание • Индивидуальное питание (по показаниям врача)
7	Свето- и цветотерапия	<ul style="list-style-type: none"> • Обеспечение светового режима • Световое и цветное сопровождение среды
8	Закаливание	<ul style="list-style-type: none"> • Сон без маек • Умывание прохладной водой • Босохождение
9	Стимулирующая терапия	<ul style="list-style-type: none"> • Витаминизация третьего блюда • Второй завтрак (соки, фрукты)
10	Пропаганда здорового образа жизни	<ul style="list-style-type: none"> • Консультации, беседы, информационные листы

2.5. Средства физического воспитания

Таблица №9

<i>Гигиенические (психогигиенические) факторы</i>	<i>Естественные силы природы (солнце, воздух, вода)</i>	<i>Физические упражнения</i>
<ul style="list-style-type: none"> • Режим занятий, отдыха и сна • Рациональное питание • Гигиена одежды, обуви, помещения, оборудования 	Закаливание <ul style="list-style-type: none"> • В повседневной жизни • Специальные меры закаливания (водные, воздушные, солнечные) 	<ul style="list-style-type: none"> • Гимнастика • Игры • Спортивные упражнения • Простейший туризм

2.6. Методы физического развития

Таблица №10

Наглядные:	Словесные:	Практические:
<ul style="list-style-type: none"> • Наглядно-зрительные (показ, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры) • Наглядно-слуховые приемы (музыка, песни) Тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя) 	<ul style="list-style-type: none"> • Объяснения, пояснения, указания; • Подача команд, распоряжений, сигналов; • Вопросы к детям • Образный сюжетный рассказ, беседа; • Словесная инструкция 	<ul style="list-style-type: none"> • Повторение упражнений без изменения и с изменениями; • Проведение упражнений в игровой форме; • Проведение упражнений в соревновательной форме

2.7. Основные формы, способы и методы образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие»

Освоение содержания образовательных областей обеспечивается в процессе организации целостного образовательного процесса, который условно подразделяется на:

- образовательную деятельность, идущую от взрослого - культурные практики (КП) и непосредственно образовательная деятельность (НОД);
- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных моментов;
- самостоятельную деятельность детей;

- взаимодействие с семьями детей по реализации Программы.

В основе построения образовательного процесса лежит принцип возрастной адекватности форм работы с детьми. Выбор форм работы осуществляется педагогом самостоятельно и зависит от контингента воспитанников, оснащённости дошкольного учреждения, культурных и региональных особенностей, специфики дошкольного учреждения, от опыта и творческого подхода педагога.

В работе с детьми младшего дошкольного возраста используются преимущественно игровые, сюжетные и интегрированные формы образовательной деятельности. Обучение происходит опосредованно, в процессе увлекательной для малышей деятельности.

В старшем дошкольном возрасте (старшая и подготовительная к школе группы) выделяется время для занятий учебно-тренирующего характера.

Для решения задач образовательных областей в условиях организации непрерывной непосредственной образовательной деятельности и культурных практик используются **разнообразные формы работы с детьми:**

Таблица №11

Формы	Вариации
1. Утренняя гимнастика <i>(ежедневно в зале, на воздухе)</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Традиционный комплекс • Подвижные игры • Оздоровительные пробежки вокруг детского сада • Преодоление полосы препятствий • Ритмическая гимнастика • Сюжетная гимнастика
2. Двигательная разминка между занятиями <i>(ежедневно 1 раз)</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Игровые упражнения • Подвижные игры на ориентирование в пространстве • Двигательные задания
3. Физкультминутка <i>(зависит от типа занятий)</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Упражнения для развития мелкой моторики • Имитационные упражнения • Общеразвивающие упражнения
4. Подвижные игры и физические упражнения <i>(на утренней прогулке)</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Подвижные игры • Спортивные упражнения • Двигательные упражнения с использованием полосы препятствий • Упражнения в основных видах движений • Элементы спортивных игр
5. Оздоровительный бег на воздухе <i>(2 раза в неделю)</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Постепенное увеличение дистанции от 500 до 1000 м

6. Коррекционная работа по развитию движений (<i>ежедневно во 2-й половине дня</i>)	<ul style="list-style-type: none"> • Дифференцированные игры с учетом двигательной активности • Упражнения на формирование осанки и стопы • Двигательные задания по усмотрению воспитателя
7. Прогулки-походы в близлежащий парк (<i>вместо 3-го физ. занятия 2-3 раза в месяц</i>)	<ul style="list-style-type: none"> • Движение по разработанному маршруту, двигательные задания • Подвижные игры разной степени интенсивности • Преодоление полосы препятствий с использованием природного окружения • Физкультурное занятие
8. Гимнастика после дневного сна (<i>ежедневно</i>)	<ul style="list-style-type: none"> • Разминка в постели и самомассаж • Гимнастика сюжетно-игрового характера • Игровые упражнения • Пробежки по массажным дорожкам
9. Корректирующая гимнастика	<ul style="list-style-type: none"> • Общеразвивающие упражнения • Игровые упражнения
10. Логоритмическая гимнастика	<ul style="list-style-type: none"> • Имитационные упражнения • Упражнения на развитие мелкой моторики рук • Упражнения с включением считалок, поговорок
11. Непосредственная образовательная деятельность (физкультурные занятия)	<ul style="list-style-type: none"> • По традиционной структуре • Игровые (на основе народных подвижных игр и игр-эстафет с включением игр-аттракционов, с использованием подв. игр) • Сюжетные • Тренировочные • Занятия по обучению из спортивных игр • Занятия-походы • Занятия по интересам • Построенные на танцевальном материале • Ритмическая гимнастика • Комплексные • Тематические (с одним из видов физических упражнений – лыжи и др.)

	<ul style="list-style-type: none"> • Контрольно-проверочные
12. Самостоятельная двигательная деятельность детей на воздухе (<i>ежедневно</i>)	<ul style="list-style-type: none"> • Под руководством воспитателя • С использованием схем, карточек • С использованием собственного опыта
13. Неделя здоровья	<ul style="list-style-type: none"> • Подвижные игры и физические упражнения, разработанные по сценарию • Фрагмент из физкультурного досуга • Пеший поход в лес
14. Физкультурные праздники, досуги	<ul style="list-style-type: none"> • Игры и упражнения • Спортивные игры • Упражнения в основных видах движений • Игры-эстафеты • Музыкально-ритмические движения

Формы, методы, приемы организации образовательной деятельности при проведении режимных моментов и самостоятельной деятельности детей

Таблица №12

Образовательная область	Формы, методы, приемы	
	<i>В режимных моментах</i>	<i>В самостоятельной деятельности детей</i>
<i>Физическое развитие</i>	комплексы закаливающих процедур (оздоровительные прогулки, мытье рук прохладной водой перед каждым приемом пищи, полоскание рта и горла после еды, воздушные ванны, ходьба босиком по ребристым дорожкам до и после сна, контрастные ножные ванны), утренняя гимнастика, упражнения и подвижные игры во второй половине дня.	самостоятельные подвижные игры, игры на свежем воздухе, спортивные игры и занятия (катание на санках, лыжах, велосипеде и пр.)

2.8. Планирование образовательной деятельности по физическому развитию.

Двигательный режим в дошкольной организации включает динамическую деятельность детей, как совместную, так и самостоятельную. Рациональное сочетание различных видов деятельности представляет комплекс оздоровительно-образовательных и воспитательных мероприятий.

Таблица №13

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей			
		3 - 4 года	4 – 5 лет	5 – 6 лет	6 – 7 лет
Физкультурные занятия	• в помещении	2 раза в неделю 15-20	2 раза в неделю 20-25	2 раза в неделю 25-30	2 раза в неделю 30-35
	• на улице	1 раз в неделю 15-20	1 раз в неделю 20-25	1 раз в неделю 25-30	1 раз в неделю 30-35
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	• утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 5-6	Ежедневно 6-8	Ежедневно 8-10	Ежедневно 10-12
	• подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15-20	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20-25	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25-30	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30-40
	• физкультминутки (в середине статического занятия)	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятия	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятия	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятия	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятия

Активный отдых	• физкультурный досуг	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 30-45	1 раз в месяц 40
	• физкультурный праздник	-	2 раза в год до 45 мин.	2 раза в год до 60 мин.	2 раза в год до 60 мин.
	• день здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	• самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	• самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

2.9. Особенности образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическая культура»

Ежедневная организация жизни и деятельности детей осуществляется на адекватных возрасту формах работы с дошкольниками, зависит от возрастных и индивидуальных особенностей детей, предусматривает личностно-ориентированные подходы к организации всех видов детской деятельности и определяется с учетом времени, отведенного на:

- непосредственно образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности;
- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных моментов;
- самостоятельную деятельность детей;
- совместную деятельность с учетом региональной специфики;
- взаимодействие с семьями детей по реализации Программы

Организация деятельности взрослых и детей по реализации и освоению Программы осуществляется в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей.

Решение образовательных задач в рамках первой модели – совместной деятельности взрослого и детей - осуществляется как в виде непосредственно образовательной деятельности (не сопряженной с одновременным выполнением педагогами функций по присмотру и уходу за детьми), так и в виде образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов (решение образовательных задач сопряжено с одновременным выполнением функций по присмотру и уходу за детьми – утренним приемом детей, прогулкой, подготовкой ко сну, организацией питания и др.).

Непосредственно образовательная деятельность реализуется через организацию различных видов детской деятельности (игровой, двигательной, познавательно-исследовательской, коммуникативной, изобразительной, музыкальной, трудовой, а также чтения художественной литературы) или их интеграцию с использованием разнообразных форм и методов работы, выбор которых осуществляется педагогами самостоятельно в зависимости от контингента детей, уровня освоения Программы и решения конкретных образовательных задач.

Согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях» продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей от 3 до 4 лет – не более 15 минут, от 4 до 5 лет - не более 20 минут, для детей от 5 до 6 лет - не более 25 минут, для детей от 6 до 7 лет - не более 30 минут.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группе не превышает 30 и 40 минут соответственно, в старшей и подготовительной 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультминутку. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста осуществляется во второй половине дня после дневного сна не чаще 2-3 раз в неделю. Ее продолжительность составляет не более 25-30 минут в день. В середине непрерывно образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.

Занятия по физическому развитию для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуется 3 раза в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет: в младшей группе -15 мин., в средней группе - 20 мин., в старшей группе – 25 мин., в подготовительной группе – 30 мин.

Один раз в неделю для детей 5-7 лет круглогодично организуются занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе. Их проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличие спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

В теплое время при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию организуется на открытом воздухе.

Решение задач Программы осуществляется в течение всего времени пребывания детей в дошкольной организации.

В основу организации образовательного содержания ставится тема, выступающая как сообщаемое знание и представляемая в эмоционально-образной форме. Содержание образования проецируется на предметную среду. Педагог организует предметную среду, подбирает развивающий материал.

На основе Перечня праздников (событий) в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей осуществляется комплексно-тематическое планирование образовательной деятельности.

Перечень праздников (событий)

Таблица №14

№ п/п	Наименование (тематика) праздника (события)	Временной период
1.	До свидания, лето, здравствуй, детский сад!	1-я неделя сентября
2.	Осень в гости к нам пришла...	2-я – 4-я недели сентября
3.	Я – человек!	1-я – 2-я неделя октября
4.	Мой город, моя страна	3-я неделя октября – 1-я неделя ноября
5.	Я и моя семья	2-я – 3-я неделя ноября
6.	Новогодний серпантин	4-я неделя ноября – 4-я неделя декабря
7.	Зимушка – зима	1-я – 4-я недели января
8.	Будем в армии служить!	1-я – 3-я неделя февраля
9.	Международный женский день	4-я неделя февраля – 1-я неделя марта
10.	Народная культура и традиции	2-я – 4-я недели марта
11.	Весна – красна!	1-я – 4-я неделя апреля
14.	Праздник Весны и труда	1-я неделя мая
15.	День Победы	2-я неделя мая
16.	Скоро лето!	3-я – 4-я неделя мая

2.10. Методические материалы и средства обучения.

Таблица №15

Образовательная область «Физическое развитие»				
№	Название книги	Автор	Издательство, год издания	Примечание

1	Методика физического воспитания	Степаненкова Э.Я	«Мозаика-Синтез»,2005	Методические рекомендации по физическому воспитанию и развитию
2.	Физическое воспитание в детском саду»	Степаненкова Э.Я	«Мозаика-Синтез»,2005	Программа и методические рекомендации по физическому воспитанию детей дошкольного возраста
3	Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях	Кожухова Н.Н. Рыжкова Л.А. Самодурова М.М.	«Академия», 2002	Рассматриваются вопросы теории и методики физического воспитания детей дошкольного возраста
	Теория и методика физической культуры дошкольников	Под ред. Филипповой С. О., Г.Н.Пономаревой	«Детство Пресс»,2008	Рассматриваются вопросы теории и методики физического воспитания детей дошкольного возраста
4	Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения	Под ред. Филипповой С. О.	«Детство Пресс»,2005	Освещены актуальные вопросы организации физкультурных занятий, рекреационной деятельности, планирования физкультурной работы
5	Справочник инструктора по физической культуре	Крусева Т.О.	«Феникс», 2005	Материал по физическому воспитанию: занятия, игры

	в детских дошкольных учреждениях			
6	Фитнесс Данс	Фирилева Ж.Е. Сайкина Е. Г.	«Детство Пресс», 2007	Учебно-методическое пособие., содержит большой материал по организации и проведению упражнений лечебно-профилактического танца
7.	Здоровьеформирующее физическое развитие	Шилкова И. К., Большев А. С., Силкин Ю. Р., Лебедев Ю. А., Филиппова Л. В.	«Владос», 2001	Развивающие двигательные программы для детей 5-6 лет»
8.	Контроль физического состояния детей дошкольного возраста	Тарасова Т. А.	«Сфера», 2005	Методики контроля физического состояния детей до 7 лет
9	Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5-7 лет	Рунова М. А	«Просвещение», Москва, 2005	Представлена система занятий по физической культуре разного типа
10	Двигательная активность ребенка в детском саду	Рунова М. А	Мозаика-Синтез, Москва, 2004	В книге представлен многолетний опыт исследовательской работы автора по проблеме физиче-

				ского воспитания дошкольников и активизации их двигательной деятельности
11	Социальная технология научно-практической школы им. Ю. Ф. Змановского Здоровый дошкольник	Антонов Ю. Е., Кузнецов М. М., Марченко Т. И.	АРКТИ, 2001	
12	Здоровый дошкольник социально-оздоровительная технология 21 века	Антонов Ю. Е., Кузнецов М. М., Марченко Т. И.	АРКТИ, 2001	
13	Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками	Борисова Е. Н	«Понорама»,2006	
14	Оздоровительная работа в ДОУ по программе «Остров здоровья»	Александрова Е. Ю.	Учитель, 2006	
15	Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ	Моргунова О. Н.	Учитель, 2005	Практические материалы
16	Занятия физической культурой в ДОУ	Горькова Л. Г. Обухова Л. А.	М.: 5 за знания, 2005	
17	Здоровичок	Никанорова Т.С., Сергиенко Е.М.	Ворнеж, 2007	Система оздоровления дошкольников
18	Играйте на здоровье	Волошина Л. Н.	АРКТИ, 2004	Программа и технология физического

				воспитания детей 5-7 лет
19	Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном учреждении	Воротилкина И. М.	«Издательство НЦ ЭНАС», 2004	Практический материал по планированию ф-о работы
20	Физкультура разработки занятий подготовительная группа	Фисенко М. А.	Корифей, Волгоград, 2007	
21	Физическое воспитание и познавательное развитие дошкольников	Белая К. Ю., Зимнина В. Н.	Школьная пресса, 2007	
22	Ознакомление с природой через движение	Рунова М. А., Бутилова А.	Мозаика-Синтез, 2006	Интегрированные занятия
23	Физические упражнения и подвижные игры	Кузнецов В. С., Колодницкий Г. А.	«Издательства НЦ ЭНАС», 2005	Практический материала
24	Спортивные мероприятия для дошкольников	Давыдова М. А.	МОСКВА, «Вако», 2007	Спорт. Праздники, подвижные игры, эстафеты, спортивные сказки
25	Методика формирования правильной осанки у детей	Петрова Л. Г.,	Екатеринбург, 2002	
26	Организация оздоровительного центра в дошкольном учреждении	Каштанова Т. В.	АРКТИ, 2002	Практическое пособие

27	Лечебная физкультура для дошкольников	Козырева О. В.	М.: Просвещение, 2005	Методическое пособие
28	Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ	Моргунова О. В.	Воронеж, «Учитель», 2005	Практическое пособие
29	Плоскостопие у детей 6-7 лет	Лосева В.С.	М.: «Сфера», 2004	
30	Веселая физкультура для детей и их родителей	Казина О. Б.	Ярославль, 2005	Описан опыт работы педагогов и родителей
31	Воспитание двигательной культуры дошкольников	Волошина Л. Н.,	АРКТИ, 2005	Представлены ключевые направления воспитания культуры здоровья
32	Физкультура в семье, ДОУ и начальной школе	Волосникова, Т. В., Филиппова С. О.	Школьная пресса, 2005	Программа и методические рекомендации
33	Система физического воспитания в ДОУ	Литвинова О. М.	Волгоград, «Учитель», 2007	Планирование, информационно-методические материалы, разработки занятий и упражнений
34	Физкультура – это радость	Сивачева Л. Н.	Детство-Пресс, 2003	Спортивные игры с нестандартным оборудованием

35	Физическая культура дошкольника в ДОУ	Бочарова Н. И.	Центр педагогического образования, Москва, 2007	
36	Физкультура средняя и ставшие группы	Фисенко М. А.	Волгоград, Корифей, 2007	Разработки занятий
37	Если ребенок часто болеет	О.В. Козырева	Москва, Просвещение, 2008	В пособие рассматривается применение оздоровительной физкультуры для чбд в условиях ДОУ
38	Физкультура для ослабленных детей	В.К. Велитченко	Москва, Терра-Спорт, 2000	Методическое пособие
39	Индивидуальный подход к ребенку	М.Д. Маханева	М.: ТЦ Сфера, 2005	В книге определены практические пути реализации индивидуального подхода к ребенку в условиях ДОУ
40.	Утренняя гимнастика в детском саду	Т.Е. Харченко	М.: Мозаика – Синтез, 2007	Пособие содержит упражнения утренней гимнастики игрового характера для детей 3-5 лет
41	Занятия физической культурой в ДОУ	Л.Г. Горькова, Л.А. Обухова	М.: 5 за знания, 2005	Комплексы оздоровительной гимнастики

42	Азбука физкультминуток для дошкольников	В.И Ковалько	М.:ВАКО,2005	Практическая разработка физкультминуток
43	Быть здоровыми хотим	М.Ю. Картушина	М.: ТЦ Сфера,2004	Программа интегрированных оздоровительных занятий с детьми
44	Зеленый огонек здоровья	М.Ю. Картушина	СПб.: Детство Пресс,2004	Представлена программа «Зеленый огонек здоровья». Конспекты оздоровительных занятий
45	Сценарии оздоровительных досугов для детей 5-6 лет	М.Ю. Картушина	М.: ТЦ Сфера,2004	Разработки оздоровительных досугов
	Сценарии оздоровительных досугов для детей 5-6 лет	М.Ю. Картушина	М.: ТЦ Сфера,2004	Разработки оздоровительных досугов
	Логоритмические занятия в детском саду	М.Ю. Картушина	М.: ТЦ Сфера,2003	Практический материал для работы с детьми ОНР
	День защитников Отечества	М.Ю. Картушина	М.: ТЦ Сфера,2012	
46.	Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет	Е.Н. Вареник	М.: ТЦ Сфера,2008	Представлена интегрированная система

				физкультурно-оздоровительных мероприятий
47.	Оздоровительно-развивающие игры для дошкольников	О.В.Козырева	М.: Просвещение,2007	В книге раскрывается направление оздоровления, использование игр для детей 4-6 лет с наиболее распространенными заболеваниями о отклонениями в состоянии здоровья
48	Развивающие занятия по физической культуре и укреплению здоровья дошкольников	Н.Ф.Дик	Ростов н/Дону,: Феникс, 2005	Книга содержит практический материал по совершенствованию физической культуры и укреплению здоровья дошкольников
50.	Медицинский контроль за физическим развитием дошкольников.	Г.В. Каштанова, Е, Г .Мамаева	М.: АРКТИ,2006	
51	Корректирующая гимнастика для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата в условиях детского сада	М.А.Клюева	СПб.: Детство Пресс,2007	
52	Бодрящая гимнастика для дошкольников	Т.Е Харченко	СПб.: Детство Пресс,2010	В книге представлены оригинальные

				комплексы гимнастики после сна
53	Диагностика культуры здоровья дошкольника	В,А Деркунская	М.: Педагогическое общество России, 2005	В книге представлена комплексная диагностика культуры здоровья детей дошкольного возраста
54	Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении	А.П. Щербак	М.: Гуманит, изд.центр Владос, 2001	
55	Театр физического развития и оздоровления	Н. Ефименко	М.: Линка-Пресс, 1999	Рабочие материалы к программе
56.	Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5-7 лет	Рунова М. А.	М.: Просвещение, 2005	Представлены занятия с учетом принципа оптимизации, дифференциации и индивидуализации.
57	Движение день за днем	Рунова М. А.	М.: Линка-Пресс, 2007	Комплексы физических упражнений и игр для детей 5-7 лет с использованием вариативной игровой среды
58	Навстречу олимпиаде	Ю.А. Кириллова	СПб.: Детство Пресс, 2012	Конспекты физкультурных досугов

59	Фитнесс для дошкольников	А.А. Нечитайлова, Н.С.Полунина, М.А. Архипова	СПб.: Детство Пресс,2017	Конспекты физкультурных занятий и развлечений
60	150 эстафет для детей дошкольного возраста	Е.Ф. Желобкович	М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2010	
61.	Игры, которые лечат	А.С. Галанов	М.: ТЦ Сфера,2003	Представлены оздоровительные игры для детей 1-3 года
62	Игры, которые лечат	А.С. Галанов	М.: Педагогическое общество России, 2005	Представлены оздоровительные игры для детей 3 – 5 лет
63	Недели здоровья в детском саду	Е.А. Гуменюк, Н. А Слисенко	СПб.: Детство Пресс,2013	
64	Сборник подвижных игр	Э. Я. Степаненкова	М.:Мозаика – Синтез,2011	
65	Игры с элементами спорта для детей 3-4 лет	Л.Н. Волошина, Т. В. Курилова	М.: Издательство «Гном и Д», 2004	Программа «Играйте на здоровье» и технология ее применения для детей 3-4 лет
66	Физкультурные занятия в детском саду Вторая младшая группа	Л. И. Пензулаева	М.:Мозаика – Синтез,2010	
67	Физкультурные занятия в детском саду	Л. И. Пензулаева	М.:Мозаика – Синтез,2010	

	Средняя группа			
68	Физкультурные занятия в детском саду Старшая группа	Л. И. Пензулаева	М.:Мозаика – Син- тез,2010	
69	Физкультурные занятия в детском саду Подготовительная группа	Л. И. Пензулаева	М.:Мозаика – Син- тез,2010	

2.11. Способы и направления поддержки детской инициативы

Построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребёнка является главным условием развития и поддержки детской инициативы.

Таблица №16

Сферы инициативы <i>(по Н.А. Коротковой)</i>	Способы поддержки детской инициативы
--	---

<p><i>Творческая инициатива</i> (включенность в сюжетную игру как основную творческую деятельность ребенка, где развиваются воображение, образное мышление)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - поддержка спонтанной игры детей, ее обогащение, обеспечение игрового времени и пространства; - поддержка самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности
<p><i>Инициатива как целеполагание и волевое усилие</i> (включенность в разные виды продуктивной деятельности - рисование, лепку, конструирование, требующие усилий по преодолению "сопротивления" материала, где развиваются произвольность, планирующая функция речи)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - не директивная помощь детям, поддержка детской самостоятельности в разных видах изобразительной, проектной, конструктивной деятельности; - создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности, материалов
<p><i>Коммуникативная инициатива</i> (включенность ребенка во взаимодействие со сверстниками, где развиваются эмпатия, коммуникативная функция речи)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности; - установление правил поведения и взаимодействия в разных ситуациях
<p><i>Познавательная инициатива</i> - любознательность (включенность в экспериментирование, простую познавательно-исследовательскую деятельность, где развиваются способности устанавливать пространственно-временные, причинно-следственные и родовидовые отношения)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей; - создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности, материалов

Программа обеспечивает полноценное развитие личности детей во всех основных образовательных областях, а именно: в сферах социально-коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического и физического развития личности детей на фоне их эмоционального благополучия и положительного отношения к миру, к себе и к другим людям. Указанные требования направлены на создание социальной ситуации развития для участников образовательных отношений, включая создание образовательной среды, которая:

- гарантирует охрану и укрепление физического и психического здоровья детей;
- обеспечивает эмоциональное благополучие детей;
- способствует профессиональному развитию педагогических работников;
- создает условия для развивающего вариативного дошкольного образования;
- обеспечивает открытость дошкольного образования;
- создает условия для участия родителей (законных представителей) в образовательной деятельности.

Психолого-педагогические условия реализации программы:

- уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;
- использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);
- построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
- поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности
- поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;
- возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;

Условия, необходимые для создания социальной ситуации развития детей, соответствующей специфике дошкольного возраста, предполагают:

1. Обеспечение эмоционального благополучия через:

- непосредственное общение с каждым ребенком;
- уважительное отношение к каждому ребенку, к его чувствам и потребностям;

2. Поддержку индивидуальности и инициативы детей через:

- создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности;
- создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;
- недирективную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности (игровой, исследовательской, проектной, познавательной и т.д.);

3. Установление правил взаимодействия в разных ситуациях:

- создание условий для позитивных, доброжелательных отношений между детьми, в том числе принадлежащими к разным национально-культурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также имеющими различные (в том числе ограниченные) возможности здоровья;
- развитие коммуникативных способностей детей, позволяющих разрешать конфликтные ситуации со сверстниками;
- развитие умения детей работать в группе сверстников;

4. *Построение вариативного развивающего образования, ориентированного на уровень развития, проявляющийся у ребенка в совместной деятельности со взрослым и более опытными сверстниками, но не актуализирующийся в его индивидуальной деятельности (далее - зона ближайшего развития каждого ребенка), через:*

- создание условий для овладения культурными средствами деятельности;
- организацию видов деятельности, способствующих развитию мышления, речи, общения, воображения и детского творчества, личностного, физического и художественно-эстетического развития детей;
- поддержку спонтанной игры детей, ее обогащение, обеспечение игрового времени и пространства
- оценку индивидуального развития детей;

5. *взаимодействие с родителями (законными представителями) по вопросам образования ребенка, непосредственного вовлечения их в образовательную деятельность, в том числе посредством создания образовательных проектов совместно с семьей на основе выявления потребностей и поддержки образовательных инициатив семьи.*

- Детское игровое экспериментирование
- Создание интеллектуально-игровой среды
- Проектирование
- Игровое моделирование

6. *Переход к новым активным методам обучения (ориентироваться скорее на процесс получения знаний детьми, чем на знания как таковые)*

- Формирование поискового стиля мышления
- Формирование интереса к познанию и исследованию
- Развитие у детей доказательного типа рассуждений.

