

15-03

ПРИНЯТА:  
на заседании  
педагогического совета №4

УТВЕРЖДЕНА:  
Заведующий МАДОУ  
города Нижневартовска  
ДС №49 «Родничок»  
В.Н.Смирнова



## *Рабочая учебная программа по физическому развитию на 2020-2021 учебный год*

Составитель:

Инструктор по физической культуре  
Пахомова Анна Александровна



г. Нижневартовск, 2020г.

## СОДЕРЖАНИЕ

№	Содержание	Номер страницы
<b>1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</b>		
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Принципы и подходы к формированию Программы	5
1.3.	Планируемые результаты	7
1.4.	Целевые ориентиры	10
1.5.	Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по Программе	11
<b>2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>		
2.1	Обучающая работа с детьми в группах	14
2.2.	Содержание коррекционно-развивающей работы образовательной области «Физическое развитие»	18
2.3.	Взаимодействие взрослых с детьми	19
2.4.	Развитие игровой деятельности	20
2.5.	Взаимодействие педагогического коллектива с семьями воспитанников	20
2.6.	Коррекционно-развивающая работа с детьми с ограниченными возможностями здоровья	21
2.7.	Формы и методы работы с детьми	22
<b>3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</b>		
3.1	Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка	23
3.2	Организация развивающей предметно-пространственной среды	23
3.3	Кадровые условия реализации Программы	24
3.4	Материально-техническое обеспечение Программы	24
3.5	Перечень нормативных и нормативно-методических документов	25
3.6	Перечень литературных источников	26
3.7	Программно-методическое обеспечение	27
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ</b>		
	Содержание работы по физическому развитию двигательной активности детей группы общеразвивающей направленности для детей среднего дошкольного возраста (4-5 лет)	29
	Содержание работы по физическому развитию двигательной активности детей группы общеразвивающей направленности для детей среднего дошкольного возраста (5-6 лет)	33
	Содержание работы по физическому развитию двигательной активности детей группы общеразвивающей направленности для детей среднего дошкольного возраста (6-7 лет)	37
	Содержание работы по физическому развитию двигательной активности детей группы компенсирующей направленности для детей среднего дошкольного возраста (5-6 лет)	42
	Содержание работы по физическому развитию двигательной активности детей группы компенсирующей направленности для детей среднего дошкольного	47

возраста (6-7 лет)	
Диагностика уровня развития двигательных навыков и физической подготовленности детей	<b>52</b>
План спортивных мероприятий на 2020-2021 учебный год	<b>52</b>
План оздоровительных мероприятий на 2020-2021 учебный год	<b>52</b>
Длительность образовательных ситуаций по физическому развитию в разных возрастных группах в течение года	<b>53</b>
Учебный план	<b>53</b>
Расписание занятий	<b>54</b>
Годовой календарный график	<b>55</b>

# 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

## 1.1. Пояснительная записка

В условиях модернизации образования на основании инструктивного письма от 02.06.1998 года № 89/34 – 16 «О реализации права дошкольного образовательного учреждения на выбор программ и педагогических технологий» коллективу педагогов дана возможность выбора программ, технологий, методик, а также их интеграция или объединение. Но часто это проводится случайно, без учета специфики детского коллектива. Для правильного определения и обоснования содержания коррекционного образования, целостного планирования учебного процесса нами создана рабочая учебная программа.

Настоящая программа рассчитана на один год работы с детьми, является приложением к образовательной и адаптированной программе МАДОУ ДС № 49 «Родничок».

Рабочая программа педагога дошкольного учреждения является одним из основных нормативных документов, регламентирующих его профессиональную деятельность, в котором определены наиболее оптимальные и эффективные для определенной группы детей содержание, формы, методы и приемы организации образовательного процесса с целью получения результата, соответствующего требованиям федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования. Рабочая программа, представляющая информацию о содержании адаптированной образовательной программы, является одним из источников оценки качества педагогической деятельности специалиста в области образования

Рабочая программа инструктора по физическому воспитанию по реализации образовательной и адаптированной программы МАДОУ г.Нижевартовска ДС