3-4 года

Приоритетная сфера инициативы — **продуктивная деятельность.**

Деятельность педагога по поддержке детской инициативы:

- Создавать условия для реализации собственных планов и замыслов каждого ребенка
- Рассказывать детям об их реальных, а также возможных в будущем достижениях.
- Отмечать и публично поддерживать любые успехи детей.
- Всемерно поощрять самостоятельность детей и расширять ее сферу.
- Помогать ребенку найти способ реализации собственных поставленных целей.
- Поддерживать стремление научиться делать что-то и радостное ощущение возрастающей умелости.

- В ходе занятий и в повседневной жизни терпимо относиться к затруднениям ребенка, позволять ему действовать в своем темпе.
- Не критиковать результаты деятельности детей, а также их самих. Использовать в роли носителей критики только игровые персонажи, для которых создавались эти продукты.
- Ограничить критику исключительно результатами продуктивной деятельности.
- Учитывать индивидуальные особенности детей, стремиться найти подход к застенчивым, нерешительным, конфликтным, непопулярным детям.
- Уважать и ценить каждого ребенка независимо от его достижений, достоинств и недостатков.
- Создавать положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям: выражать радость при встрече; использовать ласку и теплое слово для выражения своего отношения к ребенку; проявлять деликатность и тактичность.

4-5 лет

Приоритетная сфера инициативы — **познание окружающего мира**.

Деятельность педагога по поддержке детской инициативы:

- Поощрять желание ребенка заниматься физической культурой, спортом, участия в спортивных развлечениях, праздниках.
- Негативные оценки можно давать только поступкам ребенка и только один на один, а не на глазах у детей.
- Недопустимо диктовать детям, как и во что они должны играть; навязывать им сюжеты игры. Развивающий потенциал игры определяется тем, что это самостоятельная, организуемая самими детьми деятельность.
- Участие взрослого в играх детей полезно при выполнении следующих условий: дети сами приглашают взрослого в игру или добровольно соглашаются на его участие; сюжет и ход игры, а также роль, которую взрослый будет играть, определяют дети, а не педагог; характер исполнения роли также определяется детьми.
- Привлекать детей к украшению спортивного зала к праздникам, обсуждая разные возможности и предложения.
- Побуждать детей формировать и выражать собственную эстетическую оценку воспринимаемого, не навязывая им мнения взрослых.

5-6 лет

Приоритетная сфера инициативы — **внеситуативно-личностное общение**.

Деятельность педагога по поддержке детской инициативы:

- Создавать положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям: выражать радость при встрече; использовать ласку и теплое слово для выражения своего отношения к ребенку.
- Уважать индивидуальные вкусы и привычки детей.
- Поощрять желание создавать что-либо по собственному замыслу; обращать внимание детей на полезность будущего продукта для других или ту радость, которую он доставит кому-то (маме, бабушке, папе, другу).
- Создавать условия для разнообразной самостоятельной деятельности детей.
- При необходимости помогать детям в решении проблем организации игры.
- Создавать условия и выделять время для дополнительных занятий спортом, физической культуры.

6-7 лет

Приоритетная сфера инициативы — **научение**.

Деятельность педагога по поддержке детской инициативы:

- Вводить адекватную оценку результата деятельности ребенка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования двигательной активности детей.
- Спокойно реагировать на неуспех ребенка и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, и т.п. Создавать ситуации, позволяющие ребенку реализовать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников.
- Обращаться к детям с просьбой, показать педагогу и научить его тем индивидуальным достижениям, которые есть у каждого.
- Поддерживать чувство гордости за свои успехи и удовлетворения его результатами.
- Создавать условия для разнообразной спортивной деятельности детей.
- При необходимости помогать детям в решении проблем при организации игры.
- Реализовывать пожелания и предложения детей.
- Создавать условия и выделять время для дополнительной двигательной активности детей по их интересам.

2.12. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников и социальными партнерами

2.12.1. Работа с семьями воспитанников

Цель работы с родителями: обеспечение тесного взаимодействия педагогов ДООУ и родителей в процессе развития и здоровьесбережения детей.

Задачи работы с родителями:

- Формирование у родителей уверенности в собственных педагогических способностях и возможностях.
- Систематизация знаний родителей.
- Просвещение родителей.

- Изучение особенностей каждой семьи.
- Привлечение родителей к активному участию в деятельности ДОУ.
- Повышение общей психолого-педагогической культуры родителей.
- Изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания.

Содержание (основные направления) работы с родителями:

- Информационно-просветительское направление: оформление наглядной текстовой информации для родителей, выпуск газет для родителей, родительский всеобуч, семинары, практикумы.
- Консультационное направление: проведение консультаций, разработка рекомендаций и памяток.
- Организационное направление: родительские собрания, Дни открытых дверей, выпуски семейных газет.
- Диагностико - аналитическое направление: изучение особенностей семей путём собеседования, анкетирования.

Таблица №17

Формы взаимодействия с семьями воспитанников

- Изучение состояния здоровья детей совместно со специалистами детской поликлиники, медицинским персоналом ДОУ и родителями. Ознакомление родителей с результатами.
- Изучение условий семейного воспитания через анкетирование, посещение детей на дому и определение путей улучшения здоровья каждого ребёнка.
- Формирование банка данных об особенностях развития и медико-педагогических условиях жизни ребёнка в семье с целью разработки индивидуальных программ физкультурно-оздоровительной работы с детьми, направленной на укрепление их здоровья.
- Создание условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости детей в ДОУ и семье:
 - ✓ Зоны физической активности,
 - ✓ Закаливающие процедуры,
 - ✓ Оздоровительные мероприятия и т.п.
- Организация целенаправленной работы по пропаганде здорового образа жизни среди родителей.
- Ознакомление родителей с содержанием и формами физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.
- Тренинг для родителей по использованию приёмов и методов оздоровления (дыхательная и артикуляционная гимнастика, физические упражнения и т.д.) с целью профилактики заболевания детей.
- Согласование с родителями индивидуальных программ оздоровления, профилактических мероприятий, организованных в ДОУ.
- Ознакомление родителей с нетрадиционными методами оздоровления детского организма.
- Использование интерактивных методов для привлечения внимания родителей к физкультурно-оздоровительной сфере: организация конкурсов, викторин, проектов, развлечений и т.п.
- Пропаганда и освещение опыта семейного воспитания по физическому развитию детей и расширения представлений родителей о формах семейного досуга.
- Консультативная, санитарно-просветительская и медико-педагогическая помощь семьям с учётом преобладающих запросов родителей на основе связи ДОУ с медицинскими учреждениями.
- Организация консультативного пункта для родителей в ДОУ для профилактики и коррекции ранних осложнений в состоянии здоровья ребёнка.
- Подбор и разработка индивидуальных программ (комплексов упражнений) для укрепления свода стопы, профилактики плоскостопия, осанки, зрения и т.д. с целью регулярного выполнения дома и в ДОУ.
- Организация «круглых столов» по проблемам оздоровления и физического развития с участием медицинских работников.

- Организации дискуссий с элементами практикума по вопросам физического развития и воспитания детей.
- Проведение дней открытых дверей, вечеров вопросов и ответов, совместных развлечений с целью знакомства родителей с формами физкультурно-оздоровительной работы в ДООУ.
- Педагогическая диагностическая работа с детьми, направленная на определение уровня физического развития детей. Ознакомление родителей с результатами диагностических исследований. Отслеживание динамики развития детей.
- Определение и использование здоровьесберегающих технологий.
- Правовое просвещение родителей на основе изучения социокультурного состояния родителей с целью повышения эффективности взаимодействия семьи и ДООУ, способствующего укреплению семьи, становлению гражданственности воспитанников, повышению имиджа ДООУ и уважению педагогов.

Перспективное планирование мероприятий по физическому воспитанию, проводимых совместно с семьями воспитанников

Таблица №18

Месяц	мероприятие	Форма	Ответственные
сентябрь	<ul style="list-style-type: none"> • Родительские собрания. Выступление инструктора по физической культуре, ознакомление родителей с задачами программы, физкультурно-оздоровительной работой на новый учебный год (с использованием мультимедийных презентаций). • Анкетирование родителей. • Олимпийская зарядка (с родителями, теплый день на улице) • Консультация «Гигиеническое значение физкультурной формы» 	Родительское собрание Анкетирование Совместная зарядка Беседа, стендовый материал	Инструктор по фк, воспитатели
октябрь	<ul style="list-style-type: none"> • «Угроза здоровью – чрезмерный вес ребенка» • Портфолио здоровья дошкольника • «Вместе с папой, вместе с мамой» 	Стендовый материал Консультация для родителей подг. Гр Совместное занятие, средние группы	Инструктор по фк, воспитатели

ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> • Краткосрочный проект «День матери» (продолжительность 1 день). Старшие группы • Спортивный уголок дома 	<p>Развлечение, совместно с родителями</p> <p>Стендовый материал</p>	Инструктор по фк, воспитатели
декабрь	<ul style="list-style-type: none"> • Консультация для родителей «Организация активного отдыха детей во время каникул» (+ практический показ игр и игровых упражнений) • Игра в жизни ребенка 	<p>Консультация</p> <p>Беседа, младшие группы</p>	Инструктор по фк, воспитатели
январь	<ul style="list-style-type: none"> • «Активный отдых всей семьи» • Развлечение «Русские забавы» 	<p>Фотовыставка, выставка рисунков детей</p>	Инструктор по фк, воспитатели

февраль	<ul style="list-style-type: none"> • Проект «День защитников Отечества» (продолжительность 1 неделя) с участием членов семей воспитанников: <ol style="list-style-type: none"> 1. «Нам преграды не страшны, если рядом папа» 2. «Защитники Отечества» 3. «Защитники Отечества» 4. Зарница 	<p>Физкультурное развлечение, мл. гр Выставка рисунков и фотографий, ср. гр. Занятие, совместное с родителями, подготовительные группы</p> <p>Военно – спортивный праздник, совместно с родителями, старшие, подготовительные группы</p>	Инструктор по фк, воспитатели
март	<ul style="list-style-type: none"> • «Значение пальчиковой гимнастики» • Занятие с родителями из цикла «Вместе с папой, вместе с мамой» младшие группы • «Моя мама самая спортивная» 	<p>Консультация, мастер – класс средние группы Совместное физкультурное занятие Фотовыставка, старшие, подготовительные группы</p>	Инструктор по фк, воспитатели
апрель	<ul style="list-style-type: none"> • День открытых дверей • Неделя здоровья 	Открытые занятия, беседы, консультации, совместные мероприятия	Инструктор по фк, воспитатели

<p style="text-align: center;">Май</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Физкультурный праздник «Мама, папа, я – спортивная семья» • Анкетирование родителей «Совместные физкультурные занятия детей и родителей глазами родителей» 	<p style="text-align: center;">Физкультурный праздник</p> <p style="text-align: center;">анкетирование</p>	<p style="text-align: center;">Инструктор по фк, воспитатели</p>
<p style="text-align: center;">июнь</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Физкультурный праздник совместно с родителями «День Нептуна» • Туристический поход совместно с родителями 	<p style="text-align: center;">Развлечение</p> <p style="text-align: center;">Активный отдых</p>	<p style="text-align: center;">Инструктор по фк, воспитатели</p>

2.12.2. Работа с педагогами

Чем больше участников вовлечено в процесс, тем шире круг решаемых задач, и, следовательно, весомей результат. Поэтому возникла необходимость интеграции, в первую очередь, педагогов. Прекрасно сознавая важность каждого отдельно взятого направления развития ребенка, а именно: физическое, познавательно-речевое, художественно-эстетическое, социально-личностное, и понимая, что за каждое направление отвечает специалист более в ней компетентный, мы объединили усилия для достижения поставленных задач.

В процессе совместного обсуждения данной проблемы, мы предположили, что с помощью интеграции задач физического развития в образовательные области через различные виды деятельности, мы сможем улучшить здоровье детей, повысить качество образования, укрепить партнерские отношения в семье. Всеми специалистами была признана актуальность данной задачи, так как она: обеспечивает равные возможности детям с ослабленным здоровьем; приобщает семьи к ценностям здорового образа жизни (отвечает на социальный запрос родителей); обеспечивает качество образования (обеспечивает профессиональный рост педагогов); соответствует вектору образования на оздоровление нации (соответствует государственной политике) (Таблица №1).

Таблица №19

Модель взаимодействия специалистов по образовательным областям «Здоровье» и «Физическая культура».

Образовательная область	Инструктор ФК	Музыкальный руководитель	Логопед	Медицинские работники
Физическая культура	-проведение тематических, интегрированных физкультурных занятий -двигательные праздники и развлечения -соревнования -подвижные игры -спортивные игры	-музыкально-ритмические движения -танец -вокально-артикуляционные упражнения для развития певческих данных и дыхания	-проведение двигательных упражнений, направленных на развитие координации речи с движением (логоритмика) -физкультминутки -имитационные движения с речью	-контроль двигательной активности -контроль моторной плотности на физкультурных занятиях
Здоровье	-упражнения на профилактику сколиоза, плоскостопия	-театр ЗОЖ -дыхательная гимнастика для развития звуковоспроизведения	-пальчиковая гимнастика -упражнения на развитие правильного речевого дыхания -профилактика осанки, зрения	-участие в днях Здоровья -профилактические осмотры детей

	-зрительная и пальчиковая гимнастика -Кинезиологическая гимнастика -валеологические интегрированные занятия -корректирующая гимнастика -дни Здоровья	-утренняя гимнастика под музыку -бодрящая под музыку -музыкальные минутки в группах	-развитие слухового и зрительного внимания	
--	--	---	--	--

Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя.

Задачи: обеспечение потребности в движении, формирования основ физической культуры, осуществления гигиенического воспитания, формирования ценностного отношения к здоровью.

Инструктор по физической культуре и учитель-логопед совместно развивают мелкую моторику, просодические компоненты речи, уделяют внимание формированию коммуникативных навыков.

При тесной связи инструктора по физической культуре и музыкального руководителя у детей активно развиваются музыкально-ритмические движения, пластика, постоянно ведется работа над дыханием.

При интеграции задач инструктора по физической культуре и педагога – психолога на занятиях происходит развитие эмоциональной сферы и эмпатии, коррекция отклонений в поведении, социализация личности.

Нами разработан алгоритм действий педагогов в рамках интеграции. На первом этапе мы определяем задачи в соответствии с интересующей детей темой. Далее совместную деятельность с детьми мы строим по принципу линейной интеграции. Каждый специалист подготавливает детей к конкретному мероприятию, решая задачи в своей области. Чтобы придерживаться определенного направления, нами разработаны и продолжают разрабатываться сюжетные линии, которые, при желании, каждый педагог может наполнить собственным материалом или выстроить интегрированный досуг

Консультации для воспитателей

Таблица №20

Срок проведения	Тема	Воспитатели групп
Сентябрь	Гигиеническое значение спортивной формы	Всех
Октябрь	1 неделя: Утренняя гигиеническая гимнастика (беседа + практикум)	Всех
	2 неделя: Физкультурно-оздоровительная работа вне занятий	Всех
	3 неделя: Двигательная активность детей на прогулке	Всех
	4 неделя Использование нетрадиционного оборудования (открытое занятие)	Всех
Ноябрь	Организация самостоятельной двигательной деятельности младших дошкольников	Младшей, средней
Декабрь	Особенности проведения гимнастики после сна	Всех
Январь	Двигательная активность детей в каникулярное время	Старшей, подготовительной
Февраль	Подготовка к военно-спортивной игре «Зарница»	Старшей, подготовительной
Март	Индивидуальная потребность ребенка в движении (гиперактивные дети)	Всех
Апрель	Двигательные предпочтения мальчиков и девочек	Всех
май	Физическая готовность детей к школе	подготовительная

2.12.3. Взаимодействие с социальными партнерами.

Развитие социальных связей дошкольной организации с культурными и научными центрами дает дополнительный импульс для духовного развития и обогащения личности ребенка, совершенствует конструктивные взаимоотношения с родителями, строящиеся на идее социального партнерства.

Одновременно этот процесс способствует росту профессионального мастерства всех специалистов детского сада, работающих с детьми, поднимает статус учреждения, указывает на особую роль его социальных связей в развитии каждой личности и тех взрослых, которые входят в ближайшее окружение ребенка, что в конечном итоге ведет к повышению качества дошкольного образования.

Связи с социумом строятся на основе принципов установления коммуникаций между детским садом и социумом, учета запросов общественности, принятия политики детского сада социумом, сохранения и укрепления имиджа дошкольной организации в обществе.

Направления и формы взаимодействия дошкольной организации с социальными партнерами

Таблица №20

Социальные партнеры	Направления и формы взаимодействия
<ul style="list-style-type: none">• ГАОУ ДПО Свердловской области «Институт развития образования»• УрГПУ	Научно-методическое сопровождение Реализация проектов Консалтинговая поддержка Повышение квалификации педагогических и руководящих работников, обмен опытом
<ul style="list-style-type: none">• ГИБДД	Профилактика детского дорожного травматизма на дорогах города Пропаганда соблюдения правил дорожного движения детьми и их родителями
<ul style="list-style-type: none">• Детские сады района, города	Обмен опытом
<ul style="list-style-type: none">• Детская поликлиника № 8	Медицинское оздоровительное лечебно-профилактическое, консультационное сопровождение Мониторинг здоровья воспитанников Реализация программы «Здоровье»
<ul style="list-style-type: none">• МБОУ СОШ № 32	Обеспечение преемственности дошкольного и начального образования Реализация совместных социально-педагогических проектов
<ul style="list-style-type: none">• Отдел образования администрации Чкаловского района	Нормативно-правовое сопровождение Предоставление отчетности Инновационная деятельность

	Участие в конференциях, совещаниях Аттестация педагогических кадров
• ТМППМК «Радуга»	Психолого-медико-педагогическое сопровождение Консалтинговая деятельность

Преимственность в работе МАДОУ и школы

Преимственность – двусторонний процесс, в котором на дошкольной ступени образования формируются фундаментальные личностные качества ребенка, которые служат основой успешности школьного обучения. Школа, как преемник дошкольного образования опирается на достижения ребенка-дошкольника и организует свою педагогическую практику, развивая накопленный им потенциал, что позволяет реализовывать непрерывность в развитии детей и образовании как системе.

Важнейшую роль в преемственности дошкольного и начального образования имеет координация взаимодействия между педагогическими коллективами детского сада и школы, решение общих целей и задач непрерывного образования.

Взаимодействие дошкольного образовательного учреждения со школами осуществляется через **план мероприятий по обеспечению преемственности** между образовательными учреждениями, который включает **организацию и проведение мероприятий** с детьми, родителями, педагогами:

- беседы с учителями первых классов школы по вопросам адаптации выпускников детского сада;
- совместные совещания, круглые столы, педагогические советы учителей и педагогов дошкольной организации по вопросам преемственности в работе детского сада и школы;
- экскурсии воспитанников детского сада по школе с посещением уроков первоклассников, столовой, библиотеки, спортивного зала; посещение кабинета Безопасности и проведение занятия учителем ОБЖ;
- проведение родительских собраний, дней открытых дверей с учителями школы, родителями, педагогами детского сада.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ.

3.1 ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ, ОСУЩЕСТВЛЯЕМАЯ В ПРОЦЕССЕ ОРГАНИЗАЦИИ РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ ДЕТСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (НОД) на 2017 – 2018 учебный год

	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
№ 3 (вторая группа ран-)	Развитие речи Физическая культура	Музыка Познавательное развитие	Развитие речи Физическая культура	Музыка Лепка	Рисование Физическая культура
№ 7 (младшая группа)	Музыка Познание (формирование целостной картины мира)	Познание (формирование элементарных математических представлений, конструирование) Физическая культура	Музыка Коммуникация. Чтение художественной литературы	Физическая культура Рисование	Художественное творчество (Лепка/аппликация) Физическая культура на прогулке
№ 9 (младшая группа)	Познание (формирование целостной картины мира) Музыка	Физическая культура Познание (формирование элементарных математических представлений, конструирование)	Коммуникация. Чтение художественной литературы Музыка	Рисование Физическая культура	Художественное творчество (лепка/аппликация) Физическая культура на прогулке
№ 10 (младшая группа)	Физическая культура Познавательное развитие (формирование целостной картины мира)	Музыка Познавательное развитие (формирование элементарных математических представлений, конструирование)	Развитие речи Физическая культура на прогулке	Музыка Художественное творчество (рисование)	Художественное творчество (Лепка/аппликация) Физическая культура

№ 11 (средняя группа)	<p>Познание (формирование целостной картины мира)</p> <p>Физическая культура</p>	<p>Познание (формирование элементарных математических представлений, конструирование)</p> <p>Музыка</p>	<p>Коммуникация. Чтение художественной литературы</p> <p>Физическая культура на прогулке</p>	<p>Художественное творчество (рисование)</p> <p>Музыка</p>	<p>Физическая культура</p> <p>Художественное творчество (Лепка /аппликация)</p>
№ 4 (средняя группа)	<p>Познание (формирование целостной картины мира)</p> <p>Музыка</p>	<p>Познание (формирование элементарных математических представлений, конструирование)</p> <p>Физическая культура</p>	<p>Художественное творчество (рисование)</p> <p>Музыка</p>	<p>Коммуникация. Чтение художественной литературы</p> <p>Физическая культура</p>	<p>Художественное творчество (Лепка /аппликация)</p> <p>Физическая культура на прогулке</p>
№ 6 (старшая группа)	<p>Познание (формирование целостной картины мира)</p> <p>Художественное творчество (рисование)</p> <p>Музыка</p>	<p>Познание (формирование элементарных математических представлений)</p> <p>Коммуникация. Чтение художественной литературы</p> <p>Физическая культура на прогулке</p>	<p>Коммуникация. Чтение художественной литературы</p> <p>Музыка</p>	<p>Физическая культура</p> <p>Познание (познавательная и продуктивная (конструктивная) деятельность)</p> <p>Художественное творчество (рисование)</p>	<p>Художественное творчество (лепка/аппликация)</p> <p>Физическая культура</p>
№ 12 (старшая группа)	<p>Познание (формирование целостной картины мира)</p> <p>Художественное творчество (рисование)</p> <p>Физическая культура на прогулке</p>	<p>Познание (формирование элементарных математических представлений)</p> <p>Коммуникация. Чтение художественной литературы</p> <p>Музыка</p>	<p>Коммуникация. Чтение художественной литературы</p> <p>Физическая культура</p>	<p>Познание (познавательная и продуктивная (конструктивная) деятельность)</p> <p>Художественное творчество (рисование)</p> <p>Музыка</p>	<p>Художественное творчество (лепка/аппликация)</p> <p>Физическая культура</p>

<p>№ 8 (подготовительная к школе группа)</p>	<p>Познание (формирование элементарных математических представлений) Музыка Коммуникация. Чтение художественной литературы</p>	<p>Познание (формирование целостной картины мира) Художественное творчество (рисование) Физическая культура на прогулке</p>	<p>Коммуникация. Чтение художественной литературы Познание (формирование элементарных математических представлений) Музыка</p>	<p>Познание (познавательно-исследовательская и продуктивная (конструктивная) деятельность) Физическая культура Художественное творчество (рисование)</p>	<p>Художественное творчество (лепка/аппликация) Физическая культура</p>
<p>№ 1 (подготовительная к школе группа)</p>	<p>Познание (формирование элементарных математических представлений) Художественное творчество (рисование) Физическая культура на прогулке</p>	<p>Познание (формирование целостной картины мира) Коммуникация. Чтение художественной литературы Музыка</p>	<p>Коммуникация. Чтение художественной литературы Познание (формирование элементарных математических представлений) Физическая культура</p>	<p>Познание (познавательно-исследовательская и продуктивная (конструктивная) деятельность) Художественное творчество (рисование)</p>	<p>Художественное творчество (лепка/аппликация) Физическая культура Музыка</p>
<p>№ 2 (подготовительная к школе группа)</p>	<p>Познание (формирование целостной картины мира) Коммуникация. Чтение художественной литературы Физическая культура на прогулке</p>	<p>Познание (формирование элементарных математических представлений) Художественное творчество (рисование) Музыка</p>	<p>Коммуникация. Чтение художественной литературы Познание (познавательно-исследовательская и продуктивная (конструктивная) деятельность) Физическая культура</p>	<p>Познание (формирование элементарных математических представлений) Художественное творчество (рисование)</p>	<p>Художественное творчество (лепка/аппликация) Физическая культура Музыка</p>

<p style="text-align: center;">№ 5 (подготовительная к школе группа)</p>	<p>Познание (формирование элементарных математических представлений)</p> <p>Художественное творчество (рисование)</p> <p>Физическая культура</p>	<p>Познание (формирование целостной картины мира)</p> <p>Коммуникация. Чтение художественной литературы</p> <p>Музыка</p>	<p>Познание (формирование элементарных математических представлений)</p> <p>Коммуникация. Чтение художественной литературы</p> <p>Физическая культура</p>	<p>Познание (познавательно-исследовательская и продуктивная (конструктивная) деятельность)</p> <p>Художественное творчество (рисование)</p>	<p>Художественное творчество (лепка/аппликация)</p> <p>Музыка</p> <p>Физическая культура на прогулке</p>
--	---	--	--	---	---

3.2. Перспективное планирование организованной образовательной деятельности

3.2.1. Циклограмма нод по физической культуре в младшей группе.

**ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 3–4 ЛЕТ
СЕНТЯБРЬ**

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	обучающие	развивающие	воспитывающие	Ползание, лазание	Катание, бросание, ловля, метание мяча	Прыжки
1-я неделя	Обучать ходьбе по извилистой дорожке	Развивать внимание, чувство равновесия	Воспитывать дружеские взаимоотношения, доброжелательность, желание прийти на помощь; способствовать созданию у детей радостного эмоционального настроя	Ползание на четвереньках по прямой (4–5 м, 5–6 м), по извилистой дорожке (ширина 20 см, расстояние 5–6 м)	Прокатывание мяча двумя руками вдаль от черты. Катание мяча двумя руками друг другу	Прыжки на всей ступне с подниманием на носки («пружинка»). Прыжки на всей ступне с работой рук («пружинка»)
	Содействовать формированию правильных навыков выполнения основных видов движений. Обеспечивать пропорциональное развитие всех мышечных групп. Поддерживать интерес к двигательной деятельности.					
2-я неделя	Обучать ползать на четвереньках	Развивать координацию движений и потребность в двигательной активности		Построения и перестроения	Ходьба, бег	
	Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта: выполнению ОВД. Учить выполнять построения. Развивать у детей физические качества (быстроту)					
3-я неделя	Обучать катить мяч друг другу	Развивать внимание, умение выполнять построение, прыжки на двух ногах. Развивать умение соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега, приучать бегать в разных направлениях не мешая друг другу	Построение стайкой. Построение врассыпную. Построение в круг.	Ходьба стайкой. Ходьба с подниманием колена. Ходьба по извилистой дорожке. Бег обычный стайкой. Бег врассыпную по залу обычный, на носках, с высоким подниманием колена		
	Совершенствовать умение катить мяч двумя руками, прыжки на двух ногах					
4-я неделя	Обучать прыгать на месте и ползать на четвереньках, подползать под веревку	Развивать умение ориентироваться в пространстве и умение бегать в определенном направлении. Развивать быстроту реакции, внимание, тренировать в беге в разных направлениях	Подвижные игры			
	Содействовать гармоничному физическому развитию детей. Совершенствовать детей в построении в круг и умениях находить пару, действовать коллективно			«Бегите ко мне», «Большие и маленькие ножки», «Через болото», «У медведя во бору...», «Тептики», «Догони меня», «Мы по лесу идем...», «Огуречик, огуречик...», «По ровненькой дорожке...», «Лягушка», «Поезд», «Солнышко и дождик», «Найди себе пару», «Волшебные хвосты»		

**ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 3–4 ЛЕТ
ОКТАБРЬ**

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	обучающие	развивающие	воспитывающие	Ползание, лазание	Катание, бросание, ловля, метание мяча	Прыжки
1-я неделя	Обучать ходьбе с перешагиванием через предметы	Развивать умение согласовывать свои действия с движениями других, умение действовать коллективно. Развивать внимание, ориентацию в пространстве, быстроту, ловкость	Воспитывать дружеские взаимоотношения, доброжелательность, желание прийти на помощь; способствовать созданию у детей радостного эмоционального настроения	Ползание за катящимся предметом с ускорением и замедлением темпа	Прокатывание мяча друг другу двумя руками (постепенное увеличение расстояния). Ползание на средних четвереньках за катящимся предметом. Прокатывание мяча между предметами (S = 50 см)	Прыжки на двух ногах на месте с поворотом вокруг себя. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (2–3 м)
	Содействовать гармоничному физическому развитию детей. Формировать у воспитанников потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании					
2-я неделя	Обучать ползанию на четвереньках за катящимся предметом	Развивать ловкость и умения начинать и заканчивать упражнение всем одновременно, соблюдать предложенный темп. Развивать быстроту реакции		Построения и перестроения	Ходьба, бег	
	Совершенствовать в беге в разных направлениях. Формировать начальные представления о здоровом образе жизни					
3-я неделя	Обучать прокатывать мяч между предметами	Развивать воображение, чувство равновесия		Построение в колонну по одному. Построение в колонну друг за другом	Ходьба парами стайкой. Ходьба в рассыпную. Ходьба с перешагиванием через предметы. Бег парами в стайке. Бег в колонне друг за другом по зрительным ориентирам	
	Способствовать формированию умения отображать некоторые игровые действия и имитировать действия персонажей, передавать несложные эмоциональные состояния персонажей					
4-я неделя	Обучать прыгать на двух ногах с продвижением вперед	Развивать умения начинать и заканчивать упражнение всем одновременно, соблюдать предложенный темп		Подвижные игры «Лохматый пес», «Пузырь», «Самолетики», «Схвати змею за хвост», «Не наступи», «Найди свой домик», «Коза рогатая», «Мыши и кот», «Шире шагай», «Кролики», «Ровным кругом», «У медведя во бору...», «Не опаздывай», «Огуречник», «Береги предмет», «Тишина», «Скорее в круг», «Поезд», «Птички в гнездышках»		
	Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта. Формировать начальные представления о здоровом образе жизни					

**ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 3–4 ЛЕТ
НОЯБРЬ**

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	обучающие	развивающие	воспитывающие	Ползание, лазание	Катание, бросание, ловля, метание мяча	Прыжки
1-я неделя	Обучать ходьбе по наклонной доске	Развивать физические качества (ловкость)	Воспитывать дружеские взаимоотношения, доброжелательность, желание прийти на помощь; способствовать созданию у детей радостного эмоционального настроения.	Ползание по доске на четвереньках (по мосту L = 3,5–4 м)	Прокатывание мяча под дугу с целью сбить кеглю	Прыжки на двух ногах на месте в паре. Подпрыгивание вверх на месте с целью достать предмет
	Совершенствовать в выполнении прыжка вперед на двух ногах, умении реагировать на сигнал. Способствовать развитию чувства равновесия и координации движений					
2-я неделя	Обучать ползанию по доске на четвереньках	Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации движений)		Построения и перестроения	Ходьба, бег	
	Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. Обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями)					
3-я неделя	Обучать прокатывать мяч под дугу	Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации движений)		Построение в колонну по росту. Построение в колонну парами. Построение в колонну с перестроением в пары, стоя на месте	Ходьба в колонне друг за другом. Ходьба в колонне парами. Ходьба по наклонной доске и спуск с нее (высота – 30–35 см). Бег в колонне друг за другом с ускорением и замедлением. Бег в колонне парами взявшись за руки	
	Формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие					
4-я неделя	Обучать подпрыгивать вверх на месте	Развивать умение согласовывать действия с другими детьми		Подвижные игры		
	Способствовать формированию умения отображать некоторые игровые действия и имитировать действия персонажей, передавать несложные эмоциональные состояния персонажей					
				«Самолетики», «Солнышко и дождик», «Пройди – не упали», «С кочки на кочку», «Найди свой домик», «Воробышки и кот», «Найди себе пару», «Поймай комара», «Поезд», «Пройди и не задень», «Смелые мышки», «Через ручеек», «Кот и мыши», «Найди свое место», «Наседка и цыплята», «Боулинг», «Пузырь»		

**ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 3–4 ЛЕТ
ДЕКАБРЬ**

Неделя	Задачи			Основные виды движений			Построение и перестроения	Ходьба, бег
	обучающие	развивающие	воспитывающие	ползание, лазание	катание, бросание, ловля, метание мяча	прыжки		
1-я неделя	Обучать прокатыванию мяча двумя руками	Развивать внимание	Воспитывать дружеские взаимоотношения; доброжелательность; желание прийти на помощь; способствовать созданию у детей радостного эмоционального настроения	Подлезание под дугу. Подлезание под несколько подряд расположенных дуг	Бросание мяча двумя руками об пол и ловля его стоя на месте. Прокатывание мяча с целью сбить кеглю	Спрыгивание с высоты (со скамейки h = 15 см)	Построение в колонну по росту с перестроением в рассыпную. Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении за направляющим по ориентире. Построение из колонны в шеренгу и наоборот	Ходьба в колонне «змейкой». Ходьба в колонне по кругу взявшись за руки, со сменой направления по сигналу. Ходьба по гимнастической скамейке. Бег в колонне друг за другом «змейкой». Бег по кругу взявшись за руки, со сменой направления по сигналу
2-я неделя	Обучать подлезанию под дугу	Развивать ловкость						
3-я неделя	Обучать бросанию мяча двумя руками об пол и ловле его двумя руками	Развивать воображение						
4-я неделя	Обучать прыганию с высоты	Развивать воображение						
				Подвижные игры				
				Игровое упражнение «Подпрыгни до ладошки». Игровое упражнение «Подлезь и не сбеги». Игровое упражнение «Остановись возле игрушки». Хороводная игра малой подвижности «Матрешки». Игры «Огуречик», «Зайцы и волк», «Догони мяч», «Пройди и не сбеги», «Мы топчем ногами», «Трамвай», «Мой веселый звонкий мяч», «У ребят порядок строгий», «Поймай комара», «Змейка», «Цветные автомобили»				
Методы								
								Подгруппой. Поточный. Фронтальный

**ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 3–4 ЛЕТ
ЯНВАРЬ**

Неделя	Задачи			Основные виды движений			Построение и перестроения	Ходьба, бег
	обучающие	развивающие	воспитывающие	ползание, лазание	катание, бросание, ловля, метание мяча	прыжки		
1-я неделя	Обучать ползанию по доске с опорой на ладони и колени	Развивать физическое качество «ловкость», внимание, ориентацию в пространстве.	Воспитывать дружеские взаимоотношения, доброжелательность, желание прийти на помощь; способствовать созданию у детей радостного эмоционального настроения	Ползание по доске с опорой на ладони и колени	Катание мяча друг другу	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед между предметами	Построение в шеренгу, равенение по зрительным ориентирам. Построение в шеренгу и равенение по линии (зрительный ориентир)	Ходьба в колонне с заданием. Ходьба шеренгой с одной стороны площадки на другую. Ходьба по гимнастической скамейке с дополнительным заданием. Бег в колонне в заданном направлении. Бег в колонне в заданном направлении с ускорением и замедлением темпа (в медленном темпе в течении 50–60 с, в быстром темпе – на расстояние 10 м)
2-я неделя	Обучать прыжкам на двух ногах с продвижением вперед	Развивать внимание		Подвижные игры				
3-я неделя	Обучать катанию мяча друг другу	Развивать физические качества						
4-я неделя	Обучать прыжкам на двух ногах с продвижением вперед между предметами	Развивать физическое качество «ловкость»		Игры «Зайки и волк», «Снежинки», «Берегись, заморожу!», «Снежок», «Мяч в ворота», «Поезд», «Отгадай и покажи», «Два Мороза», «Заморожу», «Снежинки», «Схвати змею за хвост», «Лохматый пес», «Попади в цель», «Птица и птенчики», «Найдем птенчика», «Найди свой цвет», «Коршун и цыплята», Игровое упражнение «На полянке». Игровое упражнение «Жучки на бревнышке». Игровое упражнение «Пройдем по мостику»				
Методы								
								Подгруппой, Поточный, Фронтальный

**ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 3–4 ЛЕТ
ФЕВРАЛЬ**

Неделя	Задачи			Основные виды движений			Построение и перестроения	Ходьба, бег
	обучающие	развивающие	воспитывающие	ползание, лазание	кидание, бросание, ловля, метание мяча	прыжки		
1-я неделя	Обучать ходьбе переменным шагом	Развивать координацию движений	Воспитывать дружеские взаимоотношения, доброжелательность, желание прийти на помощь; способствовать созданию у детей радостного эмоционального настроения	Лазание под дугу в группировке	Бросание мяча через шнур	Прыжки с продвижением из обруча в обруч. Прыжки с высоты (30–35 см) и мягкое приземление на полусогнутые ноги	Построение в колонну по росту с перестроением в рассыпную. Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении за направляющим по ориентире. Построение из колонны в шеренгу и наоборот	Ходьба в колонне «змеёйкой». Ходьба переменным шагом. Ходьба по гимнастической скамейке. Бег в колонне друг за другом «змеёйкой». Бег по кругу взявшись за руки со сменой направления по сигналу
2-я неделя	Обучать бросанию мяча через шнур	Развивать координацию движений, ловкость и глазомер						
3-я неделя	Обучать прыжкам с высоты (30–35 см) и мягкому приземлению на полусогнутые ноги	Развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом		Подвижные игры				
4-я неделя	Упражнять в умении группироваться при подлезании под дугу	Развивать координацию движений, ловкость		Игровое упражнение «Лягушки-попрыгушки». Игровое упражнение «Пройди – не упади». Пальчиковая гимнастика «Котятки». Игровое упражнение «Веселые воробышки». Игровое упражнение «Ловко и быстро!». Игры «Где звенит колокольчик», «Лягушки», «Кошка и мышки», «Коршун и птенчики», «Найди свой цвет», «Пузырь», «Бой с мячами», «Воробышки в гнездышках», «Найди свой домик», «Быстрые собачки», «Поросята и волк», «Воробышки и кот», «У ребят порядок строгий...», «Тишина», «Лохматый пес», «Наседка и цыплята»				
Методы								
Подгруппой. Поточный. Фронтальный								

ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 3–4 ЛЕТ

МАРТ

Неделя	Задачи			Основные виды движений			Построение и перестроения	Ходьба, бег	
	Обучающие	Развивающие	Воспитывающие	Ползание, лазанье	Катание, бросание, ловля, метание	Прыжки			
1-я неделя	Обучать ходьбе по кирпичикам с сохранением устойчивого равновесия	Развивать физические качества, ловкость	Воспитывать дружеские взаимоотношения, доброжелательность, желание прийти на помощь; способствовать созданию у детей радостного эмоционального настроения	Ползание на четвереньках с опорой на ладони и стопы. Ползание на повышенной опоре. Ползание по наклонной доске на четвереньках	Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками. Бросание большого мяча через веревку. Катание мячей друг другу	Прыжки вверх на месте. Прыжки через предметы ($h = 5-10$ см)	Перестроение из колонны по 1 в круг. Перестроение из колонны по 1 в колонну по 2 в движении за направляющим по ориентире. Построение из колонны в шеренгу и наоборот	Ходьба широким, мелким шагом, со сменой направления по сигналу. Ходьба по наклонной и горизонтальной поверхностям, с перешагиванием через камешки. Бег по кругу взявшись за руки с ускорением и замедлением. Бег по извилистой дорожке. Бег по кругу взявшись за руки	
2-я неделя	Обучать прыжкам в длину с места	Развивать ловкость при прокатывании мяча							
3-я неделя	Обучать бросанию большого мяча через веревку двумя руками из-за головы	Развивать умение действовать по сигналу							
4-я неделя	Обучать прыжкам вверх на месте	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами							
				Подвижные игры					
				«Наседка и цаплята», «Поймай комара», «Кролики», «Найди свой цвет», «Найди свой домику», «Зайка серый умывается», «Лягушки», «Лохматый пес», «По ровненькой дорожке», «Поезд», «Птица, птенчики», «Мы по лесу идем».					
				Игровые упражнения: «Допрыгай до предмета», «Сбей кеглю»					
							Методы		
							Подгруппой Поточный Фронтальный		

ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 3–4 ЛЕТ

АПРЕЛЬ

Неделя	Задачи			Основные виды движений			Построение и перестроения	Ходьба, бег
	Обучающие	Развивающие	Воспитывающие	Ползание, лазанье, равновесие	Катание, бросание, ловля, метание	Прыжки		
1-я неделя	Сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре и бросании мяча из-за головы	Развивать умение играть дружно	Воспитывать дружеские взаимоотношения, доброжелательность, желание прийти на помощь; способствовать созданию у детей радостного эмоционального настроя	Ходьба приставным шагом по скамейке. Ползание по гимнастической скамейке	Бросание большого мяча двумя руками из-за головы. Прокатывание мяча вперед. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками	Прыжки на двух ногах из «канавки» в «канавку». Прыжки из обруча в обруч	Повороты направо и налево переступанием. Перестроение, размыкание и смыкание при построении и перестроении обычным шагом. Перестроение из колонны по 1 в колонну по 3 с места за направляющим по ориентире. Построение из колонны в шеренгу и наоборот	Ходьба приставным шагом вперед, по сигналу остановка. Медленные повороты вокруг себя в обе стороны. Чередовать бег в колонне с бегом в рассыпную, по сигналу остановка прыжком
2-я неделя	Приземление на полусогнутые ноги в прыжках	Развивать ловкость в упражнениях с мячом		Подвижные игры				
3-я неделя	Ползание на ладонях и ступнях, совершенствование навыков равновесия	Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом		«Поймай комара», «Кролики», «Найди свой цвет», «Поезд», «Воробышки и кот», «Лягушки», «Мы топчем ногами», «Кролики и сторож», «Сбей кеглю», «Наседка и цыплята», «Огуречик, огуречик», «Мышеловка», «Мы топчем ногами», «Совушка», «По ровненькой дорожке», «Тишина», «Найдем лягушонка».				
4-я неделя	Сохранение устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре	Развивать умение играть дружно		Игровые упражнения: Прыжки – перепрыгивание через шнур – «ручеек», «канавка». Равновесие – ходьба по скамейке с перешагиванием через шнуры, кубики, бруски. Прокатывание мяча между предметами в прямом направлении. Лазанье под дугу (высота 50 см), ползание на четвереньках в прямом направлении между предметами. «Точный пас», «Подбрось – поймай»				
							Методы	
							Подгруппой Поточный Фронтальный	

ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 3–4 ЛЕТ

МАЙ

Неделя	Задачи			Основные виды движений			Построение и перестроения	Ходьба, бег
	Обучающие	Развивающие	Воспитывающие	Ползание, лазанье, равновесие	Катание, бросание, ловля, метание	Прыжки		
1-я неделя	Обучать сохранению равновесия и прыжкам, бросанию и ловле мяча	Развивать устойчивое равновесие и ориентировку в пространстве	Воспитывать дружеские взаимоотношения, доброжелательность, желание прийти на помощь; способствовать созданию у детей радостного эмоционального настроения	Равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке. Лазанье по гимнастической стенке. Ползание по скамейке. Лазанье по наклонной лесенке	Бросание и ловля мяча. Прокатывание мяча друг другу. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками	Прыжки через шнуры. Прыжки в высоту через шнур ($h = 5$ см). Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги	Перестроение в 2 колонны, 2 шеренги. Размыкание и смыкание обычным шагом. Построение в шеренгу, колонну. Повороты направо и налево переступанием	Ходьба в колонне по одному. Ходьба мелким, семенящим шагом. Ходьба по прямой дорожке. Ходьба по наклонному буму, ходьба змейкой. Ходьба приставным шагом в колонне. Бег врассыпную. Бег между предметами
2-я неделя	Обучать прыжкам через веревку	Развивать ловкость и глазомер		Подвижные игры				
3-я неделя	Обучать лазать по гимнастической стенке	Развивать мелкую моторику при выполнении пальчиковой гимнастики		<p>«Куры в огороде», «Спящий кот», «Коршун и наседка», «Найди свой домик», «Пузырь», «Солнышко и дождик», «Вот лягушка по дорожке...», «Найди свой цвет», «Воробышки и кот», «Зайцы и волк», «Медведь», «Кролики», «Бегите ко мне», «Найди свой цвет», «У ребят порядок строгий», «Лохматый пёс», «Лягушки», «Наседка и цыплята».</p> <p>Пальчиковая гимнастика: «Машинка», «Светит солнышко в окошко».</p> <p>Игровые упражнения: «Мяч здоровья», «Ловко и быстро!», «Веселые воробышки», «По мостику», «Воробышки в гнздышках»</p>				

ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 3–4 ЛЕТ

ИЮНЬ

Неделя	Задачи			Основные виды движений					
	Образовательные	Развивающие	Воспитательные	Ползание, лазанье	Катание, бросание, ловля, метание	Прыжки			
1–4-я неделя	<p>Формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки, обучить новым видам движений и двигательным действиям.</p> <p>Обеспечить усвоение систематизированных знаний.</p> <p>Формировать правильное отношение к физкультурным занятиям, мероприятиям.</p> <p>Формировать у детей жизненно важные двигательные навыки и умения, способствующие укреплению здоровья.</p> <p>Формировать навыки правильной осанки при статических положениях и передвижениях</p>	<p>Развивать основные двигательные качества (силу, быстроту, ловкость, выносливость) в соответствии с возрастом.</p> <p>Развивать и укреплять уравновешенность, подвижность нервной системы.</p> <p>Развивать способности:</p> <p>а) координационные (умение рационально выполнять движения и двигательные действия);</p> <p>б) скоростные (способность выполнять двигательные действия в максимальном темпе за максимальный промежуток времени; проявление решительности и уверенности в действиях);</p> <p>в) силовые (умение преодолевать физические трудности; силу воли, настойчивость в достижении поставленной цели);</p> <p>г) гибкость (развитие подвижности суставов)</p>	<p>Воспитывать дисциплинированность, чувство коллективизма, чувство дружбы и товарищества.</p> <p>Воспитывать устойчивый интерес и привычку к систематическим занятиям физической культурой и спортом.</p> <p>Способствовать проявлению смелости, настойчивости, решительности, уверенности в своих силах с помощью подбора физических упражнений, соответствующих возрастным и индивидуальным особенностям детей.</p> <p>Обеспечивать социальное формирование личности ребенка, развитие его творческих сил и способностей.</p> <p>Создавать условия для проявления положительных эмоций</p>	<p>Подтягивание на скамейке, лежа на животе.</p> <p>Ползание под препятствием</p>	<p>Бросание мяча вдаль из-за головы.</p> <p>Катание мяча в ворота.</p> <p>Катание обруча.</p> <p>Метание вдаль</p>	<p>Прыжки в длину с места.</p> <p>Прыжки через предметы.</p> <p>Вращение скакалки, сложенной вдвое, вперед-назад</p>			
				<p>Построение и перестроения</p>	Ходьба, бег				
				<p>Построение в шеренгу, перестроение в колонну</p>	<p>Ходьба по гимнастической скамейке с переступанием через кубики, в конце скамейки спрыгнуть.</p> <p>Ходьба по наклонной доске вверх и вниз</p>				
				Подвижные игры					
				<p>«Кошка и мышка». <i>Цели:</i> развивать ловкость, быстроту реакции, находчивость; упражнять в беге.</p> <p>«Кто тише». <i>Цель:</i> упражнять детей в ходьбе на носках в указанном направлении.</p> <p>«Кот и воробушки». <i>Цель:</i> учить детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга.</p> <p>«Волшебные хвосты». <i>Цели:</i> развивать быстроту реакции; тренировать в беге в разных направлениях.</p> <p>«Схвати змею за хвост». <i>Цель:</i> развивать быстроту, ловкость.</p> <p>«Солнышко и дождик». <i>Цели:</i> упражнять в ходьбе в разных направлениях; развивать умение ориентироваться в пространстве.</p> <p>«Найди свой цвет». <i>Цель:</i> развивать умения ориентироваться в пространстве, находить нужное место по цвету.</p> <p>«Не опоздай». <i>Цель:</i> развивать умения ориентироваться в пространстве, находить свое место.</p> <p>«Лохматый пес». <i>Цель:</i> развивать быстроту реакции</p>					

**ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 3–4 ЛЕТ
ИЮЛЬ**

Неделя	Задачи			Основные виды движений	
	Образовательные	Развивающие	Воспитательные	Ползание, лазанье, Катание, бросание, ловля, метание	Прыжки
1–4-я неделя	<p>Формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки; обучить новым видам движений и двигательным действиям.</p> <p>Обеспечить усвоение систематизированных знаний.</p> <p>Формировать правильное отношение к физкультурным занятиям, мероприятиям.</p> <p>Формировать у детей жизненно важные двигательные навыки и умения, способствующие укреплению здоровья.</p> <p>Формировать навыки правильной осанки при статических положениях и передвижениях</p>	<p>Развивать основные двигательные качества (силу, быстроту, ловкость, выносливость) в соответствии с возрастом.</p> <p>Развивать и укреплять уравновешенность, подвижность нервной системы.</p> <p>Развивать способности:</p> <p>а) координационные (умение рационально выполнять движения и двигательные действия);</p> <p>б) скоростные (способность выполнять двигательные действия в максимальном темпе за максимальный промежуток времени; проявление решительности и уверенности в действиях);</p> <p>в) силовые (умение преодолевать физические трудности; силу воли, настойчивость в достижении поставленной цели);</p> <p>г) гибкость (развитие подвижности суставов)</p>	<p>Воспитывать дисциплинированность, чувство коллективизма, чувство дружбы и товарищества.</p> <p>Воспитывать устойчивый интерес и привычку к систематическим занятиям физической культурой и спортом.</p> <p>Способствовать проявлению смелости, настойчивости, решительности, уверенности в своих силах с помощью подбора физических упражнений, соответствующих возрастным и индивидуальным особенностям детей.</p> <p>Обеспечивать социальное формирование личности ребенка, развитие его творческих сил и способностей.</p> <p>Создавать условия для проявления положительных эмоций</p>	Бросание и ловля мяча. Метание мешочков с песком в горизонтальную цель. Катание мяча друг другу	Прыжки в глубину. Прыжки в длину
				Построение и перестроения	Ходьба, бег
				Построение в шеренги, в круг. Построение в шеренги, в круг. Перестроение из колонны по одному в три звена по ориентиру	Ходьба с высоким подниманием коленей, со сменной направления по сигналу. Ходьба приставным шагом вперед, ходьба в горку. Бег с высоким подниманием бедра, со сменной темпа по сигналу. Бег в колонне друг за другом в горку. Бег с ускорением и замедлением темпа
				Подвижные игры	
			<p>«Воробышки и автомобиль». <i>Цели:</i> учить детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга; начинать движение и менять его по сигналу воспитателя, находить своё место.</p> <p>«Мяч не терий!». <i>Цели:</i> упражнять детей в умении играть с мячом; учить ловить мяч при подбрасывании; воспитывать умение слышать воспитателя и действовать по его сигналу.</p> <p>«Пузырь». <i>Цель:</i> упражнять в координации движений и выполнении сложных действий в коллективе.</p> <p>«Кошечка». <i>Цель:</i> развивать артистизм, ловкость.</p> <p>«Самолётки». <i>Цель:</i> учить легкости движений, действовать после сигнала.</p> <p>«Найди себе пару». <i>Цель:</i> учить быстро бегать, не мешая друг другу.</p> <p>«Воробушки и кот». <i>Цель:</i> приучать детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга</p>		

**ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 3–4 ЛЕТ
АВГУСТ**

Неделя	Задачи			Основные виды движений					
	Образовательные	Развивающие	Воспитательные	Ползание, лазанье	Катание, бросание, ловля, метание	Прыжки			
1–4-я недели	<p>Формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки; обучить новым видам движений и двигательным действиям. Обеспечить усвоение систематизированных знаний.</p> <p>Формировать правильное отношение к физкультурным занятиям, мероприятиям.</p> <p>Формировать у детей жизненно важные двигательные навыки и умения, способствующие укреплению здоровья.</p> <p>Формировать навыки правильной осанки при статических положениях и передвижениях</p>	<p>Развивать основные двигательные качества (силу, быстроту, ловкость, выносливость) в соответствии с возрастом.</p> <p>Развивать и укреплять уравновешенность, подвижность нервной системы.</p> <p>Развивать способности:</p> <p>а) координационные (умение рационально выполнять движения и двигательные действия);</p> <p>б) скоростные (способность выполнять двигательные действия в максимальном темпе за максимальный промежуток времени; проявление решительности и уверенности в действиях);</p> <p>в) силовые (умение преодолевать физические трудности; силу воли, настойчивость в достижении поставленной цели);</p> <p>г) гибкость (развитие подвижности суставов)</p>	<p>Воспитывать дисциплинированность, чувство коллективизма, чувство дружбы и товарищества. Воспитывать устойчивый интерес и привычку к систематическим занятиям физической культурой и спортом.</p> <p>Способствовать проявлению смелости, настойчивости, решительности, уверенности в своих силах с помощью подбора физических упражнений, соответствующих возрастным и индивидуальным особенностям детей.</p> <p>Обеспечивать социальное формирование личности ребенка, развитие его творческих сил и способностей.</p> <p>Создавать условия для проявления положительных эмоций</p>	<p>Ползание под дугу, не касаясь руками пола.</p> <p>Лазанье по гимнастической стенке.</p> <p>Ползание по скамейке и прыжки через веревку</p>	<p>Бросание и ловля мяча. Прокатывание мяча между предметами (диаметром 50 см).</p> <p>Броски мяча вверх и ловля его двумя руками</p>	<p>Прыжки через веревку, прыжки через шнуры (расстояние между ними 30–40 см).</p> <p>Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги.</p> <p>Прыжки из обруча в обруч</p>			
				Построение и перестроения		Ходьба, бег			
				<p>Построение в колонну парами.</p> <p>Размыкание и смыкание при построении обычным шагом.</p> <p>Повороты направо и налево с переступанием</p>	<p>Ходьба по гимнастической скамейке (высота 30 см)</p>				
				Подвижные игры					
				<p>«Солнышко и дождю». <i>Цели:</i> упражнять в ходьбе в разных направлениях; развивать умение ориентироваться в пространстве.</p> <p>«Поймай отскочивший мяч!». <i>Цель:</i> обучать умению ловить мяч с изменением направления.</p> <p>«Коршун и цыплята». <i>Цель:</i> развивать ловкость, гибкость, выносливость, координацию движений, точность и быстроту реакций, образное мышление, двигательные и коммуникативные способности.</p> <p>«Воробушки и кот». <i>Цели:</i> обучать забираться на возвышение; упражнять в спрыгивании с предмета.</p> <p>«Найди себе пару». <i>Цель:</i> обучать находить себе пару.</p> <p>«Прокати мяч!». <i>Цель:</i> обучать прокатывать мяч в заданном направлении.</p> <p>«Мяч между скакалками». <i>Цель:</i> обучать прокатывать мяч в заданном направлении</p>					

3.2.2. Циклограмма нод по физической культуре в средней группе.

**ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 4-5 ЛЕТ
СЕНТЯБРЬ**

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	обучающие	развивающие	воспитывающие	Ползание, лазанье	Катание, бросание, ловля, метание мяча	Прыжки
1-я неделя	Обучать отталкиванию от пола (<i>земли</i>) и приземлению на полусогнутые ноги в прыжках	Развивать ловкость и глазомер при прокатывании мяча двумя руками	Воспитывать интерес к занятиям и потребность в занятиях физической культурой, чувство коллективизма, дух сотрудничества и взаимоуважения. Приобщать к здоровому образу жизни	Лазанье под дугу, не касаясь руками пола	Прокатывание мяча друг другу, катание обруча друг другу, ловля мяча двумя руками, перебрасывание мяча друг другу	Прыжки с продвижением вперед; подпрыгивание вверх до предмета
	Закреплять умение детей в ходьбе и беге колонной по одному и врассыпную; умение действовать по сигналу					
2-я неделя	Обучать катать обруч друг другу	Развивать точность приземления. Развивать умение действовать по сигналу, находить свое место в шеренге после ходьбы и бега		Построения и перестроения	Ходьба, бег	
	Закреплять умение прокатывать мяч друг другу, катать обруч друг другу, развивая точность направления движения; упражнять в прыжках					
3-я неделя	Обучать группироваться в лазанье под дугу	Развивать точность приземления	Подвижные игры			
	Закреплять навыки ходьбы змейкой; катания обруча друг другу, прокатывания мяча друг другу; упражнять в прыжках					
4-я неделя	Обучать подбрасыванию, перебрасыванию и ловле мяча двумя руками	Развивать ловкость и глазомер		«Узнай по голосу», «Лиса в курятнике», «Медведь», «Кто скорее до флажка?», «Раки», «Зайцы и волк», «Тишина», «Скок-поскок».		
	Закреплять умение в лазанье под дугу, не касаясь руками пола; перебрасывании мяча друг другу; сохранении равновесия			Игровые упражнения: «Не пропусти мяч», «Вдоль дорожки», «Перебрось – поймай»		

**ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 4-5 ЛЕТ
ОКТАБРЬ**

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	обучающие	развивающие	воспитывающие	Ползание, лазанье	Катание, бросание, ловля, метание мяча	Прыжки
1-я неделя	Обучать умению удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре	Развивать ловкость и силу, глазомер	Воспитывать интерес к занятиям и потребность в занятиях физической культурой, чувство коллективизма, дух сотрудничества и взаимопомощи. Приобщать к здоровому образу жизни	Ползание на четвереньках. Ползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь двумя руками. Подлезание под дуги правым, левым боком	Перебрасывание мяча через сетку. Катание обруча друг другу; Броски мяча о землю и ловля его двумя руками. Прокатывание мяча в прямом направлении. Ползание на животе по гимнастической скамейке. Бросание мяча в корзину	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Приземление на полусогнутые ноги в прыжках
	Закреплять умение удерживать равновесие при ходьбе по скамейке; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в перебрасывании мяча через сетку					
2-я неделя	Обучать броскам мяча о землю и ловле его двумя руками	Развивать точность направления движения		Построения и перестроения	Ходьба, бег	
	Закреплять умение действовать по сигналу, выполнять ходьбу и бег с изменением направления движения и с выполнением различных заданий; упражнять в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками					
3-я неделя	Развивать глазомер и ритмичность при бросках мяча; развивать силу и ловкость			Перестроение в шеренгу, колонну. Перестроение в круг. Перестроение парами в 2 колонны	Ходьба между предметами с остановкой на сигнал. Ходьба по скамейке. Ходьба с изменением направления. Бег врассыпную. Бег с изменением направления	
	Упражнять в подлезании и катании обруча друг другу, сохранении устойчивого равновесия					
4-я неделя	Развивать глазомер, координацию движений, ловкость, фиксацию взора			Подвижные игры		
	Закреплять умение в метании мяча в корзину; катании обруча друг другу; в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры					
				«Не попадись!», «У ребят порядок строгий», «Охотник и зайцы», «Волк-волчок», «Удочка», «Тишина», «Птички и кошка», «Медведь», «Кот и мышь», «Найди свой цвет!», «Лови – бросай». Игровые упражнения: «Мяч через сетку», «Мяч друг другу», «Брось – поймай», «Пожарники», «Прокати – не урони», «Куры в огороде», «Пять бросков», «Попади в корзину»		

4.

**ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 4-5 ЛЕТ
НОЯБРЬ**

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	обучающие	развивающие	воспитывающие	Ползание, лазанье	Катание, бросание, ловля, метание мяча	Прыжки
1-я неделя	Обучать умению удерживать устойчивое равновесие при ходьбе, в прыжках через препятствие и прокатывании обруча	Развивать внимание при выполнении заданий в ходьбе и беге, ловкость и координацию движений	Воспитывать интерес к занятиям и потребность в занятиях физической культурой, чувство коллективизма, дух сотрудничества и взаимоуважения. Приобщать к здоровому образу жизни. Содействовать гармоничному физическому развитию детей, развивать ловкость, умение оценивать движения сверстников и замечать их ошибки	Ползание на четвереньках. Ползание на животе по гимнастической скамейке	Прокатывание обруча. Прокатывание мяча между предметами. Перебрасывание мяча друг другу. Броски мяча о землю и ловля его двумя руками	Прыжки через препятствие. Прыжки с приземлением на полусогнутые ноги
	Закреплять умение в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; в прыжках через препятствия					
2-я неделя	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча между предметами	Развивать внимание при выполнении заданий		Построения и перестроения Построение в шеренгу, колонну. Перестроение в круг, врассыпную, в 2 колонны	Ходьба, бег Ходьба по уменьшенной площади опоры, ходьба с выполнением заданий. Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий для рук: на пояс, в стороны, за голову; ходьба и бег врассыпную. Ходьба и бег по кругу с поворотом в другую сторону по сигналу. Ходьба и бег врассыпную; ходьба на носках	
	Закреплять умение в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча между предметами. Повторить ходьбу с выполнением заданий					
3-я неделя	Упражнять в перебрасывании мяча друг другу; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; ползании на четвереньках	Развивать ловкость и глазомер		Подвижные игры		
	Закреплять умение в перебрасывании мяча друг другу. Повторить ползание на четвереньках					
4-я неделя	Упражнять в ползании на животе по гимнастической скамейке	Развивать умение ориентироваться в пространстве, силу, выносливость и ловкость.		«У медведя во бору», «Пустое место», «Найди себе пару», «Великаны – карлики», «Картошка», «Один – двое», «Иди тихо». Игровые упражнения: «Мостик с препятствиями», «Не попадись», «Догони мяч», «Медвежата», «Пингвины», «Не боюсь»		
	Закреплять умение в метании на дальность. Повторить упражнение в прыжках					

ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 4–5 ЛЕТ

ДЕКАБРЬ

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	обучающие	развивающие	воспитывающие	ползание, лазание	катание, бросание, локля, метание	прыжки
1-я неделя	Упражнять детей в прыжках через препятствие с приземлением на полусогнутые ноги, прокатывании мяча между предметами	Развивать ловкость и координацию движений, глазомер	Воспитывать здорового, жизнерадостного, жизнестойкого, физически совершенного, гармонически и творчески развитого ребенка; приобщать к здоровому образу жизни. Воспитывать морально-волевые и физические качества посредством подвижных игр	Ползание на четвереньках. Ползание на животе	Прокатывание мяча между предметами. Перебрасывание мяча друг другу. Метание на дальность	Прыжки через препятствие
	Упражнять в ходьбе и беге между сооружениями из снега, в умении действовать по сигналу воспитателя. Укреплять здоровье посредством подвижных игр			Построение и перестроения	Ходьба, бег	
2-я неделя	Обучать детей брать лыжи и переносить их к месту занятий. Упражнять детей в перебрасывании мяча друг другу, прокатывании мяча друг другу	Развивать силу броска		Построение в колонну по одному и перестроения в три, две колонны, круг	Ходьба и бег между предметами. Ходьба приставным шагом. Формирование устойчивого равновесия в ходьбе по уменьшенной площади опоры	
	Упражнять в метании снежков на дальность			Подвижные игры		
3-я неделя	Обучать ходьбе на лыжах скользящим шагом. Упражнять в ползании на животе, перебрасывании мяча друг другу. Упражнять в метании снежков на дальность. Развивать силу броска	Развивать ловкость и глазомер	«Зимующие и перелетные птицы», «Найдем пыленка», «Лиса и куры», «Золотые ворота», «Птички и кошка», «Узнай, кто позвал?», «Пробеги тихо», «Веселое приветствие»			
	Содействовать овладению жизненно необходимыми двигательными навыками, умениями и совершенствованию их в подвижных играх		Игровые упражнения			
4-я неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их	Развивать физические качества	«Снежки и ветер», «Веселые снежинки», «На одной лыже», «Кто быстрее добежит до снеговика», «Непоседа», «Пружинка», «Кто дальше бросит?», «Подбрось – поймай»			
	Упражнять детей в ходьбе на лыжах скользящим шагом. Повторить игровые упражнения. Способствовать правильному физическому развитию					

**ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 4-5 ЛЕТ
ЯНВАРЬ**

Недели	Задачи			Основные виды движений		
	обучающие	развивающие	воспитывающие	ползание, лазание	катание, бросание, ловля, метание	прыжки
1-я неделя	Каникулы. Формировать у детей интерес и ценностное отношение к русским народным играм, гармоничное физическое развитие через реализацию двигательной активности детей. Продолжать знакомить детей с обрядовыми праздниками. Разучить музыкальный фольклорный материал (хороводы, игры), поощрять его использование в повседневной жизни		Воспитывать любовь к родному краю, самостоятельность в принятии решений, интерес к занятиям физической культурой и потребность в них, чувство коллективизма, дух сотрудничества и взаимопомощения. Приобщать к здоровому образу жизни	Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках	Отбивание малого мяча одной рукой. Ловля двумя руками. Перебрасывание мяча друг другу. Прокатывание мячей друг другу в парах. Метание снежков на дальность	Упражнение в прыжках на двух ногах. Перепрыгивание через препятствия
2-я неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в отбивании малого мяча одной рукой	Формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры		Построение и перестроения	Ходьба, бег	
	Продолжить упражнять детей в ходьбе на лыжах скользящим шагом. Повторить игровые упражнения			Перестроение в шеренгу, в колонну. Перестроение в круг. Перестроение парами (в 2, 3 колонны)	Ходьба и бег между предметами, не задевая их. Ходьба с изменением направления. Бег врассыпную. Бег с изменением направления	
3-я неделя	Упражнять в ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на ладони и ступни – «по-медвежьи», в прыжках и перебрасывании мяча друг другу. Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, по слову, быстро стронуться в пары			Подвижные игры		
4-я неделя	Упражнять детей в прокатывании мячей друг другу, ползании по гимнастической скамейке на четвереньках. Развивать ловкость в упражнениях с мячом			Игровые упражнения		
	Упражнять детей в перепрыгивании через препятствия, в метании снежков на дальность		«Салки», «Два Мороза», «Краски», «Баба Яга», «Жмурки», «Тинь едешь...», «Аленушка и Иванушка», «Кошки-мышки», «Кролики», «Узнай, кто позвал?», «Снежин и ветер», «Найди себе пару», «Перелет птиц», «Гори, гори ясно!», «Бездомный заяц», «Найди и промолчи» «Снежинки-пушинки», «Кто дальше», «Кто дальше бросит?», «Перепрыгни – не задень». Катание друг друга на санках			

**ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 4-5 ЛЕТ
ФЕВРАЛЬ**

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	обучающие	развивающие	воспитывающие	ползание, лазанье	катание, бросание, ловля, метание	прыжки
1-я неделя	Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы, формируя равновесие	Развивать физические качества: быстроту, ловкость, силу	Воспитывать интерес к занятиям физической культурой и потребность в них, чувство коллективизма, дух сотрудничества и взаимопомощи.	Ползание на четвереньках	Метание в цель. Прокатывание мяча между предметами. Перебрасывание мячей друг другу	Прыжки из обруча в обруч. Прыжки на правой и левой ноге
	Повторить метание снежков в цель, игровые задания на санках. Развивать ловкость и глазомер при метании снежков					
2-я неделя	Упражнять в прыжках из обруча в обруч, прокатывании мяча между предметами, в равновесии	Развивать у детей ловкость и умения выполнять движения по сигналу, бегать с увертыванием, ловить, лезть, прятать в глубину	Приобщать к здоровому образу жизни. Содействовать гармоничному физическому развитию детей. Развивать умение оценивать движения сверстников и замечать их ошибки	Построение и перестроения		Ходьба, бег
	Повторить игровые упражнения с бегом, катание на санках. Развивать ловкость, силу, быстроту			Перестроение в 2-3 колонны, круг, парами	Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы. Бег «змейкой», прассыпную	
3-я неделя	Упражнять в перебрасывании мячей друг другу. Закреплять навыки ползания на четвереньках, метания мешочков в вертикальную цель	Развивать физические качества: быстроту, ловкость, силу		Подвижные игры		
	Упражнять детей в метании снежков на дальность, в прыжках на двух ногах между предметами, поставленными в шахматном порядке, катании на санках (с горки)			Игровые упражнения		
4-я неделя	Упражнять в беге, в прыжках на правой и левой ноге, ползании в прямом направлении	Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу		«Перелет птиц», «Лиса в курятнике», «Волк во рву», «Море волнуется», «Воробышки и автомобиль»		
	Упражнять детей в метании снежков на дальность, катании на санках. Развивать ловкость и глазомер при метании снежков. Повторить игровые упражнения			«Туннель», «Точно в цель», «Кто дальше бросит снежок?», «Доброшь до кегли», «Парное катание», «Кто первый подбежит к флажку?», «Кто дальше бросит?», «Хоровод», «Метельница», «Эх, прокачу!», «Прыгай-прыгай, не зевай и снежок не тадевай», «Санный круг»		

ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 4-5 ЛЕТ

МАРТ

Неделя	Задачи			Основные виды движений			
	обучающие	развивающие	воспитывающие	Ползание, лазание	Катание, бросание, ловля, метание	Прыжки	
1-я неделя	Обучать технике захвата скакалки (знакомство детей со скакалкой)	Развивать меткость, координацию движений, укреплять мышцы рук и туловища при метании и прокатывании мяча между предметами	Воспитание здорового, жизнерадостного, жизнестойкого, физически совершенного, гармонически и творчески развитого ребенка; формирование ценностей здорового образа жизни. Воспитывать морально-волевые и физические качества посредством подвижных игр	Лазание по гимнастической стенке, ползание по гимнастической скамейке	Бросание маленького мяча одной рукой, бросание мяча через сетку, ловля мяча после его отскока от пола, прокатывание мяча друг другу, прокатывание мяча между предметами	Прыжки через 5-6 шнуров, прыжки в длину с места	
	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, в метании и прокатывании мяча между предметами						
2-я неделя	Обучать технике вращения скакалки (знакомство детей со скакалкой)	Развивать у детей умение ориентироваться в пространстве; учить выполнять в процессе игры несложные задания			Построение и перестроения	Ходьба, бег	
	Упражнять детей в ловле мяча после его отскока от пола и прокатывании мяча друг другу				Построение по росту в шеренгу, в колонну, в 2 колонны, парами в круг	Ходьба в колонне по одному, ходьба между предметами, ходьба врассыпную, бег в колонне по одному, бег врассыпную	
3-я неделя	Обучать бросанию мяча через сетку (шнур)	Развивать выносливость посредством упражнений		Подвижные игры			
	Упражнять детей в прыжках в длину с места, в ползании по гимнастической скамейке			Игры: «Перелет птиц», «Бездомный заяц», «Мой веселый, звонкий мяч...», «Охотник и зайцы», «Найди себе пару», «Кегли», «Найди и промолчи», «Найди, где спрятано».			
4-я неделя	Обучать детей лазанию по гимнастической стенке	Развивать ловкость, быстроту и выносливость посредством упражнений		Игровые упражнения: «Скакалка», «Меткие и ловкие», «Полоса препятствий», «Мяч через сетку»			
	Упражнять детей в прыжках через шнур, в равновесии						

**ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 4–5 ЛЕТ
АПРЕЛЬ**

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	обучающие	развивающие	воспитывающие	Ползание, лазание	Катание, бросание, ловля, метание	Прыжки
1-я неделя	Обучать детей прокатыванию обруча по прямой. Развивать силовые способности, ловкость, пластику, координацию движений в крупных и мелких мышечных группах		Воспитание любви к родному краю, самостоятельности в принятии решений. Воспитывать интерес и потребность в занятиях физической культурой, чувство коллективизма, дух сотрудничества и взаимоуважения. Приобщать к здоровому образу жизни	Ползание по гимнастической скамейке	Прокатывание обруча по прямой, метание мешочков в цель, отбивание мяча одной рукой и ловля его двумя руками, перебрасывание мяча	Прыжки в длину с места, прыжки на двух ногах
2-я неделя	Обучать прыжкам в длину с места	Обучать прыжкам в длину с места		Построение и перестроения	Ходьба, бег	
	Упражнять детей в метании мешочков в горизонтальную цель, в отбивании мяча одной рукой и ловле его двумя руками; учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по ограниченной площади опоры			Ходьба «змейкой», перестроение в 3 колонны, в шеренгу, в колонну, в круг парами, ходьба врассыпную	Ходьба и бег между предметами врассыпную, ходьба с заданием – перешагивание через рейки лестницы с высоким подниманием колена	
3-я неделя	Упражнять в метании на дальность, повторить ползание по гимнастической скамейке. Закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места			Подвижные игры		
4-я неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии, перебрасывании мяча		Игры : «У медведя во бору», «Найди и промолчи», «Удочка», «Совушка», «Волк во рву», «Догони пару», «У кого мяч?», «Бездомный заяц».			
	Содействовать развитию ловкости, быстроты реакции, внимания, координации движений в мелких и крупных мышечных группах; закрепить умение реагировать на звуковые сигналы, развивать творческое воображение					Игровые упражнения : «Сбей кеглю», «Прокати и поймай», «Мяч через сетку»

**ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 4-5 ЛЕТ
МАЙ**

Неделя	Задачи			Основные виды движений			
	обучающие	развивающие	воспитывающие	Ползание, лазание	Катание, бросание, ловля, метание	Прыжки	
1-я неделя	Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры, в прыжках в длину с места. Упражнять детей в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками. Повторить упражнения с мячом	Развивать ловкость, быстроту реакции и внимание, укреплять мышцы груди и плечевого пояса. Повторить упражнения в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры, упражнения со скакалкой, игровые упражнения с велосипедом	Воспитывать интерес и потребность в занятиях физической культурой, чувство коллективизма, дух сотрудничества и взаимоуважения. Приобщать к здоровому образу жизни. Содействовать гармоничному физическому развитию детей, развивать ловкость, умение оценивать движения сверстников и замечать их ошибки	Ползание по гимнастической скамейке. Лазание по гимнастической стенке	Бросание мяча. Ловля мяча. Перебрасывание мяча. Катание обруча. Метание мешочка	Прыжки в длину с места. Прыжки через скакалку	
	Упражнять в прыжках через короткую скакалку, в упражнениях с обручем и в перебрасывании мячей друг другу. Повторить упражнения в метании мешочков на дальность						
2-я неделя	Развивать ловкость в упражнениях с мячом – закрепить перебрасывание мячей друг другу. Упражнять детей в ходьбе с остановкой по сигналу, ходьбе и беге по кругу. Повторить задания с прыжками и обручем	Построение и перестроения					Ходьба, бег
	Упражнять детей в ползании по гимнастической скамейке; повторить метание в вертикальную цель, прыжки через короткую скакалку	Построение в три колонны. Перестроение парами					Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег между расставленными в одну линию предметами, ходьба и бег врассыпную; ходьба на носках руки за голову
3-я неделя	Развивать координацию движений, чувство равновесия, крупную и мелкую моторику, умение ориентироваться в пространстве, воспитывать смелость и умение соблюдать меры безопасности. Повторить упражнения в ползании по гимнастической скамейке, метание в вертикальную цель. Закреплять прыжки через короткую скакалку	Подвижные игры					
	Упражнять детей в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по приподнятой опоре, в подбрасывании и ловле мяча, в прыжках на двух ногах через шнур; упражнять в лазании по гимнастической стенке	«Самолеты», «Перелет птиц», «Найди себе пару», «Лиса в курятнике», «Летающие бабочки», «Не теряй домик», «Птички и клетка», «Скорее в обруч», «Кто первый к флажку», «Медведь и пчелы», «Найди, где спрятано», «Мы – веселые ребята», «Туннель», «Кто дальше бросит», «Солнышко и дождик», «Через ручеек», «Угадай, кого поймали», «Кто быстрее»					
4-я неделя	Развивать ловкость, быстроту реакции и внимание, крупную и мелкую моторику, учить согласованным действиям друг с другом. Развивать наблюдательность, активность, инициативу. Упражнять в беге, в прыжках. Закреплять прыжки через короткую скакалку и езду на велосипеде						

ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 4-5 ЛЕТ

ИЮНЬ

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	Оздоровительные	Образовательные	Воспитательные	Ходьба, бег, равновесие	Прыжки, ползание, лазанье	Катание, бросание, метание
1-4-я неделя	<p>Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации движений). Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. Побуждать детей к дружеским отношениям, творчеству; воспитывать интерес к физкультурным занятиям. Способствовать формированию правильной осанки. Вызвать интерес к ЗОЖ</p>	<p>Накопление и обогащение двигательного опыта детей, овладение основными видами движений. Формирование навыков правильной ходьбы, бега, прыжков, лазанья, метания, чувства равновесия. Продолжать учить ходить в колонне по одному, по два; закрепить умение прыгать на двух ногах с продвижением вперед, умение ориентироваться в пространстве; продолжать упражнять в подлезании под дугу, не касаясь руками пола</p>	<p>Воспитание здорового, жизнерадостного, жизнестойкого, физически совершенного, гармонически и творчески развитого ребенка. Формирование ценностей здорового образа жизни</p>	Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки за головой	<p>Прыжки на двух ногах. Перепрыгивание через 5 брусков. Прыжки через короткую скакалку. Лазанье под дугу, не касаясь руками пола. Ползание по скамейке лежа на животе с подтягиванием руками</p>	<p>Метание мешочков на дальность правой и левой рукой (способ – от плеча). Прокатывание обруча друг другу</p>
				Подвижные игры		

**ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 4–5 ЛЕТ
ИЮЛЬ**

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	Оздоровительные	Образовательные	Воспитательные	Ползание, лазанье	Катание, бросание, ловля, метание	Прыжки
1–4-я неделя	<p>Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации движений). Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. Побуждать детей к дружеским отношениям, творчеству; воспитывать интерес к физкультурным занятиям. Способствовать формированию правильной осанки. Вызвать интерес к ЗОЖ</p>	<p>Накопление и обогащение двигательного опыта детей, овладение основными видами движений. Формирование навыков правильной ходьбы, бега, прыжков, лазанья, метания, чувства равновесия. Продолжать учить ходить в колонне по одному, по два; закрепить умение прыгать на двух ногах с продвижением вперед, умение ориентироваться в пространстве; продолжать упражнять в подлезании под дугу, не касаясь руками пола</p>	<p>Воспитание здорового, жизнерадостного, жизнестойкого, физически совершенного, гармонически и творчески развитого ребенка. Формирование ценностей здорового образа жизни</p>	Лазанье под дугу в группировке	<p>Броски мяча через сетку. Катание обруча друг другу. Ведение мяча правой и левой ногой по прямой. Ловля мяча после удара о землю. Метание в вертикальную цель. Перебрасывание мячей друг другу через шнур</p>	<p>Прыжки на двух ногах через короткую скакалку. Прыжки в длину с места</p>
				Ходьба, бег. Построение и перестроения		
				<p>Перестроение в шеренгу, в колонну. Перестроение в круг. Перестроение парами (в 2–3 колонны). Ходьба между предметами с остановкой на сигнал. Ходьба по скамейке. Ходьба с изменением направления. Бег враспынную. Бег с изменением направления. Ходьба по гимнастическим скамейкам парами</p>		
				Подвижные игры		
				<p>«Через ручеек». <i>Цели:</i> развивать у детей ловкость; упражнять в прыжках на обеих ногах, в равновесии. «Великаны – карлики». <i>Цели:</i> упражнять в умении чередовать ходьбу широким и коротким шагом по сигналу воспитателя; развивать внимание и выдержку. «Летает – не летает». <i>Цели:</i> закреплять знания детей о летающих и нелетающих объектах; воспитывать выдержку, терпение. «Зайцы и волк». <i>Цель:</i> учить правильно прыгать на двух ногах; слушать текст и выполнять движения в соответствии с текстом. «Весёлые мячи». <i>Цель:</i> развивать быстроту реакции, ориентировку в пространстве, зрительно-двигательную координацию</p>		

**ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 4-5 ЛЕТ
АВГУСТ**

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	Оздоровительные	Образовательные	Воспитательные	Ползание, лазанье	Катание, бросание, ловля, метание	Прыжки
1-4-я неделя	<p>Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации движений). Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. Побуждать детей к дружеским отношениям, творчеству; воспитывать интерес к физкультурным занятиям. Способствовать формированию правильной осанки. Вызвать интерес к ЗОЖ</p>	<p>Накопление и обогащение двигательного опыта детей, овладение основными видами движений. Формирование навыков правильной ходьбы, бега, прыжков, лазанья, метания, чувства равновесия. Продолжать учить ходить в колонне по одному, по два; закрепить умение прыгать на двух ногах с продвижением вперед, умение ориентироваться в пространстве; продолжать упражнять в подлезании под дугу, не касаясь руками пола</p>	<p>Воспитание здорового, жизнерадостного, жизнестойкого, физически совершенного, гармонически и творчески развитого ребенка. Формирование ценностей здорового образа жизни</p>	<p>Лазанье по гимнастической стенке, переход на другой пролет, спуск</p>	<p>Прокатывание обруча по прямой. Метание мешочков на дальность. Подбрасывание мяча и ловля его двумя руками</p>	<p>Прыжки через препятствие</p>
				Ходьба, бег. Построение и перестроения		
				<p>Перестроение в шеренгу, в колонну. Перестроение в круг. Перестроение парами (в 2-3 колонны). Ходьба между предметами с остановкой на сигнал. Ходьба по скамейке. Ходьба с изменением направления. Бег враспынную. Бег с изменением направления. Ходьба по гимнастическим скамейкам парами</p>		
				Подвижные игры		
				<p>«Котята и щенята». <i>Цель:</i> развивать ловкость, ориентировку в пространстве. «Великаны – карлики». <i>Цель:</i> упражнять в умении чередовать ходьбу широким и коротким шагом по сигналу воспитателя; развивать внимание и выдержку. «Воробушки и кот». <i>Цель:</i> развивать ловкость, умение увертываться от ловящего. «Перелёт птиц». <i>Цели:</i> закрепить умения залазить на предметы, приподнятые над полом (землей), лазать по гимнастической стенке, быстро ориентироваться в пространстве по сигналу; учить детей помогать друг другу</p>		

3.2.3 Циклограмма нод по физической культуре в старшей группе.

ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 5–6 ЛЕТ

СЕНТЯБРЬ

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	оздоровительные	образовательные	воспитательные	Ползание, лазание	Катание, бросание, ловля, метание	Прыжки
1-я неделя	Формировать навык сохранения правильной осанки, содействовать пропорциональному развитию всех мышечных групп. Повышать степень устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды	Обеспечивать освоение упражнений и их составных элементов. Обогащать запас двигательных навыков за счет разучивания спортивных упражнений и игр. Формировать представления о своем теле, о способах сохранения здоровья. Приучать анализировать качество выполнения физических упражнений, замечать ошибки и исправлять их. Содействовать развитию общей и статической выносливости, гибкости и скоростных способностей	Воспитывать интерес к культуре народов мира (игры народов Севера) и желание играть в народные (хантыйские) игры. Воспитывать взаимопонимание, сочувствие к неудачам других. Формировать умение выполнять обязанности дежурных на физкультурных занятиях, подбирать и размещать оборудование для выполнения физических упражнений. Развивать самоорганизацию в подвижных играх. Содействовать приобретению навыков положительных взаимоотношений в двигательной деятельности	Лазание по гимнастической лесенке. Ползание на ладонях и коленях с заданием	Подбрасывание большого мяча. Катание обруча по прямой	Прыжки на двух ногах. Прыжки через короткую скакалку
2-я неделя				Построение и перестроения	Ходьба, бег	
3-я неделя				Построение в колонну по одному. Построение в шеренгу. Повороты: направо, налево, кругом	Ходьба перекатом с пятки на носок. Ходьба по узенькой рейке. Ходьба перекатом с пятки на носок. Ходьба на наружных сторонах стоп. Ходьба по ребристой доске. Обычная ходьба. Ходьба по узенькой рейке. Бег в колонне по одному, врассыпную, с нахождением своего места в колонне по сигналу. Бег змейкой, Бег с высоким подниманием колена. Бег на носках. Бег парами. Боковой галоп (правым, левым боком)	
4-я неделя				Подвижные игры		
				<p>Игры: «День – ночь», «Ловишки», «Найди такой же цвет», «Быстро стройся», «Быстро возьми», «У кого мяч?», «Сделай фигуру», «Кто победит», «Найди свой цвет», «Найди и промолчи», «Мы веселые ребята...», «Дойди до меня».</p> <p>Игровые упражнения: «Ловишка в круге», «Спрыгни тихо», «Мяч о стенку», «Не урони мяч», «Не задень», «Пингвины на прогулке», «Точно в цель», «Тонкий мостик»</p>		

**ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 5–6 ЛЕТ
ОКТАБРЬ**

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	оздоровительные	образовательные	воспитательные	Ползание, лазание	Катание, бросание, ловля, метание	Прыжки
1-я неделя	<p>Формировать навык сохранения правильной осанки, содействовать пропорциональному развитию всех мышечных групп.</p> <p>Повышать степень устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды</p>	<p>Обеспечивать освоение упражнений и их составных элементов.</p> <p>Обогащать запас двигательных навыков за счет разучивания спортивных упражнений и игр.</p> <p>Формировать представления о своем теле, о способах сохранения здоровья.</p> <p>Приучать анализировать качество выполнения физических упражнений, замечать ошибки и исправлять их.</p> <p>Содействовать развитию общей и статической выносливости, гибкости и скоростных способностей</p>	<p>Воспитывать интерес к культуре народов мира (игры народов Севера) и желание играть в народные (хаитяйские) игры. Воспитывать взаимопонимание, сочувствие к неудачам других. Формировать умение выполнять обязанности дежурных на физкультурных занятиях, подбирать и размещать оборудование для выполнения физических упражнений.</p> <p>Развивать самоорганизацию в подвижных играх.</p> <p>Содействовать приобретению навыков положительных взаимоотношений в двигательной деятельности</p>	<p>Ползание на животе с подтягиванием рукави. Подлезание под дугу. Пролезание в обруч боком. Лазание по гимнастической стенке</p>	<p>Ловля мяча двумя руками. Ведение мяча. Метание мешочков</p>	<p>Прыжки через короткую скакалку. Прыжки на двух ногах</p>
2-я неделя				<p>Построение и перестроения</p>	<p>Ходьба, бег</p>	
3-я неделя				<p>Построение в колонну по трое.</p> <p>Построение в колонну по два.</p> <p>Построение в колонну по одному.</p> <p>Повороты на месте: налево, направо, кругом</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, повороты по сигналу.</p> <p>Ходьба на носочках (руки за головой). Ходьба на пятках.</p> <p>Непрерывный бег в медленном темпе (в течение 1,5–2 мин).</p> <p>Бег по наклонной доске вверх и вниз на носочках</p>	
4-я неделя				<p align="center">Подвижные игры</p> <p>Игры: «Не оставайся на полу», «Не попадись», «Удочка», «Через болото», «Выложи дорогу», «Прокати обруч», «Перелет птиц», «Летает – не летает», «Догони свою пару», «Дорога с поворотами», «Ловишки с лентами».</p> <p>Игровые упражнения: «Точно в цель», «Пас друг другу», «Баскетбол», «Футбол», «Бадминтон», «Ведение мяча», «Мяч водящему», «Посадка картофеля», «Попади в корзину», «Мостик»</p>		

**ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ
НОЯБРЬ**

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	оздоровительные	образовательные	воспитательные	Ползание, лазание	Катание, бросание, ловля, метание	Прыжки
1-я неделя	<p>Формировать навык сохранения правильной осанки, содействовать пропорциональному развитию всех мышечных групп.</p> <p>Повышать степень устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды</p>	<p>Обеспечивать освоение упражнений и их составных элементов.</p> <p>Обогащать запас двигательных навыков за счет разучивания спортивных упражнений и игр.</p> <p>Формировать представления о своем теле, о способах сохранения здоровья.</p> <p>Приучать анализировать качество выполнения физических упражнений, замечать ошибки и исправлять их.</p> <p>Содействовать развитию общей и статической выносливости, гибкости и скоростных способностей</p>	<p>Воспитывать интерес к культуре народов мира (игры народов Севера) и желание играть в народные (хантыйские) игры. Воспитывать взаимопонимание, сочувствие к неудачам других. Формировать умение выполнять обязанности дежурных на физкультурных занятиях, подбирать и размещать оборудование для выполнения физических упражнений.</p> <p>Развивать самоорганизацию в подвижных играх.</p> <p>Содействовать приобретению навыков положительных взаимоотношений в двигательной деятельности</p>	<p>Ползание по гимнастической скамейке.</p> <p>Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке</p>	<p>Ведение мяча между предметами.</p> <p>Перебрасывание мяча двумя руками</p>	<p>Прыжки на двух ногах.</p> <p>Прыжки на правой и левой ноге</p>
2-я неделя				<p>Построение и перестроения</p>	<p>Ходьба, бег</p>	
3-я неделя				<p>Перестроение в колонну по два и по три.</p> <p>Перестроение в шеренгу, колонну, повороты направо, налево, кругом</p>	<p>Ходьба с высоким подниманием колена, ходьба между предметами («змежкой»), в чередовании, с выполнением фигур.</p> <p>Бег враспынную, между кеглями, с изменением направления движения, в чередовании, с выполнением фигур, с изменением темпа движения.</p> <p>Медленный бег (до 1,5 мин)</p>	
4-я неделя				Подвижные игры		

**ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 5–6 ЛЕТ
ДЕКАБРЬ**

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	оздоровительные	образовательные	воспитательные	ползание, лазанье	катание, бросание, ловля, метание	прыжки
1-я неделя	Способствовать сохранению и укреплению физического и психического здоровья воспитанников. Формировать начальные представления о здоровом образе жизни. Формировать у воспитанников привычку к ЗОЖ	Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании. Содействовать гармоничному физическому развитию детей. Развивать познавательные интересы воспитанников. Формировать первоначальные представления о спортивных играх	Воспитывать культурно-гигиенические навыки. Воспитывать у детей желание самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры. Развивать координацию движений, выносливость. Побуждать к проявлению творчества в двигательной деятельности	Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. Ползание по гимнастической скамейке на животе. Лазанье на гимнастическую стенку	Броски и ловля мяча. Перебрасывание мяча	Прыжки со скамейки. Прыжки на двух ногах
2-я неделя				<p align="center">построение и перестроения</p> <p>Построение в колонну по одному. Построение в круг. Построение в шеренгу. Перестроение в три колонны. Повороты направо, налево, кругом. Команды: «Равняйся!», «Смирно!». Расчет на 1, 2, 3-й</p>		
3-я неделя				Подвижные игры		
4-я неделя				«Снеговик», «Мороз Красный Нос», «Ловишки парами», «Гонки санок тройками», «Охотники и зайцы», «Снеговик растаял», «Хитрая лиса», «Салки со снежками», Эстафета с санками «Самый быстрый», Эстафета «Кто скорее до флажка»		

**ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 5–6 ЛЕТ
ЯНВАРЬ**

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	оздоровительные	образовательные	воспитательные	ползание, лазание	катание, бросание, ловля, метание	прыжки
1-я неделя	Способствовать сохранению и укреплению физического и психического здоровья воспитанников. Формировать начальные представления о здоровом образе жизни. Формировать у воспитанников привычку к ЗОЖ	Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании. Содействовать гармоничному физическому развитию детей. Развивать познавательные интересы воспитанников. Формировать первоначальные представления о спортивных играх и умения играть по правилам	Воспитывать культурно-гигиенические навыки. Воспитывать у детей желание самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры. Развивать координацию движений, выносливость. Побуждать к проявлению творчества в двигательной деятельности			
2-я неделя				построение и перестроения	ходьба, бег	
3-я неделя				Построение в колонну по трое. Построение в колонну по два. Построение в колонну по одному. Повороты на месте. Команды: «Налево!», «Направо!», «Кругом!»	Ходьба в колонне по одному, повороты по сигналу. Ходьба на носочках (руки за головой). Ходьба на пятках. Непрерывный бег в медленном темпе (в течение 1,5–2 мин). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носочках	
4-я неделя				Подвижные игры		
	«Медведи и пчелы», «Найди и промолчи», «Не оставайся на полу», «Пройди по кругу», «Сделай фигуру», «Охотники и зайцы», «Хитрая лиса», «У кого мяч», «Снежинки и ветер», «Будь внимателен», «Ловишки со снежком», «Летает – не летает».					
	Игровые упражнения на лыжах: «Пружинка», «Дойди до флажка»					

**ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 5–6 ЛЕТ
ФЕВРАЛЬ**

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	оздоровительные	образовательные	воспитательные	ползание, лазанье	катание, бросание, ловля, метание	прыжки
1-я неделя	Способствовать сохранению и укреплению физического и психического здоровья воспитанников. Формировать начальные представления о здоровом образе жизни. Формировать у воспитанников привычку к ЗОЖ	Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании. Содействовать гармоничному физическому развитию детей. Развивать познавательные интересы воспитанников. Формировать первоначальные представления о спортивных играх и умения играть по правилам	Воспитывать культурно-гигиенические навыки. Воспитывать у детей желание самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры. Развивать координацию движений, выносливость. Побуждать к проявлению творчества в двигательной деятельности	Лазанье под дугу. Отбивание мяча о землю. Лазанье на гимнастическую стенку	Бросание мяча вверх и ловля. Забрасывание мяча в корзину. Метание в вертикальную цель. Перебрасывание малого мяча. Ведение мяча	Прыжки в длину с места
2-я неделя				<p align="center">построение и перестроения</p> <p>Перестроение в колонну по два и по три. Перестроение в шеренгу, колонну. Повороты направо, налево</p>		
3-я неделя				<p>Ходьба с высоким подниманием коленей, между предметами («змейкой»), в чередовании, с выполнением фигур. Бег враспынную, между кеглями, с изменением направления движения, в чередовании, с выполнением фигур, с изменением темпа движения. Медленный бег до 1,5 мин</p>		
4-я неделя				<p>Подвижные игры</p> <p>«Кто скорее до флажка», «Мороз Красный Нос», «Снеговик», «Охотники и зайцы», «Хитрая лиса», «Салки со снежками», «Снеговик растаял», «Ровным кругом», «Ловишки парами», «Гонки санок тройками», «Самый быстрый», «Медведи и пчелы», «У кого мяч», «Ловишки со снежком», «Снежинки и ветер», «Не оставайся на полу», «Найди и промолчи», «Пройди по кругу», «Сделай фигуру», «Летает – не летает», «Будь внимателен», «Ловишки – перебежки», «У кого мяч?», «Чем дальше, тем лучше», «Поменяй флажки», «Мышеловка», «Метелица», «Снежная карусель»</p>		

ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ

МАРТ

Неделя	Задачи			Основные виды движений			
	Оздоровительные	Образовательные	Воспитательные	Ползание, лазанье	Катание, бросание, ловля, метание	Прыжки	
1-я неделя	<p>Совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности. Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей</p>	<p>Развивать самостоятельность, творчество; формировать выразительность и грациозность движений. Развивать физические качества (скоростные, силовые, гибкость, выносливость и координацию движений). Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество</p>	<p>Воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Воспитывать положительные морально-волевые качества. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место. Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им наиболее важные сведения о событиях спортивной жизни страны. Продолжать приучать детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры; участвовать в играх с элементами соревнования. Знакомить с народными играми</p>	<p>Лазанье по гимнастической стенке одноименным способом. Пролезание в обруч различными способами</p>	<p>Метание мячей в вертикальную цель. Забрасывание мяча в кольцо двумя руками из-за головы. Перебрасывание мяча друг другу</p>	<p>Прыжки в длину с места с продвижением вперед. Прыжки с ноги на ногу. Прыжки в длину с места</p>	
2-я неделя				Построение и перестроения			Ходьба, бег
3-я неделя				<p>Повороты кругом с переступанием. Равнение в затылок. Расчет на первый – второй. Размыкание в колонне на вытянутые руки в стороны. Построение в три колонны. Перестроение в 3 колонны. Перестроение в 2 шеренги. Размыкание в шеренге на вытянутые руки в стороны</p>		<p>Ходьба в колонне по одному с поворотом. Ходьба и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную. Бег на носочках. Бег по кругу с изменением направления. Бег врассыпную. Челночный бег. Ходьба с перестроением в пары и обратно. Ходьба по залу с поворотом</p>	
4-я неделя				Подвижные игры			
	<p>«Будь внимателен!», «Играй, играй, мяч не теряй», «Медведи и пчелы», «Эстафета парами», «Удочка», «Не оставайся на полу», «Мяч капитану», «Летает – не летает», «Сделай фигуру», эстафета «Забрось мяч в кольцо»</p>						

ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 5–6 ЛЕТ

АПРЕЛЬ

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	Оздоровительные	Образовательные	Воспитательные	Ползание, лазанье	Катание, бросание, ловля, метание	Прыжки
1-я неделя	<p>Совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности. Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей</p>	<p>Развивать самостоятельность, творчество; формировать выразительность и грациозность движений. Развивать физические качества (скоростные, силовые, гибкость, выносливость и координацию движений). Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество</p>	<p>Воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Воспитывать положительные морально-волевые качества. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место. Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им наиболее важные сведения о событиях спортивной жизни страны. Продолжать приучать детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры; участвовать в играх с элементами соревнования. Знакомить с народными играми</p>	<p>Ползание по гимнастической скамейке</p>	<p>Метание в вертикальную цель. Отбивания мяча о землю. Прокатывание обруча друг другу. Бросание мяча о землю и ловля его двумя руками. Пролетание в обруч. Метание мешочков в вертикальную цель</p>	<p>Прыжки в высоту с места. Прыжки из обруча в обруч. Запрыгивание на скамейку. Прыжок в глубину. Прыжки через скакалку. Прыжки в длину с разбега</p>
2-я неделя				Построение и перестроения	Ходьба, бег	
3-я неделя				<p>Выполнение команд: «Равняйся! Смирно! По порядку номеров рассчитайсь! Налево! Направо! Кругом! На месте шагом марш! В обход налево по залу марш!» Повороты на месте. Построение в колонну по два</p>	<p>Непрерывный бег в медленном темпе. Ходьба медленная. Ходьба в колонне по одному, повороты по сигналу. Ходьба на носочках (руки за головой). Ходьба на пятках. Бег по наклонной доске вверх и вниз на носочках</p>	
4-я неделя				Подвижные игры		

ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ

МАЙ

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	Оздоровительные	Образовательные	Воспитательные	Ползание, лазанье, равновесие	Катание, бросание, ловля, ведение	Прыжки
1-я неделя	Совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности. Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения.	Развивать самостоятельность, творчество; формировать выразительность и грациозность движений. Развивать физические качества (скоростные, силовые, гибкость, выносливость и координацию движений). Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество	Воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Воспитывать положительные морально-волевые качества. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место. Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им наиболее важные сведения о событиях спортивной жизни страны. Продолжать приучать детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры; участвовать в играх с элементами соревнования. Знакомить с народными играми	Ползание на животе. Лазанье по гимнастической стенке	Перебрасывание мяча двумя руками снизу в шеренгах. Метание правой и левой рукой. Забрасывание мяча в корзину. Перебрасывание мячей друг другу	Прыжки через короткую скакалку. Прыжки на двух ногах
2-я неделя	Совершенствовать двигательные умения и навыки детей			Построение и перестроения	Ходьба, бег	
3-я неделя				Перестроение в шеренгу, колонну, повороты направо, налево. Перестроение в колонну по два и по три	Ходьба с высоким подниманием колен. Ходьба в колонне по одному. Бег враспынную. Ходьба в чередовании с выполнением фигур. Ходьба с остановкой по сигналу. Медленный бег до 1,5 мин. Ходьба враспынную	
4-я неделя				Подвижные игры		
				«Птичка на ветке», «Проведи мяч», «Пас друг другу», «Летает – не летает», «Сделай фигуру», «Перелет птиц», «Не оставайся на полу», «Затейники», «Прокати – не урони», «Кто быстрее?», «Забрось в кольцо», «Удочка», «Пожарные учения», «Гонка мячей в шеренге», «По узенькой дорожке», «Ловишки» (с ленточками), «Пол, нос, потолок», «Кто сделает меньше прыжков?»		

ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ

ИЮНЬ

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	оздоровительные	образовательные	воспитательные	ползание, лазанье	катание, бросание, ловля, метание	прыжки
1-я неделя	Совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности. Продолжать формирование правильной осанки, умения осознанно выполнять движения. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Формировать правильную осанку	Развивать инициативу, самостоятельность и творческие способности в двигательной активности, способность к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. Развивать интерес к участию в подвижных и спортивных играх и выполнение физических упражнений, активность в самостоятельной двигательной деятельности. Прививать интерес и любовь к спорту. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость	Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Обеспечивать гармоничное физическое развитие. Совершенствовать умения и навыки в основных видах движений. Способствовать воспитанию красоты, грациозности, выразительности движений	Пролезание в обруч. Перелезание с одного пролета гимнастической стенки на другой. Ползание под дугу. Лазанье по гимнастической стенке	Перебрасывание мяча друг другу из разных исходных положений и построений. Метание предметов в цель. Отбивание мяча о землю. Броски мяча в корзину	Прыжки в высоту с места прямо и боком. Прыжки через скакалку. Прыжки в длину с разбега
2-я неделя				Элементы спортивных игр		
3-я неделя				Передача футбольного мяча ногой друг другу в парах. Отбивание футбольного мяча правой (левой) ногой о стенку несколько раз подряд. Катание на самокате с отталкиванием правой и левой ногой. Самостоятельное катание на двухколесном велосипеде. Отбивание вола ракеткой с направлением его в определенную сторону	Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедр), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедр), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое, «змейкой», врассыпную, с препятствиями. Построение в три колонны. Перестроение в три шеренги	
4-я неделя				Подвижные игры		
	«Салки с мячом». Цель: развивать умение выполнять движения; упражнять в метании в движущуюся цель. «Серсо». Цель: развивать меткость, глазомер, координацию движений. «Играй, играй, мяч не теряй». Цель: формировать умения управлять мячом и играть с ним, не мешая товарищу, находить свободное место на площадке. «Эстафета с обручем». Цель: развивать внимание и точность движений. «Ходим в шпаллах». Цель: формировать правильную осанку; укреплять мышечный «корсет» позвоночника; развивать равновесие, ловкость, координацию движений. «Игра в футбол вдвоем». Цель: совершенствовать прием и отбивание катящегося мяча					

**ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ
ИЮЛЬ**

Неделя	Задачи			Основные виды движений			
	оздоровительные	образовательные	воспитательные	ползание, лазание	катание, бросание, ловля, метание	прыжки	
1-я неделя	<p>Закреплять умения придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности, самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры.</p> <p>Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.</p> <p>Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол)</p>	<p>Формировать у детей интерес и ценностное отношение к занятиям физической культурой. Развивать физические качества (скоростные, силовые, гибкость, выносливость и координацию).</p> <p>Накапливать и обогащать двигательный опыт детей (овладение основными движениями).</p> <p>Формировать у воспитанников потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.</p> <p>Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им наиболее важные сведения о событиях спортивной жизни страны</p>	<p>Воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Воспитывать положительные морально-волевые качества.</p> <p>Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место.</p> <p>Продолжать приучать детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, участвовать в играх с элементами соревнования.</p> <p>Воспитывать интерес к народным играм</p>	<p>Перелезание с одного пролета гимнастической стенки на другой. Лазание по гимнастической стенке</p>	<p>Прокатывание обруча</p>	<p>Прыжки в высоту с места. Прыжки через скакалку с вращением ее вперед, назад</p>	
2-я неделя				<p>Элементы спортивных игр</p>		<p>Ходьба, бег. Построение и перестроения</p>	
3-я неделя				<p>Передача футбольного мяча ногой друг другу в парах. Прокатывание футбольного мяча правой и левой ногой в заданном направлении. Обводка правой (левой) ногой футбольного мяча вокруг предметов. Катание на самокате с отталкиванием правой и левой ногой</p>		<p>Непрерывный бег в медленном темпе. Ходьба медленная. Ходьба в колонне по одному, повороты по сигналу. Ходьба на носочках (руки за головой). Ходьба на пятках. Бег по наклонной доске вверх и вниз на носочках. Повороты на месте, налево, направо, кругом, ходьба на месте, в обход налево по залу. Построение в колонну по два</p>	
4-я неделя				<p align="center">Подвижные игры</p> <p><i>«Отасно – безопасно».</i> Цель: закреплять знания детей о различных опасных для жизни и здоровья ситуациях; развивать ловкость и быстроту реакции.</p> <p><i>«Пожарные на учении».</i> Цель: закреплять умение детей влезать на гимнастическую стенку; развивать ловкость, быстроту; совершенствовать умение действовать по сигналу.</p> <p><i>«Мышеловка».</i> Цель: развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость; упражнять в беге и приседании, построении в круг и ходьбе по кругу.</p> <p><i>«Запрещенное движение».</i> Цель: развивать умение концентрировать внимание на деталях.</p> <p><i>«Вратарь и нападающие».</i> Цель: развивать ловкость, быстроту.</p> <p><i>«Попади в цель».</i> Цель: развивать умение выполнять движения ритмично</p>			

**ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 5–6 ЛЕТ
АВГУСТ**

Неделя	Задачи			Основные виды движений	
	оздоровительные	образовательные	воспитательные	лазание, прыжки	
1-я неделя	Закреплять умения придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности, самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол)	Формировать у детей интерес и ценностное отношение к занятиям физической культурой. Развивать физические качества (скоростные, силовые, гибкость, выносливость и координацию). Накапливать и обогащать двигательный опыт детей (овладение основными движениями). Формировать у воспитанников потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании. Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им наиболее важные сведения о событиях спортивной жизни страны	Воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Воспитывать положительные морально-волевые качества. Продолжать приучать детей самостоятельно организовывать знаковые подвижные игры, участвовать в играх с элементами соревнования. Воспитывать интерес к народным играм	Прыжки через короткую скакалку на двух ногах на месте. Лазание по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа. Прыжки через скакалку с вращением ее вперед, назад. Кружение парами держась за руки	
2-я неделя				Построение и перестроение	Ходьба, бег
3-я неделя				Упражнения с воланом и ракеткой: • удары ракеткой справа; • удары ракеткой слева; • способ правильно держать ракетку; • подбрасывание волана; • отбивание волана ракеткой с направлением его в определенную сторону; броски и ловля волана индивидуально на месте; перебрасывание волана друг другу (в парах) через сетку	Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий воспитателя. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедр), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое, «змейкой», врасыпную, с препятствиями. Перестроение в шеренгу, колонну. Повороты направо, налево. Перестроение в колонну по два и по три
4-я неделя				Подвижные игры	
	Спортивная игра, требующая от игроков ловкости и быстроты. «Птичка на ветке». Цель: упражнять в игровых действиях; изменять направление движения по сигналу; формировать потребность в двигательной активности. «Осаль воланом». Цель: совершенствовать умения подбрасывать волан высоко вверх, ловить и салить им. «День и ночь» (с воланчиком). Цель: развивать ловкость				

3.2.4. Циклограмма нод по физической культуре в подготовительной к школе группе.

ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 6–7 ЛЕТ

СЕНТЯБРЬ

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	Оздоровительные	Образовательные	Воспитательные	Ползание, лазанье	Катание, бросание, ловля, метание мяча	Прыжки
I–IV неделя	Способствовать охране жизни и укреплению здоровья, закаливанию организма детей. Помогать правильному и своевременному развитию сводов стопы; способствовать развитию правильного соотношения частей тела (пропорций). Развивать все группы мышц; укреплять дыхательную мускулатуру	Формировать двигательные навыки, навыки гигиены. Способствовать освоению знаний о физическом воспитании, правильному выполнению физических упражнений. Формировать навык правильной осанки, то есть умение сохранять правильное положение тела. Развивать умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями в детском учреждении и дома	Воспитывать положительные черты характера и нравственные качества: (честность, справедливость, чувство товарищества, взаимопомощь, умение заниматься в коллективе, бережное отношение к физкультурному инвентарю и т. д.). Развивать волевые качества (смелость, решительность, настойчивость, выдержку и др.), интерес к занятиям спортом, спортивным результатам, достижениям спортсменов	Лазанье под шнур, не касаясь руками пола. Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками	Перебрасывание мячей друг другу: двумя руками снизу, двумя руками из-за головы. Перебрасывание мяча через шнур. Подбрасывания мяча одной рукой и ловля двумя руками. Бросание мяча правой и левой рукой попеременно, ловля его двумя руками	Прыжки через шнур. Прыжки с доставанием до предмета. Прыжки на правой и левой ноге через шнуры
				Построение и перестроения		
				Построение в шеренгу. Строевые команды: «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Повороты на месте по команде: «Напра-во!», «Нале-во!», «Кругом!»	Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку к носку. Бег и ходьба в колонне по одному в умеренном темпе. Ходьба на носках, с высоким подниманием колен. Бег по извилистой дорожке, со сменой направления	
				Подвижные игры		

ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 6–7 ЛЕТ

ОКТАБРЬ

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	Оздоровительные	Образовательные	Воспитательные	Ползание, лазание	Катание, бросание, ловля, метание мяча	Прыжки
1–4 недели	<p>Способствовать охране жизни и укреплению здоровья, закаливанию организма детей. Помогать правильному и своевременному развитию сводов стопы; способствовать развитию правильного соотношения частей тела (пропорций). Развивать все группы мышц; укреплять дыхательную мускулатуру</p>	<p>Формировать двигательные навыки, навыки гигиены. Способствовать освоению знаний о физическом воспитании, правильному выполнению физических упражнений. Формировать навык правильной осанки, то есть умение сохранять правильное положение тела. Развивать умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями в детском учреждении и дома</p>	<p>Воспитывать положительные черты характера и нравственные качества (честность, справедливость, чувство товарищества, взаимопомощь, умение заниматься в коллективе, бережное отношение к физкультурному инвентарю и т. д.). Развивать волевые качества (смелость, решительность, настойчивость, выдержку и др.), интерес к занятиям спортом, спортивным результатам, достижениям спортсменов</p>	<p>Пролезание в обруч прямо и боком. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине</p>	<p>Бросание малого мяча вверх, ловля двумя руками. Отбивание мяча одной рукой на месте и ведение мяча. Забрасывание мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча по прямой, между предметами. Перебрасывание друг другу малого мяча</p>	<p>Прыжки через шнур и вдоль него на двух ногах. Прыжки с высоты (40 см). Прыжки через короткую скакалку. Прыжки на правой и левой ноге между предметами</p>
				Построение и перестроения		
				<p>Построение в шеренгу. Строевые команды: «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Повороты на месте по команде: «Напра-во!», «Нале-во!», «Кругом!»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, повороты по сигналу. Ходьба на носочках (руки за головой). Ходьба на пятках. Непрерывный бег в медленном темпе (в течение 1,5–2 мин). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носочках</p>	
				Подвижные игры		
			<p>«Перелет птиц», «Фигурная ходьба», «Фантазеры», «Эстафеты в ходьбе», «Полоса препятствий», «Линеечка», «Не оставайся на полу», «Летает – не летает»,</p>	<p>«Охотники и звери», «Удочка», «Эхо», «Бездомный заяц», «Ловишки с ленточками», «Совушка», дыхательные упражнения «Ладони», «Погонщики» (А. Н. Стрельникова)</p>		

ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 6–7 ЛЕТ

НОЯБРЬ

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	Оздоровительные	Образовательные	Воспитательные	Ползание, лазание	Катание, бросание, ловля, метание мяча	Прыжки
1–4 недели	<p>Способствовать охране жизни и укреплению здоровья, закаливанию организма детей.</p> <p>Помогать правильному и своевременному развитию сводов стопы; способствовать развитию правильного соотношения частей тела (пропорций).</p> <p>Развивать все группы мышц; укреплять дыхательную мускулатуру</p>	<p>Формировать двигательные навыки, навыки гигиены.</p> <p>Способствовать освоению знаний о физическом воспитании, правильному выполнению физических упражнений.</p> <p>Формировать навык правильной осанки, то есть умение сохранять правильное положение тела.</p> <p>Развивать умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями в детском учреждении и дома</p>	<p>Воспитывать положительные черты характера и нравственные качества (честность, справедливость, чувство товарищества, взаимопомощь, умение заниматься в коллективе, бережное отношение к физкультурному инвентарю и т. д.).</p> <p>Развивать волевые качества (смелость, решительность, настойчивость, выдержку и др.), интерес к занятиям спортом, спортивным результатам, достижениям спортсменов</p>	<p>Лазанье по шведской стенке.</p> <p>Ходьба по канату боком, приставным шагом. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках</p>	<p>Бросание мяча друг другу. Броски мяча в баскетбольную корзину.</p> <p>Метание в горизонтальную цель.</p> <p>Лазанье под дугу</p>	<p>Прыжки в длину с места. Прыжки через короткую скакалку</p>
				<p>Построение и перестроения</p>	<p>Ходьба, бег</p>	
				<p>Перестроение в колонну по два и по три.</p> <p>Перестроение в шеренгу, колонну.</p> <p>Повороты направо, налево по команде</p>	<p>Ходьба с высоким подниманием коленей, между предметами («змежкой»), в чередовании, с выполнением фигур.</p> <p>Бег враспынную, между кеглями, с изменением направления движения, в чередовании, с выполнением фигур, с изменением темпа движения.</p> <p>Медленный бег (до 1,5 мин)</p>	
				<p>Подвижные игры</p>		

ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 6–7 ЛЕТ
ДЕКАБРЬ

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	оздоровительные	образовательные	воспитательные	ползание, лазанье	катание, бросание, ловля, метание	прыжки
1-я неделя	Приобщать к здоровому образу жизни. Формировать правильное отношение к физкультурным и спортивным мероприятиям. Формировать у воспитанников потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.	Обучать детей основным видам движений и правилам их выполнения. Развивать физические качества (скоростные, силовые, гибкость, выносливость и координацию).	Воспитывать интерес и потребность к занятиям ФК. Воспитывать чувство коллективизма, дух сотрудничества и взаимопомощи. Совершенствовать организационные умения и контролирующие действия в игровых заданиях с разными видами взаимодействия (командное, коллективное), умение выполнять задание по сигналу и инструкции.	Ползание на животе по скамейке. Подлезание под шнур. Лазанье по гимнастической стенке	Бросание малого мяча вверх. Прокатывание мяча. Передача мяча. Перебрасывание мячей в парах. Забрасывание мяча в корзину. Подбрасывание и ловля мяча. Отбивание мяча от пола	Прыжки на двух ногах. Прыжки через короткую скакалку. Прыжки на правой и левой ногах через шнур
2-я неделя	Обеспечить нормальное функционирование всех органов и систем детского организма. Совершенствовать все функции дыхания.	Способствовать через двигательную активность эмоциональному развитию. Накоплять и обогащать двигательный опыт детей (овладение основными движениями)	Воспитывать самостоятельность, смелость, выдержку, внимание, упорство в достижении цели, чувство товарищества. Укреплять потребность в занятиях ФК и спортом	<p align="center">построение и перестроения</p> Построение в колонну по одному. Построение в круг. Построение в шеренгу. Перестроение в три колонны. Повороты направо, налево, кругом. Команды «Равняйся!», «Смирно!». Расчет на 1, 2, 3-й	<p>ходьба, бег</p> Ходьба перекатом с пятки на носок. Ходьба по ребристой доске. Ходьба боком приставным шагом. Бег в колонне по одному, врасыпную, с нахождением своего места в колонне по сигналу. Бег «змейкой». Бег с высоким подниманием коленей. Бег на носках. Боковой галоп (правым-левым боком)	
3-я неделя	Способствовать созданию эмоционального подъема, обогащать положительными эмоциями			Подвижные игры		
4-я неделя				«Хитрая лиса», «Эхо», «Ловишки» (с ленточками), «Медвежата», «Один-двое», «Перелет птиц», «Мяч соседу», «Запрещенное движение», «Кого назвали, тот ловит мяч»		

**ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 6–7 ЛЕТ
ЯНВАРЬ**

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	оздоровительные	образовательные	воспитательные	ползание, лазание	катание, бросание, ловля, метание	прыжки
1-я неделя	Приобщать к здоровому образу жизни. Формировать правильное отношение к физкультурным и спортивным мероприятиям. Формировать у воспитанников потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.	Обучать детей основным видам движений и правилам их выполнения. Развивать физические качества (скоростные, силовые, гибкость, выносливость и координацию).	Воспитывать интерес и потребность к занятиям ФК. Воспитывать чувство коллективизма, дух сотрудничества и взаимопонимания.	Лазание под шнур правым и левым боком. Спуск со склона на лыжах. Передвижение детей по лыжне	Прокатывание мяча между предметами. Ведение мяча о стенку и ловля его после отскока. Подбрасывание малого мяча	Прыжки через препятствия. Прыжки в длину с места. Прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед
2-я неделя	Обеспечить нормальное функционирование всех органов и систем детского организма.	Способствовать через двигательно-игровую деятельность эмоциональному развитию.	Совершенствовать организационные умения и контролирующее действия в игровых заданиях с разными видами взаимодействия (командное, коллективное), умение выполнять задание по сигналу и инструкции.	построение и перестроения	ходьба, бег	
3-я неделя	Совершенствовать все функции дыхания. Способствовать созданию эмоционального подъема, обогащать положительными эмоциями	Накоплять и обогащать двигательный опыт детей (овладение основными движениями)	Воспитывать самостоятельность, смелость, выдержку, внимание, упорство в достижении цели, чувство товарищества. Укреплять потребность в занятиях ФК и спортом	Построение в колонну по трое. Построение в колонну по два. Построение в колонну по одному. Повороты на месте. Команды: «Налево!», «Направо!», «Кругом!»	Ходьба в колонне по одному, повороты по сигналу. Ходьба на носочках (руки за головой). Ходьба на пятках. Непрерывный бег в медленном темпе (в течение 1,5–2 мин). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носочках	
4-я неделя				Подвижные игры		
				«День и ночь», «Кто внимательный?», «Ровным кругом», «Ловишка с мячом», «Совушка», «Ловишки со снежком», «Снежинки и ветер», «Затейники», «Уголки», «Пройди по кругу», «С кочки на кочку», «Зайчики, медведи, галки», «Будь внимателен!»		

**ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 6–7 ЛЕТ
ФЕВРАЛЬ**

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	оздоровительные	образовательные	воспитательные	ползание, лазание	катание, бросание, ловля, метание	прыжки
1-я неделя	Приобщать к здоровому образу жизни. Формировать правильное отношение к физкультурным и спортивным мероприятиям.	Обучать детей основным видам движений и правилам их выполнения. Развивать физические качества (скоростные, силовые, гибкость, выносливость и координацию).	Воспитывать интерес и потребность к занятиям ФК. Воспитывать чувство коллективизма, дух сотрудничества и взаимоважания.	Лазание под дугу. Лазание на гимнастическую стенку. Метание мешочков	Броски мяча. Переброска мячей друг другу. Ходьба скользящим шагом на лыжах. Спуск с пологого склона на лыжах	Прыжки на двух ногах. Прыжки из обруча в обруч
2-я неделя	Формировать у воспитанников потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании. Обеспечить нормальное функционирование всех органов и систем детского организма.	Способствовать через двигательно-игровую деятельность эмоциональному развитию. Накапливать и обогащать двигательный опыт детей (овладение основными движениями)	Совершенствовать организационные умения и контролирующие действия в игровых заданиях с разными видами взаимодействия (командное, коллективное), умение выполнять задание по сигналу и инструкции. Воспитывать самостоятельность, смелость, выдержку, внимание, упорство в достижении цели, чувство товарищества. Укреплять потребность в занятиях ФК и спортом	<p align="center">построение и перестроения</p> Перестроение в колонну по два и по три. Перестроение в шеренгу, колонну. Повороты направо, налево	<p align="center">ходьба, бег</p> Ходьба с высоким подниманием коленей, между предметами («змейкой»), в чередовании, с выполнением фигур. Бег враспынную, между кеглями, с изменением направления движения, в чередовании, с выполнением фигур, с изменением темпа движения. Медленный бег до 1,5 мин	
3-я неделя	Совершенствовать все функции дыхания. Способствовать созданию эмоционального подъема, обогащать положительными эмоциями			Подвижные игры		
4-я неделя				«Бездомный заяц», «Летает – не летает», «Чем дальше, тем лучше», «Воротники», «Ловишки» (с ленточками), «Мяч через сетку», «Попади в обруч», «Поменяй флажки», «Гонки санок», «Будь ловким», «Лягушки и цапля», «Метелица», «Снежная карусель»		

ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 6–7 ЛЕТ
МАРТ

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	отдоровительные	образовательные	воспитательные	ползание, лазание	катание, бросание, ловля, метание	прыжки
1-я неделя	Приобщать к здоровому образу жизни. Формировать правильное отношение к физкультурным и спортивным мероприятиям.	Обучать детей основным видам движений и правилам их выполнения. Развивать физические качества (скоростные, силовые, гибкость, выносливость и координацию).	Воспитывать интерес и потребность к занятиям ФК, чувство коллективизма, дух сотрудничества и взаимоуважения.	Ползание под шнур. Лазание на гимнастическую стенку	Перебрасывание мяча через сетку. Отбивание мяча. Ведение мяча на месте. Метание мешочков	Прыжки на двух ногах. Прыжки через короткую скакалку
2-я неделя	Формировать у воспитанников потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании. Обеспечить нормальное функционирование всех органов и систем детского организма.	Способствовать через двигательно-игровую деятельность эмоциональному развитию. Содействовать накоплению и обогащению двигательного опыта детей (овладение основными движениями)	Совершенствовать организационные умения и контролирующие действия в игровых заданиях с разными видами взаимодействия (командное, коллективное), умение выполнять задание по сигналу инструкции. Воспитывать самостоятельность, смелость, выдержку, внимание, упорство в достижении цели, чувство товарищества. Укреплять потребность в занятиях ФК и спортом	Построение и перестроения	Ходьба, бег	
3-я неделя	Совершенствовать все функции дыхания. Создать атмосферу эмоционального подъема, обогащать положительными эмоциями			Повороты крутом с переступанием. Равнение в затылок. Расчет на первой-второй. Размыкание в колонне на вытянутые в стороны руки. Построение в три колонны. Перестроение в три колонны. Перестроение в две шеренги. Размыкание в шеренге на вытянутые руки в стороны	Ходьба в колонне по одному, с поворотом. Ходьба и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную. Бег на носочках. Бег по кругу с изменением направления. Бег врассыпную. Челночный бег. Ходьба с перестроением в пары и обратно. Ходьба по залу с поворотом	
4-я неделя				<p>Подвижные игры. «Волки и овцы», «Ключи», «Затейники», «Хитрая лиса», «Совушка», «Быстрые и меткие», «Перелет птиц», «Мы веселые ребята».</p> <p>Игровые упражнения. «Мяч в стенку», «Мы по мостику идем», «Кто самый меткий», «Бег шеренгами», «Большая черепаха», «Мяч соседу», «Сбей грушу»</p>		

**ЦИКЛОГРАММА ПОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 6–7 ЛЕТ
АПРЕЛЬ**

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	оздоровительные	образовательные	воспитательные	ползание, лазание	катание, бросание, ловля, метание	прыжки
1-я неделя	Приобщать к здоровому образу жизни. Формировать правильное отношение к физкультурным и спортивным мероприятиям.	Обучать детей основным видам движений и правилам их выполнения. Развивать физические качества (скоростные, силовые, гибкость, выносливость и координацию).	Воспитывать интерес и потребность к занятиям ФК, чувство коллективизма, дух сотрудничества и взаимоуважения.	Лазание под шнур. Лазание на гимнастическую стенку	Переброска мячей друг другу. Броски мяча друг другу в парах. Перебрасывание мяча через сетку. Метание мешочков в горизонтальную цель	Прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед. Прыжки в длину с разбега. Прыжки на правой и левой ноге
2-я неделя	Формировать у воспитанников потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании. Обеспечить нормальное функционирование всех органов и систем детского организма.	Способствовать через двигательно-игровую деятельность эмоциональному развитию. Содействовать накоплению и обогащению двигательного опыта детей (овладение основными движениями)	Совершенствовать организационные умения и контролирующее действия в игровых заданиях с разными видами взаимодействия (командное, коллективное), умение выполнять задание по сигналу инструкции. Воспитывать самостоятельность, смелость, выдержку, внимание, упорство в достижении цели, чувство товарищества.	Построение и перестроения		Ходьба, бег
3-я неделя	Совершенствовать все функции дыхания. Создать атмосферу эмоционального подъема, обогащать положительными эмоциями		Укреплять потребность в занятиях ФК и спортом	Выполнение команд: Равняйся! Смирно! По порядку номеров рассчитайсь! Повороты на месте Налево! Направо! Кругом! На месте шагом марш! В обход налево по залу марш! Построение в колонну по два	Непрерывный бег в медленном темпе. Ходьба медленная. Ходьба в колонне по одному, повороты по сигналу. Ходьба на носочках (руки за головой). Ходьба на пятках. Бег по наклонной доске вверх и вниз на носочках	
4-я неделя				Подвижные игры. «Горячая картошка», «Охотники и утки», «Повтори наоборот», «Салки в два круга», «Кто самый меткий», «Тихо-громко», «Горелки», «Совушка».		
				Игровые упражнения. «Кто быстрее до предмета», «Кто быстрее», «Кто дальше бросит», «Мы по мостку идем», «Прыжки вперед», «Эстафета с мячом», «Передача мяча в шеренге»		

**ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 6-7 ЛЕТ
МАЙ**

Неделя	Задачи			Основные виды движений		
	оздоровительные	образовательные	воспитательные	ползание, лазанье	катание, бросание, ловля, метание	прыжки
1-я неделя	Приобщать к здоровому образу жизни. Формировать правильное отношение к физкультурным и спортивным мероприятиям. Формировать у воспитанников потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.	Обучать детей основным видам движений и правилам их выполнения. Развивать физические качества (скоростные, силовые, гибкость, выносливость и координацию).	Воспитывать интерес и потребность к занятиям ФК, чувство коллективизма, дух сотрудничества и взаимоуважения. Совершенствовать организационные умения и контролирующее действия в игровых заданиях с разными видами взаимодействия (командное, коллективное), умение выполнять задание по сигналу инструкции.	Пролезание в обруч прямо и боком. Ходьба между предметами на носках с мешочком на голове. Подлезание под шнур прямо и боком. Лазанье по гимнастической стенке	Броски малого мяча о стену и ловля его после отскока. Броски мяча вверх одной рукой. Ведение мяча одной рукой. Метание мешочков в цель. Упражнения на велосипеде	Прыжки с ноги на ногу. Прыжки на двух ногах. Прыжки через короткую скакалку. Прыжки в длину с разбега
2-я неделя	Обеспечить нормальное функционирование всех органов и систем детского организма. Совершенствовать все функции дыхания. Создать атмосферу эмоционального подъема, обогащать положительными эмоциями	Способствовать через двигательно-игровую деятельность эмоциональному развитию. Содействовать накоплению и обогащению двигательного опыта детей (овладение основными движениями)	Воспитывать самостоятельность, смелость, выдержку, внимание, упорство в достижении цели, чувство товарищества. Укреплять потребность в занятиях ФК и спортом	<p align="center">Построение и перестроения</p> Перестроение в шеренгу, колонну, повороты направо, налево. Перестроение в колонну по два и по три	Ходьба, бег	
3-я неделя				<p>Подвижные игры.</p> «Летает-не летает», «Горелки», «Охотники и утки», «Великаны и гномы», «Совушка», «Приветники», «Боулинг», «Воробьи и кошка», «Подкрались неслышно», «Не оставайся на полу».		
4-я неделя				<p>Игровые упражнения.</p> «Точный пас», «Салки в два круга», «Брось-поймай», «Канатоходцы», «Мяч водящему», «Кто дальше бросит», «Эстафета „Передал – садись“», «Игра с обручем», «Веселые лягушки», «Снайперы»		

ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 6–7 ЛЕТ

ИЮНЬ

Неделя	Задачи			Основные виды движений
	оздоровительные	образовательные	воспитательные	Элементы спортивных игр
1-я неделя	Расширять представления о здоровом образе жизни; об особенностях строения и функциях организма человека, о важности соблюдения режима дня, рациональном питании, значении двигательной активности в жизни человека, пользе и видах закалывающих процедур, роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.	Содействовать самостоятельной организации знакомых подвижных игр, поощрять придумывание собственных игр. Поощрять проявление интереса к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, теннис, хоккей, футбол). Поддерживать проявление интереса к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. Развивать двигательные качества и способности детей: ловкость, быстроту, гибкость, силу, общую выносливость.	Воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Способствовать становлению ценностей здорового образа жизни, овладению его элементарными нормами и правилами. Содействовать приобретению двигательного опыта детей, повышению уровня ежедневной двигательной активности, становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере	Удар мяча о стенку и обратно. Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. Ведение мяча между кеглями поочередно левой и правой ногой. Бег прямо и спиной вперед. Удар правой (левой) ногой по неподвижному мячу. Ведение мяча правой (левой) ногой. Ведение и бросок мяча в корзину. Передача и ловля мяча. Ведение мяча вокруг себя правой и левой рукой с поворотами. Прыжки на двух ногах в обручи. Перебрасывание мяча друг другу разными способами. Броски мяча в корзину разными способами
2-я неделя	Формировать у родителей, педагогов, воспитанников ответственность в деле сохранения собственного здоровья. Создавать условия для становления физически развитой личности, способной к осознанному саморазвитию	Развивать интерес к спорту, расширять представления детей о некоторых видах спорта. Создавать условия для формирования опорно-двигательной системы организма, выполнения основных движений (ходьба, бег, прыжки), овладения подвижными играми с правилами		Ходьба, бег. Построение и перестроения
3-я неделя				Ходьба в колонне по одному, парами, повороты по сигналу. Ходьба на носочках (руки за головой). Ходьба на пятках. Непрерывный бег в медленном темпе (в течение 1,5–2 мин). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носочках. Построение в колонну по трое. Построение в колонну по два. Построение в колонну по одному. Повороты на месте, налево, направо, кругом
4-я неделя				Подвижные игры
				«Школа». Цель: совершенствовать навык броска мяча в корзину; развивать глазомер; воспитывать целеустремленность. «Меткие стрелки». Цель: совершенствовать умение попадать мячом в цель. «Светофор». Цель: развивать равновесие. «Удочка». Цель: развивать ловкость, внимание, быстроту реакции. «Эхо». Цель: пробудить фантазию, поднять настроение; развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навык коллективной и слаженной деятельности. «Поменяемся местами». Цель: повысить творческую активность детей; развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности

ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 6-7 ЛЕТ
ИЮЛЬ

Неделя	Задачи			Основные виды движений
	отдоровительные	образовательные	воспитательные	Элементы спортивных игр
1-я неделя	Расширять представления о здоровом образе жизни: об особенностях строения и функциях организма человека, о важности соблюдения режима дня, рациональном питании, значении двигательной активности в жизни человека, пользе и видах закаливающих процедур, роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.	Содействовать самостоятельной организации знакомых подвижных игр, поощрять придумывание собственных игр. Поощрять проявление интереса к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, теннис, хоккей, футбол). Поддерживать проявление интереса к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. Развивать двигательные качества и способности детей: ловкость, быстроту, гибкость, силу, общую выносливость. Развивать интерес к спорту, расширять представления детей о некоторых видах спорта.	Воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Способствовать становлению ценностей здорового образа жизни, овладению его элементарными нормами и правилами. Содействовать приобретению двигательного опыта детей, повышению уровня ежедневной двигательной активности, становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере	Ведение и отбор мяча у соперника. Удары по неподвижному мячу (в ворота). Передача мяча в парах в движении. Ведение мяча между кеглями (обходить кегли). Передача в парах мяча правой (левой) ногой. Удар по неподвижному мячу (в ворота). Передача биты разными способами друг другу. Подбрасывание и ловля биты снизу вверх. Прыжки через биты разными способами. Метание биты в горизонтальную цель
2-я неделя	Формировать у родителей, педагогов, воспитанников ответственность в деле сохранения собственного здоровья. Создавать условия для становления физически развитой личности, способной к осознанному саморазвитию	Развивать интерес к спорту, расширять представления детей о некоторых видах спорта. Создавать условия для формирования опорно-двигательной системы организма, выполнения основных движений (ходьба, бег, прыжки), овладения подвижными играми с правилами		Ходьба, бег. Построение и перестроения
3-я неделя				Команды: Равняйся! Смирно! По порядку номеров рассчитайсь! Повороты на месте! Направо! Направо! Кругом! На месте шагом марш! В обход налево по залу марш! Ходьба в колонне по одному, переход к ходьбе по кругу, поворот по сигналу воспитателя в другую сторону; ходьба в колонне по одному, по команде выполняются задания для рук – за голову, на пояс, вверх. Бег враспыльную с остановкой по сигналу, бег с дополнительным заданием. Построение в колонну по два. Перестроение в колонну по трое, круг, парами
4-я неделя				Подвижные игры
				«Шишки, желуди, орехи». Цель: развивать быстроту реакции, ловкость и внимание. «Выбей мяч из круга». Цель: развивать умение не пропускать мяч в круг. «Светофор». Цель: закреплять представления детей о назначении светофора, о его сигналах. «Забей гол». Цель: совершенствовать технику приема и отбивания катящегося мяча. «Кто ушел?». Цель: развивать внимание, память, ориентировку в пространстве. «Игра в городки». Цель: научить детей русской народной игре «Городки»

**ЦИКЛОГРАММА НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 6–7 ЛЕТ
АВГУСТ**

Неделя	Задачи			Основные виды движений	
	оздоровительные	образовательные	воспитательные	Элементы спортивных игр	
1-я неделя	<p>Расширять представления о здоровом образе жизни: об особенностях строения и функциях организма человека, о важности соблюдения режима дня, рациональном питании, значении двигательной активности в жизни человека, пользе и видах закаляющих процедур, роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.</p> <p>Формировать у родителей, педагогов, воспитанников ответственность в деле сохранения собственного здоровья.</p> <p>Создавать условия для становления физически развитой личности, способной к осознанному саморазвитию</p>	<p>Содействовать самостоятельной организации знакомых подвижных игр, поощрять придумывание собственных игр.</p> <p>Поощрять проявление интереса к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, теннис, хоккей, футбол).</p> <p>Поддерживать проявление интереса к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.</p> <p>Развивать двигательные качества и способности детей: ловкость, быстроту, гибкость, силу, общую выносливость.</p> <p>Развивать интерес к спорту, расширять представления детей о некоторых видах спорта.</p> <p>Создавать условия для формирования опорно-двигательной системы организма, выполнения основных движений (ходьба, бег, прыжки), овладения подвижными играми с правилами</p>	<p>Воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.</p> <p>Способствовать становлению ценностей здорового образа жизни, овладению его элементарными нормами и правилами</p> <p>Содействовать приобретению двигательного опыта детей, повышению уровня ежедневной двигательной активности, становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере</p>	<p>Подача волана друг другу через сетку.</p> <p>Подача справа в бадминтоне.</p> <p>Подбрасывание и перебрасывание волана друг другу.</p> <p>Подбивание волана ракеткой на месте и в движении.</p> <p>Игра в паре на площадке без сетки.</p> <p>Основные приемы игры в бадминтон: стойка бадминтониста, хват ракетки, прием волана, подача волана.</p> <p>Подбрасывание волана с руки на руку.</p> <p>Жонглирование волана ракеткой.</p> <p>Прыжки на короткой скакалке.</p> <p>Броски биты локтевым способом.</p> <p>Броски биты плечевым способом.</p> <p>Выкладывание по карте-схеме городошной фигуры</p>	
2-я неделя				<p>Ходьба, бег.</p> <p>Построение и перестроения</p>	<p>Ходьба с высоким подниманием коленей, между предметами («змейкой»), в чередовании, с выполнением фигур.</p> <p>Бег враспынную, между кеглями, с изменением направления движения, в чередовании, с выполнением фигур, с изменением темпа движения.</p> <p>Медленный бег до 1,5 минут. Перестроение в колонну по 2 и по 3.</p> <p>Перестроение в шеренгу, колонну, повороты направо, налево.</p> <p>Повороты направо, налево</p>
3-я неделя				<p>Подвижные игры</p>	<p>«Отрази волан». Цель: совершенствовать умение отражать ракеткой летящий навстречу волан.</p> <p>«Забрось волан в баскетбольное кольцо». Цель: отрабатывать навык броска волана в горизонтальную цель, расположенную на высоте.</p> <p>«Бадминтон». Цель: закреплять умение в игре не ронять волан на землю.</p> <p>«Где волан?». Цель: развивать внимание.</p> <p>«Играй, волан не терй!». Цель: развивать интерес к спорту; расширять представления детей о бадминтоне</p>
4-я неделя					

3.3. Особенности ежедневной организации жизнедеятельности детей

3.3.1. Организация режима пребывания детей в образовательной организации

Таблица №21

№	Виды занятий	Особенности организации
1. Физкультурно-оздоровительные занятия		
1.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе или в зале. Длительность 10-12 мин.
1.2	Двигательная разминка	Ежедневно во время большого перерыва между занятиями (с преобладанием статических поз). Длительность 7-10 мин
1.3	Физкультминутка	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятия. Длительность 3-5 мин.
1.4	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно во время утренней прогулки, подобранными с учетом уровня ДА детей. Длительность 20-25 мин.
1.5	Дифференцированные игры-упражнения на прогулке	Ежедневно во время вечерней прогулки, длительность 12-15 мин.
1.6	Оздоровительный бег	2 раза в неделю, группами по 5-7 человек, проводится во время утренней прогулки, длительность 3-5 мин.
1.7	Прогулки-походы в близлежащий парк	2 раза в месяц, во время, отведенное для физкультурного занятия, организованных воспитателем игр и упражнений, длительность 60-120 мин.
1.8	Гимнастика после дневного сна (комплекс упражнений)	2-3 раза в неделю, по мере подъема детей, длительность 10 мин
1.9	Пробежки по массажным дорожкам в сочетании с воздушными ваннами	2-3 раза в неделю группами по 7-10 человек, проводятся после дневного сна в течение 5-7 минут
1.10	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время вечерней прогулки. Длительность 12-15 мин.
1.11	Корригирующая гимнастика	После дневного сна, по одному сеансу в месяц, в течение 10 дней подряд с последующим перерывом в 2 недели. Проводится по рекомендации врача. Длительность 15-20 мин.
1.12	Логоритмическая гимнастика	Проводится логопедом 2 раза в неделю по подгруппам

2. НОД		
2.1	По физической культуре	Три раза в неделю, одно в часы прогулки. Длительность 25-30 мин.
3. Самостоятельные занятия		
3.1	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей.
4. Физкультурно-массовые занятия		
4.1	Неделя здоровья (каникулы)	2-3 раза в год (последняя неделя квартала)
4.2	Физкультурный досуг	1-2 раза в месяц совместно со сверстниками одной - двух групп. Длительность 50-60 мин.
4.3	Физкультурно-спортивные праздники на открытом воздухе	2-3 раза в год, внутри детского сада или совместно со сверстниками соседнего дошкольного учреждения. Длительность 75-90 мин.
4.4	Игры-соревнования между возрастными группами или со школьниками начальных классов	1-2 раза в год в зале или на воздухе. Длительность не более 60 мин.
4.5	Спартакиады вне детского сада	Один раз в год в спортивном клубе или в школе своего микрорайона, участвуют дети с высоким уровнем физической подготовленности, по специальной программе. Длительность не более 120 мин.
5. Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи		
5.1	Домашние задания	Определяются инструктором по физической культуре или воспитателем.
5.2	Физкультурные занятия детей совместно с родителями в дошкольном учреждении	По желанию родителей, воспитателей и детей.
5.3	Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях детского сада	Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, недели здоровья, туристических походов, посещения открытых занятий.

3.3.2. Индивидуально – дифференцированный подход на занятиях по физической культуре.¹

В процессе физического воспитания дошкольников необходимо такие условия для развития, в которых его физические и духовные возможности раскроются полностью. Этому может способствовать индивидуально-дифференцированный подход к ребенку на занятиях по физической культуре.

По мнению В. Н. Шебеко, В. А. Шишкиной, Н. Н. Ермака, критериями могут выступать следующие показатели:

- **состояние здоровья**, под которым понимается уровень функционирования всех органов и систем организма; отсутствие заболеваний; способность адаптироваться в необычных условиях окружающей среды; высокая работоспособность;
- **уровень физической подготовленности**, под которым понимается характер освоенных навыков основных видов движений, состояния физических качеств;
- **уровень двигательной активности**, под которым понимается объем, продолжительность, интенсивность и содержание движений,
- С. О. Филиппова выделяет в качестве критериев еще и **тип нервной системы, а так же половые особенности детей.**

Первый показатель – **состояние здоровья** детей дает основание выделить три группы детей. По результатам медицинского осмотра детей врачами – специалистами в сентябре-октябре 2017 года. Годовую группу здоровья составили дети с нормальным уровнем физического развития и основных функций организма. (Из 293 детей годовую группу здоровья имеют 22% детей).

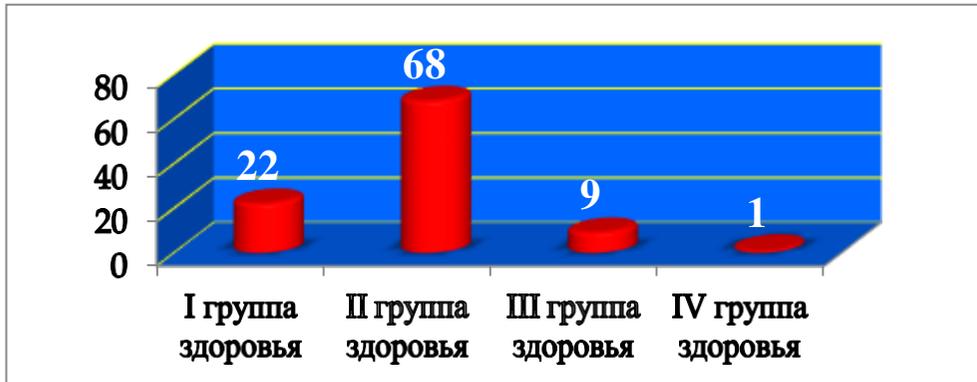
Ко второй группе были отнесены так же здоровые дети, но имеющие некоторые функциональные и морфологические изменения (нарушения осанки, незначительные изменения зрения, отдельных функций в физическом развитии, пониженная сопротивляемость организма к заболеваниям) 68,2%.

Дети третьей группы – больные хроническими заболеваниями (хронический тонзиллит, аллергические заболевания, пиелонефрит, астматический бронхит и др.) 8,4 %.

Имеются дети и с четвертой группой здоровья (1%) (*Рисунок №1*).

¹ Комплексы занятий представлены в приложении №2

Рисунок №1.



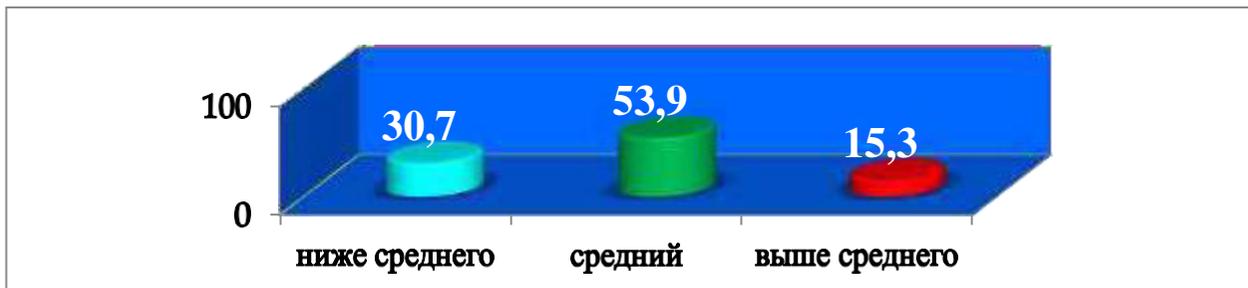
При проведении физических упражнений, мы учитываем отклонения в состоянии здоровья, опираясь на рекомендации медицинских работников (приложение № 1).

Своевременное информирование медицинскими работниками о детях, пришедших в детское учреждение после перенесенного заболевания, позволяет мне дифференцировать нагрузку при проведении непосредственно образовательной деятельности по физической культуре: изменять темп упражнений, изменять интервалы, отдыха, варьировать количество повторений и вводить дополнительные «станции» отдыха, варьировать способы и условия выполнения упражнений.

Второй показатель – **учет особенностей физической подготовленности ребенка** позволяет дифференцировать работу с детьми во время непосредственно образовательной деятельности по физической культуре следующим образом.

Физическая подготовленность проверяется по системе специально отобранных тестовых заданий (приложение №2). Результаты проведенного диагностического исследования в начале года позволяют распределить детей на три группы – дети с высокими, средними, и низкими показателями основных видов движений, физических и волевых качеств (Рисунок №2).

Рисунок №2.



Организацию образовательной деятельности с учетом физической подготовленности детей мы рассмотрим на примере использования круговой тренировки.

Этот метод как интегральная форма физической подготовки приучает детей к самостоятельному мышлению при развитии двигательных качеств, вырабатывает алгоритм заранее запланированных двигательных действий, воспитывает собранность и организованность при выполнении упражнений.

Индивидуальная работа в процессе освоения детьми основных видов движений **с учетом уровня двигательной активности** осуществляется по следующим направлениям.

Дети средней подвижности отличаются наиболее ровным и спокойным поведением, равномерной подвижностью на протяжении всего дня. При хороших условиях в группе они самостоятельно активны. Движения у таких ребят обычно уверенные, четкие, целенаправленные. При руководстве двигательной активностью этих детей достаточно создать необходимые условия (место для движений, время, игрушки-двигатели, физкультурное оборудование). Физиологи говорят, что здесь вполне можно положиться на «саморегуляцию», которая проявляется у этих детей достаточно ярко.

Наиболее уязвим организм малоподвижных детей. Низкая двигательная активность – плохой признак. Её причинами могут быть неудовлетворительный психологический климат в группе, однородность и бедность предметной среды, нездоровье, слабые двигательные умения ребенка или систематические запреты взрослых, в результате которых часто складывается малоподвижный тип его поведения. Поэтому малоподвижность у дошкольников недопустима.

Малоподвижных детей характеризует общая вялость, пассивность они быстрее других устают. В противоположность подвижным детям, умеющим найти для себя пространство, они стараются уйти в сторону, чтобы никому не мешать, выбирают деятельность, не требующую пространства и движений. Они робки в общении, не уверены в себе, не любят игру с активными движениями.

Лучший метод руководства – увлечь застенчивого, нерешительного, не умеющего двигаться ребенка игрой. Для этого я создаю условия для игры с движениями, стараюсь вызвать у детей желание играть двигаясь. Иногда достаточно показать простое движение, предложить ребенку повторить одно и то же действие с разными предметами, в другом месте. Предпочтение следует отдать простым, активным движениям, в которых не требуется точность.

Дети большой подвижности всегда заметны, хотя и составляют от общего числа детей примерно 1/4 часть. Они отличаются неуравновешенным поведением, чаще других попадают в конфликтные ситуации. Из-за чрезмерной интенсивности движений они, как бы не успевают вникнуть в суть своей деятельности, не могут управлять своими движениями. Они чаще выбирают бег, прыжки, избегают движений, требующих четкости, точности, сдержанности. Движения их быстры, резки, часто бесцельны. Эти дети находят возможность двигаться в любых условиях. Золотое правило здесь: не запрещать, а регулировать. Руководство двигательной активностью таких детей должно идти не в направлении ограничения подвижности, а сосредоточения их внимания на движениях, требующих сдержанности, осторожности, осмысленности управляемостью.

А.В. Запорожец в своих научных исследованиях обосновывает использование возможностей средств физического воспитания для создания условий, оптимизирующих формирование психических процессов у дошкольников. Таким образом, еще одним инновационным направлением, дополняющим содержательную основу системы физического воспитания, является применение физических упражнений для оптимизации условий развития психических процессов.

Данные технологии обеспечивают психическое и социальное здоровье ребенка-дошкольника. Основная задача этих технологий - обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье. К ним относятся: технологии психологического или психолого-педагогического сопровождения развития ребенка в педагогическом процессе ДОУ:

- Ритмопластика (Буренина А. И.)
- Релаксация (см. Приложение №)
- Проблемно-игровые технологии (игротренинги и игротерапия) (А. Г. Назарова «Игротренинг») и др.

Гендерный подход в физическом воспитании детей дошкольного возраста

В последние годы стал особенно актуальным индивидуально-дифференцированный подход к ребёнку в зависимости от пола, однако содержание работы с дошкольниками по половому признаку разработано ещё недостаточно.

Вопрос о природе различий в развитии двигательных функций мальчиков и девочек дошкольного возраста представляет большой интерес. Ученые О.Недригайлова, Ц.Какабадзе, В.Урицкая, Н.Шишнихвили, И.Попов пришли к выводу о превосходстве мальчиков в уровне развития основных движений и физических качеств над девочками и необходимости дифференцированного подхода к ним в процессе физического воспитания. Ученые С.Ярнесакс, Э.Ю.Пээбо, Э.С.Вильчковский выявили, что в процессе игр у мальчиков большее место занимают движения скоростно-силового характера (бег, метание предметов в цель, на дальность, лазание, борьба, спортивные игры). Девочки любят игры с мячом, скакалкой, лентой.

Мальчишескую двигательную активность отличают: простота, угловатость; силовой, атлетический стиль; четкая целенаправленность; отсутствие вычурности, эстетической завершенности; элементы атаки, нападения, преследования. Движения девочек чаще всего бывают: пластичными, плавными, вычурными, эстетически богатыми (с мимикой, жестами), с элементами боязни, пассивности; более связанными с музыкой, танцами; в преобладающем «координационном» стиле, в противовес «силовому» у мальчиков.

Наряду с традиционными видами физкультурных занятий мы проводим и полоролевые в старшем дошкольном возрасте. Структура таких занятий обычна, а вот содержание имеет серьезные отличия. Одним из ведущих принципов должен стать принцип двух начал в педагогическом процессе. Данный принцип подразумевает, что обучение и воспитание дошкольников отражает особенности мужественного начала у мальчиков и женственного у девочек. Педагогический процесс при таком подходе будет иметь различный стиль, различный тон, различную направленность. Для мальчиков – это развитие быстроты, физической и силовой выносливости, воспитание выдержки, смелости; для девочек – развитие чувства ритма, красоты движений, гибкости.

При проведении непосредственно образовательной деятельности мной используются следующие методические приемы для учета половых особенностей дошкольников:

1. Различия в подборе упражнений только для мальчиков или только для девочек (например, мальчики работают на рукоходе, а девочки – с лентами).
2. Различия в дозировке (например, девочки отжимаются 5 раз, а мальчики 10 раз).

3. Различия по времени (например, девочки прыгают через скакалку 1 минуту, мальчики 1,5 минуты).
 4. Различия в подборе оборудования (например, девочкам легкие гантели, а мальчикам более тяжелые).
 5. Различия в обучении сложным двигательным движениям (существует ряд упражнений, которыми мальчики овладевают легко, в то время как у девочек они вызывают значительные трудности и требуют большего времени для овладения ими (например, метание на дальность легче дается мальчикам, и наоборот, прыжки на скакалке – девочкам). Это требует от специалиста по физическому воспитанию разных методических подходов: например, разное число повторений, выбор подводящих и подготовительных упражнений, использование вспомогательного оборудования и т.п.
 6. Распределение ролей в подвижных играх (например, мальчики – медведи, а девочки – пчелки).
 7. Различия в требованиях к качеству выполнения заданий (девочкам и мальчикам мы предъявляем разные требования к выполнению одних и тех же движений: от мальчиков мы требуем большей четкости, ритмичности, затраты дополнительных усилий, а от девочек – больше пластичности, выразительности, грациозности).
 8. Расстановка и уборка снарядов (девочки всегда расставляют и убирают только мелкий, легкий инвентарь, а мальчики группкой в несколько человек – тяжелое оборудование).
 9. Различия в оценке деятельности (для мальчиков важно, что оценивается в их деятельности, а для девочек – кто их оценивает и как. Для мальчиков слово «молодец» эмоционально значимо, а для девочек следует подбирать слова с более сильным эмоциональным компонентом («Ты лучшая в этом движении», «Ты была похожа на балерину», «У тебя очень мягкие движения рукой, кистью», «У тебя самое бесшумное приземление»).
 10. Чаще напоминаем мальчикам о способах выполнения, о требованиях к качеству, так как они больше нуждаются во внимании при «шлифовке» отдельных элементов, техники, чаще приходится использовать помощь в плане тактильно-мышечных ощущений.
 11. В работе с девочками чаще прибегаем к образцу, имитации, словесным указаниям.
 12. Акцентирование внимания детей на мужские и женские виды спорта.
- Я убеждена, что такая деятельность в двигательной активности дошкольника имеет большие возможности в формировании мужественности у мальчиков и женственности у девочек. А учет полоролевых особенностей дошкольника позволяет педагогу, организующему эту деятельность, добиться высоких результатов, не нарушая ход становления личности, заложенный природой.
- Для организации и проведения непосредственно образовательной деятельности специалисты предлагают следующие варианты двигательной деятельности:
- 1 блок – занятие всей группой, где часть занятий для девочек и мальчиков;
 - 2 блок – занятие по подгруппам (мальчики и девочки);
 - 3 блок – «интегрированный вариант» проведения занятия.
- В своей работе мы стремимся найти рациональные формы организации жизни детей в дошкольном учреждении, обеспечить и мальчикам, и девочкам оптимальные, комфортные условия для их развития. Мы ориентируемся на реализацию принципа природосообразности, дифференцированного подхода к девочкам и мальчикам, учета их психофизиологических особенностей, интересов и полоролевых предпочтений.

Развитие общей моторики у детей с ограниченными возможностями здоровья.

В процессе индивидуально-дифференцированного подхода особое внимание уделяется детям с ограниченными возможностями здоровья. В нашем детском саду это дети с такими диагнозами как общее недоразвитие речи I, II степени, дети с задержкой психического развития.

Обследование детей, имеющих речевую патологию, показало наличие у них особенностей в состоянии двигательной сферы:

- общая физическая ослабленность;
- двигательная расторможенность;
- нарушение активного внимания, зрительного и слухового восприятия;
- изменения мышечного тонуса;
- нарушения равновесия, координации движений;
- снижение скорости и ловкости выполнения движений;
- недостаточная дифференцированность моторики пальцев рук;
- отставание от нормально развивающихся сверстников в воспроизведении двигательного задания по пространственно-временным параметрам, нарушают последовательность элементов действия, опускают его составные части;
- замедленность, «застревание» в одной позе;
- резко сниженная функциональная деятельность слухового анализатора вызывает заторможенность центра двигательного анализатора, внешними признаками этого процесса являются резкое ограничение двигательной активности детей с общим недоразвитием речи и их постоянный контроль над каждым своим движением.

Высокий уровень двигательной активности доступен только небольшому числу детей с общим недоразвитием речи.

Совместное обсуждение со специалистами МБДОУ (учителя-логопеды, педагог-психолог, музыкальные руководители) результатов первичной диагностики позволило нам наметить перспективный план развивающей работы во время индивидуальной работы и непосредственно образовательной деятельности, который включал в себя следующие задачи:

1. Постановка правильного дыхания, увеличения жизненной емкости легких (разделение носового и ротового дыхания, отработка нижнего диафрагмального дыхания).
2. Формирование и развитие основных психомоторных качеств (статической и динамической координации, переключаемости движений, мышечного тонуса, двигательной памяти и произвольного внимания) во всех видах моторной сферы (общей, мелкой, мимической и артикуляционной).
3. Выбатывать четкие координированные движения во взаимосвязи с речью, воспитывать чувство ритма и темпа, активизировать все виды памяти (слуховую, двигательную и зрительную).
4. Расширение и обогащение лексического запаса.

Наличие особенностей моторного развития у детей с нарушениями речи, значимость двигательной системы в нервно-психическом развитии ребенка убеждают в необходимости специальной коррекционно-педагогической работы по развитию всех сторон (компонентов) двигательной сферы (грубая моторика, тонкая моторика рук). Эта работа, включенная органичным элементом в ежедневные разнообразные занятия с детьми, во все режимные моменты детского учреждения, должна стать составной частью системы коррекционно-педагогического воздействия, ориентированного на социальную реабилитацию и личностное развитие каждого ребенка с речевой патологией.

Целенаправленная работа по развитию психомоторики необходима не только при явных нарушениях в двигательной сфере, но и в случаях незначительных, малозаметных особенностей в психомоторном развитии ребенка, а также в профилактических целях для предупреждения отклонений моторики, особенностей психического и речевого развития детей группы риска, часто болеющих.

Устранение недостатков в моторном развитии детей осуществляется в основном средствами развивающего физического воспитания через организацию оптимального двигательного режима.

Реализация работы по развитию произвольной моторики ведется в нескольких направлениях:

1. Развитие компонентов двигательной сферы ребенка.

Понимая значимость и важность работы по развитию моторики у детей с нарушением речи, мы активнее включали в образовательную деятельность с детьми различные упражнения и игры для развития всех компонентов двигательной сферы ребенка: общей и артикуляционной моторики, тонких движений пальцев рук:

- работа над осанкой;
- занятия с элементами психогимнастики;
- автоматизация движений с речевым сопровождением.

2. Развитие слухового, зрительного, кинестетического и речедвигательного анализаторов:

- занятия с элементами логоритмики;
- игры для развития речевого дыхания и фонематического восприятия;
- мимические упражнения;
- ритмокоррекция;
- упражнения на развитие слухоречевой памяти;
- упражнения на развитие зрительной памяти.

3. Развитие межполушарных взаимодействий.

4. Развитие общей моторики. Цель работы: совершенствование двигательной сферы детей, формирование координации движений рук и ног, учить ориентироваться в пространстве, регулировать свой мышечный тонус, закрепление понятия правостороннего и левостороннего движения, развитие глазомера.

- упражнения на развитие тактильной чувствительности и сложнокоординированных движений пальцев кистей и рук;

- упражнения на повышение уровня активации (различные виды самомассажа);
- упражнения, направленные на регуляцию мышечного тонуса (релаксация);
- упражнения на развитие пространственных представлений;
- групповые подвижные игры;
- данстерапия;
- фитболгимнастика;
- ритмопластика.

Данная работа велась во взаимосвязи со всеми специалистами и педагогами дошкольного учреждения, а так же при условии тесного сотрудничества с родителями.

В результате проведённой работы (с опорой на полученные данные), повторного диагностирования и сравнительного анализа мной был сделан вывод, что уровень развития моторной сферы в целом и конкретных операционных механизмов для каждого ребёнка индивидуален и, благодаря правильно организованной мной системе развивающего обучения был улучшен.

3.4. Особенности традиционных событий, праздников и мероприятий

В основу организации образовательного содержания ставится тема, выступающая как сообщаемое знание и представляемая в эмоционально-образной форме. Содержание образования проецируется на предметную среду. Педагог организует предметную среду, подбирает развивающий материал.

На основе Перечня праздников (событий) в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей осуществляется комплексно-тематическое планирование образовательной деятельности.

Перечень праздников (событий)

№ п/п	Наименование (тематика) праздника (события)	Временной период
1.	До свидания, лето, здравствуй, детский сад!	1-я неделя сентября
2.	Осень в гости к нам пришла...	2-я – 4-я недели сентября

Таблица 22

3.	Я – человек!	1-я – 2-я неделя октября
4.	Мой город, моя страна	3-я неделя октября – 1-я неделя ноября
5.	Я и моя семья	2-я – 3-я неделя ноября
6.	Новогодний серпантин	4-я неделя ноября – 4-я неделя декабря
7.	Зимушка – зима	1-я – 4-я недели января
8.	Будем в армии служить!	1-я – 3-я неделя февраля
9.	Международный женский день	4-я неделя февраля – 1-я неделя марта
10.	Народная культура и традиции	2-я – 4-я недели марта
11.	Весна – красна!	1-я – 4-я неделя апреля
14.	Праздник Весны и труда	1-я неделя мая
15.	День Победы	2-я неделя мая
16.	Скоро лето!	3-я – 4-я неделя мая

Тематическое планирование физкультурных досугов

Таблица 23

Месяц	Тема			
	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
сентябрь	«В гости к зайке»	Народные забавы	«Туристы»	«Туристы»
октябрь	«Лесные звери»	«Осень»	«Мама, папа, я – спортивная семья»	«Мама, папа, я – спортивная семья»
ноябрь	«Сказки бабушки Агафьи»»	«Соревнования»	«Разноцветные шары»	«Разноцветные шары»
декабрь	«Медвежьи забавы»	«В гости к мячу»»	«Веселые ребята»	«Веселые ребята»
январь	«Лошадки»	«Зимние забавы»	«Зимние забавы»	«Зимние забавы»
февраль	«Мой веселый звонкий мяч»	«Мама, папа, я – спортивная семья»	Физкультурный праздник «Зарница»	Физкультурный праздник «Зарница»
март	«Веселые игры»	«Проводы русской зимы»	«Проводы русской зимы»	«Проводы русской зимы»
апрель	«Весенние забавы»	« В цирке»	«Путешествие по крепости»	«Путешествие по крепости»
Май			«Физкультурный праздник»	«Физкультурный праздник»

3.5. Особенности организации предметно - пространственной среды.

Согласно ФГОС ДО развивающая предметно – пространственная среда должна быть насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной. Этим требованиям также должны отвечать групповые физкультурные уголки.

Использование имеющегося в дошкольном учреждении спортивного оборудования должно способствовать эффективной организации педагогического процесса, позволяющего успешно решать **задачи дидактического и оздоровительного характера:**

1. развитие движений и совершенствование двигательных функций;
2. достижение необходимой для возраста физической подготовленности;
3. предупреждение нарушений опорно-двигательного аппарата;
4. воспитание положительных нравственно-волевых черт личности, активности, самостоятельности;
5. создание благоприятных условий для активного отдыха, радостной содержательной деятельности в коллективных играх и развлечениях.

Задача педагога - научить детей самостоятельной двигательной активности в условиях ограниченного пространства и правильному безопасному использованию физкультурного оборудования.

Требования к физкультурному уголку

В практике детского сада существуют определенные требования к физкультурному уголку, его расположению. Известно, что одним из условий физического воспитания в дошкольном учреждении является создание материальной среды: рациональная планировка помещения, обеспечение мебелью и физическим оборудованием в соответствии с возрастом детей. Физкультурный уголок должен быть максимально приспособлен для удовлетворения потребности детей в движениях. К физкультурному уголку и его оборудованию предъявляются следующие требования: педагогические, эстетические, гигиенические.

Одним из необходимых требований является обеспечение безопасности детей при использовании оборудования. Каждое пособие должно быть прочным, надежным, пригодным для эксплуатации.

Прежде всего, в групповой комнате нужно правильно выбрать место для расположения физкультурного уголка. В целях безопасности его необходимо удалить от окон и дверей. Для того чтобы не мешать детям в других зонах, спортивный уголок не следует совмещать с уголком природы и зоной самостоятельной художественной деятельности детей. Наилучшим решением проблемы является размещение физкультурного уголка в нише групповой комнаты. При оформлении уголка необходимо учитывать взаимосочетание отдельных снарядов по форме, цвету, величине. При создании физкультурного уголка нужно стремиться предусмотреть и санитарно-гигиенические требования по освещенности, вентиляции и теплоизоляции в соответствии с принятыми нормативами, чтобы весь материал был безвредный, не имел неприятных запахов, имел термо-, влаго-устойчивость, несгораемость.

Материалы, из которых изготовлено оборудование, должны отвечать гигиеническим требованиям, быть экологически чистыми и прочными.

Разнообразие форм, цвета физкультурного оборудования должно способствовать воспитанию художественного вкуса у детей. Наиболее предпочтительны для окраски оборудования нежные пастельные тона.

Перечисленные выше требования к физкультурному уголку необходимо знать и соблюдать.

Основные требования к подбору физкультурного оборудования

Физкультурные пособия помогают детям добиваться более четкого представления о движении, которое складывается на основе ощущений и восприятий. Самостоятельная двигательная активность детей определяется наличием конкретных знаний о разных способах выполнения упражнений с использованием физкультурного оборудования. Важно, чтобы в процессе обучения детей движениям пособия способствовали более быстрому их освоению.

Физкультурные пособия в значительной мере способствуют повышению интереса детей к выполнению различных двигательных заданий в необычных условиях (лесу, в тренажерном зале, на спортивной площадке), что ведет к удовлетворению их потребности в двигательной активности, а также благотворно сказывается на состоянии здоровья детей, их физическом и умственном развитии.

Участие детей в подготовке пособий к разным видам занятий по физической культуре формирует у них навыки аккуратного и бережного обращения.

Целесообразно комплектовать оборудование в соответствии с разными видами движений, физических упражнений, подвижных и спортивных игр. С помощью оборудования и пособий должно обеспечиваться правильное выполнение разнообразных комплексов физических упражнений (общеразвивающих, упражнений в основных видах движений), а также целенаправленное формирование различных физических качеств (ловкости, гибкости, силы, выносливости, скоростных и скоростно-силовых качеств).

Наличие в комплектах разнообразного оборудования обусловлено спецификой построения и содержания разных видов занятий по физической культуре (утренняя гимнастика, корригирующая гимнастика после дневного сна, занятие по физической культуре, игры и упражнения на воздухе и в помещении, физкультурные досуги и праздники).

В связи с тем, что дошкольным учреждениям приходится самостоятельно обеспечивать себя необходимым оборудованием важно при его подборе учитывать рекомендации, которые достаточно полно раскрыты в аннотированном перечне Т. И. Осокиной, Е. А. Тимофеевой, М. А. Руновой "Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений", Москва, "Мозаика-Синтез", 1999.

При подборе физкультурного оборудования существенное значение имеет учет особенностей физического развития детей и возрастных этапов формирования моторики. Поэтому в предлагаемом пособии оборудование подобрано в соответствии с возрастными группами. Кроме того, для большинства предметов физкультурного оборудования указаны размеры, соответствующие основным параметрам возрастного развития детей.

Рекомендуемый набор физкультурного оборудования для каждой возрастной группы указан в примерном перечне игрового оборудования для учебно-материального обеспечения дошкольных образовательных учреждений (Письмо Министерства образования и науки России от 17.11.2011 № 03-877 «О реализации Приказа Министерства образования и науки России от 20 июля 2011 года №2151»)

Вторая младшая группа

Двигательная активность детей 4-го года жизни характеризуется достаточно высоким уровнем самостоятельности действий с различными предметами и физкультурными пособиями (мячом, обручем, резиновыми кольцами и т. д.), так как они уже имеют необходимый двигательный опыт. Движения детей более разнообразны и координированы.

У детей на четвертом году жизни формируются элементарные навыки совместной двигательной и игровой деятельности. В самостоятельной деятельности дети начинают всё больше использовать разные упражнения в ходьбе, беге, прыжках, бросании и ловле мяча, ползании и лазании. Детям младшего дошкольного возраста свойственна подражательная деятельность. Это объясняется тем, что накопленный ребёнком двигательный опыт позволяет ему управлять своими движениями, ориентируясь на образец.

Во второй младшей группе сюжеты подвижных игр становятся более разнообразными. Однако основным их содержанием продолжает оставаться воспроизведение действий животных, птиц, движения транспортных средств различных видов, предметной деятельности людей.

Проявляя самостоятельную двигательную активность дети 4-го года жизни выполняют довольно сложные движения (взбираются на горку и сбегают с неё, подползают под разные предметы и т. д.) и сочетания разных движений (прокатывание мяча по "дорожке" и бег за ним, прыжки вверх, стараясь поймать комара и др.). В связи с увеличивающейся самостоятельностью дети умеют ориентироваться в пространстве, улучшается согласованность их действий в коллективе. В то же время у детей этого возраста ещё быстро падает интерес к одной и той же игрушке, пособию, тому или иному движению. Воспитателю необходимо постоянно поддерживать интерес к движениям с использованием физкультурных пособий, внося разные варианты действий с ними (подбрасывание мяча и ловля, удар об пол, стену, прокатывание мяча и т. д.).

К четырем годам дети уже способны самостоятельно объединяться небольшой группой для выполнения игровых упражнений, используя разные пособия и предметы. Однако, большинство детей затрудняется в выборе игр и могут длительное время находиться в "бездеятельном состоянии". Им необходима помощь со стороны педагога.

В самостоятельной двигательной деятельности детей младшего дошкольного возраста можно увидеть игры разной подвижности (с мячом, со скакалкой, с обручем, с сюжетными игрушками).

Одним из средств повышения двигательной активности детей являются двигательные импровизации под музыку. Огромную радость приносят детям такие движения, как притопывание, кружение, различные подскоки. Поэтому чаще следует использовать музыкальное сопровождение в разных видах занятий по физической культуре.

Совмещайте спортивные занятия с ролевыми играми. Для этого приготовьте маски героев мультфильмов, продумайте сценарий действия.

Размещение физкультурного оборудования

Для хранения физкультурных пособий в групповых комнатах может быть использована секционная мебель с выдвигаемыми ящиками или тележка "Физкультурный уголок". У детей второй младшей группы быстро падает интерес к одному и тому же пособию, поэтому советуем постоянно его обновлять (перестановка его с одного места на другое, внесение нового пособия и т. д.).

Средняя группа

Дети 5-го года жизни владеют в общих чертах всеми видами основных движений. У них возникает большая потребность в двигательных импровизациях под музыку. Растущее двигательное воображение становится в этом возрасте одним из стимулов увеличения двигательной активности детей за

счет хорошо освоенных способов действий с разными пособиями. Достаточно высокая двигательная активность детей проявляется в подвижных играх, которые формируют ответственность у них за выполнение правил и достижение определенного результата. Следует добиваться, чтобы дети к концу года самостоятельно организовывали подвижные игры с небольшой группой сверстников.

Размещение физкультурного оборудования

В этой возрастной группе необходимо иметь "Физкультурный уголок" — тележку на колесах. В нем находятся короткие гимнастические палки, геометрические формы, массажные мячи, плоские обручи, кольца, скакалки. "Физкультурный уголок" располагается в углу комнаты.

Целесообразно добавить батут и различные наборы для подвижных игр (например, кегли). Создайте красочные познавательные фотоальбомы о различных видах спорта.

Такие пособия, как мячи разных размеров, мячи-утяжелители, наборы (серсо, кегли, кольцоброс, шнуры), следует хранить в открытом виде в ящиках, которые располагаются вдоль стены.

Хорошо иметь деревянную стенку (высота 150 см) для формирования правильной осанки, расположенную возле входной двери группы.

В средней группе детского сада спортивный уголок дополняется красочными познавательными альбомами, дидактическими и настольными играми для ознакомления детей с различными видами спорта.

Спортивные приспособления для проведения упражнений теперь уже нужны не для всех детей, а только для подгруппы, потому что дети сами организуют спортивные игры, копируя действия инструктора по физкультуре. В свободном доступе находятся и спортивные игры: городки, кегли, дартс.

Все также проводите различные игры с участием сказочных героев, адаптированные к спортивным занятиям.

С целью развития интереса у детей к разным видам упражнений с использованием пособий следует некоторые предметы и пособия хранить в кладовой комнате, что позволяет обновлять материал в группе.

Старшая и подготовительная группы

Старшие дошкольники овладевают сложными видами движений и способами выполнения, а также некоторыми элементами техники. Они способны получать удовлетворение в результате успешного достижения цели и преодоления трудностей. Детям этого возраста свойственен широкий круг специальных знаний, умение анализировать свои действия, изменять и перестраивать их в зависимости от ситуации.

Для старших дошкольников необходимо создавать вариативные усложненные условия для выполнения разных видов физических упражнений с использованием пособий. Преодолевая полосу препятствий, (составленную из разных пособий, дети вынуждены применять свои двигательные умения и навыки и проявлять находчивость, решительность, смелость и самостоятельность.

Размещение физкультурного оборудования

Основной набор оборудования и пособий находится в физкультурном зале, так как разные виды занятий по физической культуре в основном проводятся в нем.

Оборудование для спортивных игр желательно хранить в секционном шкафу или в закрытых ящиках

Обручи, скакалки, шнуры советуем разместить на крюках одной свободной стены в группе.

В старшей группе при организации занятий в спортивном уголке включайте элементы фитнеса и аэробики. Приобретите специальные индивидуальные коврики для каждого ребенка. Для мальчиков добавьте в спортивный инвентарь специальные детские гантели и другие «силовые» тренажеры.

В старших группах необходимо знакомить детей с важнейшими событиями спортивной жизни страны и помещать соответствующий материал в уголке:

- символика и материалы по истории Олимпийского движения;
- сведения о важнейших событиях спортивной жизни страны;
- дидактические игры о спорте: настольно-печатные игры, парные картинки, лото, домино, лабиринт, разрезные картинки, пазлы, игры с фишками и т. д.;
- спортивные настольные игры (хоккей, баскетбол, футбол и т. д.).

Также рекомендуется в физкультурном уголке разместить схемы проведения игр с правилами, по которым дети наглядно могут вспомнить и провести любимую игру.

Физкультурное оборудование располагается в группе так, чтобы дети могли свободно подходить к нему и пользоваться им.

Согласно требованиям ФГОС ДО целесообразно заменить статичные физкультурные уголки на полифункциональные, например, выдвижные уголки с баскетбольными щитами, позволяющие размещать их в любом пространстве группы по желанию детей.

В старшей и подготовительной группе спортивный и музыкальный уголки могут быть совмещены или находиться рядом, т.к. для проведения спортивных игр часто используется музыка.

В каждой возрастной группе в спортивном уголке могут находиться специальные дорожки для тренировки стопы, бросовой материал (шишки, капсулы от киндер сюрпризов и т. д.) для захвата и перекладывания с места на место стопами и пальцами ног, нетрадиционное физкультурное оборудование, изготовленное совместно с родителями. Для развития мелкой моторики рук: мешочки с различной крупой (бобы, горох, фасоль и т. д.), мячики – ежики, эспандер (для среднего и старшего дошкольного возраста).

3.6. Материально - техническое обеспечение Программы

Спортивный зал: общая площадь музыкально – спортивного зала-

Оборудование и инвентарь для спортивного зала для детей:

Для реализации двигательной деятельности детей используется оборудование и инвентарь в соответствии с возрастом и ростом ребенка.

Таблица 24

№ п/п	Наименование оборудования, инвентаря	Кол-во шт.	Задачи .
	оборудование		1. Развитие физических качеств. 2. Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями); 3. Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. 4. Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами. 5. Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере. 6. Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.
1.	Гимнастическая стенка	4	
2.	Скамейка гимнастическая	4	
3.	Мишени съемные	4	
4.	Щиты баскетбольные	4	
5.	Ворота для подлезания	5	
6.	Лестница с зацепами	3	
7.	Доски с зацепами	4	
8.	Лестница - стремянка	2	
9.	Дорожка массажная деревянная	3	
10.	Тоннель	3	
11.	Набор спортивного оборудования «Warplay»	1	
12.	Коврики гимнастические	27	
	Ворота футбольные	2	
	Модули		
13.	Маты гимнастические	2	

14.	Бревно гимнастическое	2
15.	Подставки для гимнастического бревна	4
16.	Комплект мягких модулей	1
	Мячи	
17.	Мячи – фитболы	10
18.	Мячи резиновые диаметр 20 см	30
19.	Мячи гимнастические	4
20.	Мячи баскетбольные	4
21.	Мяч набивной 1 кг	1
22.	Мячи – медицинболы 500гр	10
23.	Шары пластмассовые диаметр 10см	3
24.	Мячи мягкие малые	27
25.	Мячи массажные	24
26.	Мячи теннисные	3
27.	Мячи для настольного тенниса	26
28.	Шарики пластмассовые малые	600
	Инвентарь	
29.	Шапочки – осьминожки резиновые	3
30.	Контейнеры для мелкого инвентаря	6
31.	Корзины	2
32.	Дорожка – пазлы ля профилактики плоскостопия	1
33.	Тарелки для метания	5
34.	Набор ходул	1(4 пары)
35.	Лестницы координационные	2
36.	Канат	3
37.	Конусы	9
38.	Цилиндры	10

39.	Стойки для прыжков	4
40.	Кегли малые	15
41.	Кегли большие	2
42.	Кубы большие	3
44.	Булавы	5
44.	Гантели 500гр	8
45.	Массажеры	12
	Пособия раздаточные	
46.	Фишки -конусы пластмассовые	38
47.	Палки гимнастические деревянные дл. 60 см	10
48.	Палки гимнастические деревянные дл. 70 см	35
49.	Мешочки с песком	39
50.	Скакалки веревочные	16
51.	Скакалки резиновые	18
52.	Кубики пластмассовые	60
53.	Обручи пластмассовые диаметр 60 см	30
54.	Обручи пластмассовые диаметр 80 см	10
55.	Кольца резиновые	20 шт.
56.	Кольца пластмассовые	10 шт.
58.	Кольца деревянные	10 шт.
58.	Султанчики	38 шт.
59.	Ступни + ладошки резиновые	16 шт.
60.	Веревочки короткие	30 шт.
61.	Флажки российские	100 шт.
62.	Флажки по родам войск	8 шт.
63.	Флаги большие	16 шт.
	Тренажеры	
64.	Велотренажеры детские	2 шт

Спортивные игры		
65.	Дартс	1
66.	Бадминтон	1
67.	Рыбалка	2
68.	Самокат	1
Демонстрационный материал		
	Плакат «Правильная осанка»	2
	Плакат «Виды спорта»	1
	Плакат «Утренняя гимнастика»	1
	Плакат «Дневник твоего здоровья»	1
Информационные папки		
Наглядно -дидактические пособия		
	Зимние виды спорта (м)	1
	Летние виды спорта(м)	1
	Спортивный инвентарь(м)	3
	Распорядок дня(м)	1
	Валеология или здоровый малыш	1
	Малыши крепыши 2 части	2
	Д/и «Зимние виды спорта»	
Приборы		
	Рулетка 5м	1
	Калькулятор	1

Секундомер	1	
ТСО		
Ноутбук	1	
Музыкальный центр	1	
Колонка	1	
Микшер	1	
Мультимедийный проектор	1	
Набор микрофонов	1	

4.

При комплектовании же содержания физкультурного уголка исходите из конкретных условий (площади, количества имеющегося оборудования и пр.). Универсальным является физкультурно-игровое оборудование, специально предназначенное для размещения в групповой комнате: малогабаритное, легкое, с ярко выраженной развлекательно-развивающей направленностью.

Ориентировочный перечень инвентаря для стандартного физкультурного уголка:

Таблица 25

В младшей и средней группах	в старшей и подготовительной группах
<ul style="list-style-type: none"> • кегли (1-2 набора), • игра «Дартс» (с шариками на липучках), ракетки с мячиками на липучках, • напольные и подвесные кольцебросы, ~ набор пластмассовых городков, • поролоновые и матерчатые мячи, • скакалки (2-3 шт.), шнур, • султанчики, ленточки, флажки, пластмассовые гантели (два-три набора); • мешочки 200 г (2-3 шт.), обручи (2-3 шт.), • бубен, музыкальный молоточек, • оздоровительно-профилактическая дорожка (мелкий гравий, стопы-следы, ткань разной фактуры, массажные коврики и пр.). 	<ul style="list-style-type: none"> • пластмассовые городки (1 набор), • ракетки и мячи для пинг-понга (2 набора), • кегли (1—2 набора), • малое баскетбольное кольцо и матерчатые мячи, • игра «Дартс» (с шариками на липучках), • кольцеброс, • резиновый эспандер (1—2 шт.), • диск здоровья (2 шт), • мини-беговая дорожка, • ролик-трекол, • скакалки, резинки (2—3 шт) • султанчики, ленточки, косички, • бубен,

- | | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none">• обручи (2—3 шт.),• настольные спортивные игры,• массажеры (ножные, ручные) |
|--|--|

Ориентировочный перечень инвентаря для стандартного физкультурного уголка

Перечень составлен с учетом предпочтений мальчиков и девочек. Известно, что в пять лет начинают кристаллизоваться интересы детей. Старшие дошкольники предпочитают однополые компании, определенные виды упражнений. Мальчиков больше привлекают упражнения, направленные на развитие силы, быстроты, ловкости, меткости; девочек — координации, пластики, гибкости, выразительности движений.

5. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.

Мониторинг освоения образовательной области «Физическое развитие»

Данный мониторинг используется исключительно для решения следующих образовательных задач:

- 1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребёнка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- 2) оптимизации работы с группой детей.

В соответствии с п.3.2.3. Стандарта при реализации программы педагогом может проводиться оценка индивидуального развития детей. Такая оценка производится в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования). Карта освоения программного содержания рабочей программы образовательной области предусматривает планирование образовательных задач по итогам педагогической диагностики, обеспечивающих построение индивидуальной образовательной траектории дальнейшего развития каждого ребёнка и профессиональной коррекции выявленных особенностей развития.

При проведении мониторинга используются «Тесты физической подготовленности детей», утвержденные Постановлением Правительства РФ от 29 декабря 2001 года №916., разработанные с целью оптимизации образовательного процесса. Используются общепринятые критерии развития детей определенного возраста и уровневый подход к оценке достижений ребенка по принципу: чем ниже балл, тем больше проблем в развитии ребенка или организации педагогического процесса в группе детей.

Оценка педагогического процесса связана с овладением каждым ребенком необходимыми навыками и умениями по образовательным областям:

- 1 балл – ребенок не может выполнить все параметры оценки, помощь взрослого не принимает;
- 2 балла – ребенок с помощью взрослого выполняет некоторые параметры оценки;
- 3 балла – ребенок выполняет все параметры оценки с частичной помощью взрослого;
- 4 балла – ребенок выполняет самостоятельно и с частичной помощью взрослого все параметры оценки;
- 5 баллов – ребенок выполняет все параметры оценки самостоятельно.

Таблицы педагогической диагностики заполняются дважды в год – в начале и в конце учебного года, для проведения сравнительного анализа.

Двухступенчатая система мониторинга позволяет оперативно находить неточности в построении педагогического процесса в группе и выделять детей с проблемами в развитии. Это позволяет своевременно разрабатывать для детей индивидуальные образовательные маршруты и оперативно осуществлять психолого-методическую поддержку педагогов. Нормативными вариантами развития можно считать средние значения по каждому ребенку или обще групповому параметру развития больше 3,8. Эти же параметры в интервале от 2,3 до 3,7 можно считать показателями проблем в развитии ребенка социального и/или органического генеза, а также незначительные трудности организации педагогического процесса в группе. Средние значения менее 2,2 будут свидетельствовать о выраженном несоответствии развитию ребенка возрасту, а также корректировки педагогического процесса в группе по данному параметру/данной образовательной области.

наличие математической обработки результатов педагогической диагностики образовательного процесса оптимизирует хранение и сравнение результатов каждого ребенка и позволяет своевременно оптимизировать педагогический процесс в группе детей детского сада.

Образовательная область «Физическое развитие»

3 – 5 лет

№ пп	ФИО ребенка	Знает о значении для здоровья утренней гимнастики, закаливания, соблюдения режима дня		Соблюдает элементарные правила личной гигиены, опрятности		Умеет самостоятельно одеваться и раздеваться, убирает одежду и обувь в шкафчик		Ловит мяч с расстояния. метает мяч разными способами правой и левой руками, отбивает об пол		Строится по заданию взрослого в шеренгу, в колонну по одному, парами, в круг		Определяет положение предметов в пространстве, умеет двигаться в нужном направлении, находит правую и левую руки		Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение)	
		IX	V	IX	V	IX	V	IX	V	IX	V	IX	V	IX	V
1															
2															
Итоговый показатель по группе (среднее значение)															

Образовательная область «Физическое развитие»

5-7 лет

№ пп	ФИО ребенка	Знает о важных и вредных факторах для здоровья, о значении для здоровья утренней гимнастики, закаливания, соблюдения режима дня		Соблюдает элементарные правила личной гигиены, самообслуживания, опрятности		Умеет быстро и аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдает порядок в шкафчике		Умеет лазать по гимнастической стенке, прыгать в длину с места, с разбега, в высоту с разбега, через скакалку		Умеет перестирываться в колонну по трое, четверо, равняться, размыкаться, выполнять повороты в колонне		Умеет метать предметы правой и левой руками в вертикальную и горизонтальную цель, отбивает и ловит мяч		Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение)	
		IX	V	IX	V	IX	V	IX	V	IX	V	IX	V	IX	V
1															
2															
Итоговый показатель по группе (среднее значение)															

Инструментарий педагогической диагностики представляет собой описание тех проблемных ситуаций, вопросов, поручений, ситуаций наблюдения, которые используются для определения уровня сформированности у ребёнка того или иного параметра оценки. Каждый параметр педагогической оценки может быть диагностирован несколькими методами, с тем, чтобы достичь определенной точности. Также одна проблемная ситуация может быть направлена на оценку нескольких параметров, в том числе из разных образовательных областей.

Основные диагностические методы педагога: наблюдение, проблемная (диагностическая) ситуация; беседа. Формы проведения педагогической диагностики: индивидуальная, подгрупповая, групповая.

Список литературы

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 г. N 26 "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. - М., 2014
- Федеральный закон РФ от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Письмо Минобрнауки РФ от 28.02.2014г. № 08-249 «Комментарии к ФГОС дошкольного образования»
- От рождения до школы. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования/Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М., 2014
- Антонов А. Ю., Кузнецова М. М., Марченко Т. И., Пронина Е. И. Социально технология научно-практической школы им. Ю. Ф. Змановского: Здоровый дошкольник. М.: АРКТИ, 2001
- Асачёва Л.Ф. Система занятий по профилактике нарушений осанки и плоскостопия у детей дошкольного возраста. – М., 2013
- Бальсевич В. К. Физическая культура для всех и каждого. М.: ФиС, 1988
- Бендас Т.В. Гендерная психология. Учебное пособие.- СПб.: Питер 2006 – с 431.
- Бернштейн Н. А. Очерки по физиологии движений и физической активности.-М. Медицина, 1966 г
- Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет. – М., 2012
- Бочарова Н.И. Некоторые вопросы дифференцированного подхода в физическом воспитании мальчиков и девочек. Дошкольное воспитание, 1997 г. - №12, с. 72-75.
- Венгер Л. А. Сюжетно-ролевая игра и психическое развитие ребенка//Воспитание детей в игре. – М.:АПО,1994
- Вильчковский Э. С. Развитие двигательной функции у детей. Киев: Здоровье, 1983
- Еремеева Д.В. Хризман Т.П. Мальчики и девочки – два разных мира. – М.:Линка-пресс, 1998, с.184.
- Закон «Об образовании в Свердловской области» (статьи с № 18 по № 22, 35);
- Закон РФ «Об образовании» (статьи № 2, 5, 10, 14, 26, 50);
- Закон Свердловской области «О защите прав ребенка» (статьи № 8, 37, 43, 46);
- Зверева О.Л., Ганичева А.Н. Семейная педагогика и домашнее воспитание. – Екатеринбург: У-Фактория, 2007. – 480с.
- Здоровье и физическое развитие детей в дошкольных образовательных учреждениях: проблемы и пути оптимизации (сборник статей и документов)/ под ред. Т. И. Оверчук. М.:Издательство ГНОМ и Д, 2004
- Кенеман А. В., Хухлаева Д. В., Осокина Т. И. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. М., 1978
- Концепция дошкольного воспитания.
- Коровина Л. М. Совершенствование двигательных навыков у детей в подвижных играх с использованием элементов соревнования и творческих заданий//Физическая подготовка детей 5-6 лет к занятиям в школе/под ред. Кенеман и др. М., 1980

- Кудрявцев В. Т., Егоров Б. Б. Развивающая педагогика оздоровления. М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2000
- Латохина Л. И. Хатха-йога для детей. М., 1993
- Лесгафт П. Ф. Руководство по физическому образованию детей школьного возраста//Лесгафт П. Ф. Избранные педагогические сочинения/сост. Решетень.-М.:Педагогика, 1988
- Мазельникова М.Н. Эколого-валеологическое воспитание дошкольников. Организация прогулок в летний период. – М., 2013
- Микушева Т.В. Раздельное воспитание: за и против. Обруч, 1998 г., №6.
- Науменко Ю.В. Здоровьесберегающая деятельность школы: мониторинг эффективности. Москва: Глобус, 2009, - 125с.
- Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа» от 04.02.2010 г. приказ № 271;
- Носова Е.А., Шведова Т.Ю. Семья и детский сад: педагогическое образование родителей. СПб., ДЕТСТВО ПРЕСС, 2009, - 80 с.
- Образовательные здоровьесберегающие технологии (опыт работы методического объединения учителей начальных классов). Автор-составитель В.Ф.Феоктистова. Волгоград: Учитель, 2009. – 121с.
- Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-7 лет. – М., 2013
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Старшая группа. – М.,2014
- Пензулаева Л.И. Физическая культура. Система работы в подготовительной группе. – М., 2012
- Пензулаева Л.И. Физическая культура. Система работы в средней группе. – М., 2012
- Пензулаева Л.И. Физическая культура. Система работы в старшей группе. – М., 2012
- Петрова Л. Г., Петров В. Г. Методика формирования правильной осанки у детей. Екатеринбург, 2002
- Полтавцева Н. В. Подвижная игра – школа управления собственным поведением // Игра и развитие ребенка в дошкольном возрасте: материалы научно-практической конференции, ч.2. –М., 1995
- Потапчук А. А., Дидур М.Д. Осанка и физическое развитие детей. Речь, 2001
- Психологические аспекты физического воспитания школьников (Тезисы докладов Первой республиканской научной конференции). Курган, 1990
- Роль семьи в формировании здорового поколения города Екатеринбурга. – Екатеринбург: МУ ИМЦ «Екатеринбургский Дом учителя», 2007. – 116с.
- Рунова М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду. М.: Мозаика – Синтез, 2004
- Санитарно-эпидемиологические требования СанПин 2.4.1.3049-13 к устройству содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений – Екатеринбург, 2013
- Семейный кодекс РФ;
- Семинары-практикумы для педагогов ОУ. Автор-составитель О.Н.Рудякова. Волгоград: Учитель, 2007. – 139с.
- Синягина Н.Ю. Психолого-педагогическая коррекция детско-родительских отношений. – Москва: Владос, 2001. – 96с.
- Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду 2-7 лет. – М., 2009
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. - М., 2014

- Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. Москва: Аркти, 2006. – 320с.
- Сотрудничество педагогов и семьи (организация системы работы). Авторы-составители Н.А.Алымова, Н.А.Белибихина. Волгоград: Учитель, 2007. – 190с.
- Степаненкова Э. Я. Подвижные игры как средство гармонического развития детей дошкольного возраста//игра и развитие ребенка в дошкольном возрасте: Материалы Межд. Научно-практич. конференции. – М.,1995
- . Татаринцева Н.Е. Полорольное воспитание дошкольников в условиях дошкольного образовательного учреждения. Учебно-практическое пособие. – М.: Центр педагогического образования, 2008. – с.417.
- Теория и методика физической культуры дошкольников: Учебное пособие для студентов академий, университетов, институтов физической культуры и факультетов физической культуры педагогических ВУЗов / Под ред. С.О.Филипповой, Г.Н.Пономарева. – СПб.: «Детство – Пресс», М., ТЦ «Сфера» 2008.-656 с.
- Фалькович Т.А., Толстоухова Н.С., Обухова Л.А. Нетрадиционные формы работы с родителями. Москва: 2005, 236с.
- Фомин Н. А., Вавилов Ю. Н. Физиологические основы двигательной активности, М., 1991
- Хоменко И.А. Система работы образовательного учреждения с семьёй. Книга 1. Информирование – Москва: Сентябрь, 2009. – 160с.
- Чупаха И.В., Пужаева Е.З., Соколова И.Ю. Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе. Москва: Илекса, 2003. – 400с.
- Шелухина И.П. Мальчики и девочки: Дифференцированный подход к воспитанию детей дошкольного возраста. - Издательство: «ТЦ Сфера», 2008. - 96 с.
- Шишкина В. А., Мащенко М. В. Какая физкультура нужна дошкольнику. М.: Просвещение, 1998
- Щетинина А.М. Полорольное развитие детей 3-7 лет: Методическое пособие. - Издательство: «ТЦ Сфера», 2010. - 128 с.
- Эйдемиллер Э.Г. и др. Семейная психотерапия. Хрестоматия /Э.Г.Эйдемиллер, Н.В.Александрова, В.Юстицкис. – СПб.: Речь, 2007. – 400с.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575799

Владелец Сыскова Светлана Николаевна

Действителен с 16.04.2021 по 16.04.2022

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868576007

Владелец Сыскова Светлана Николаевна

Действителен с 19.04.2022 по 19.04.2023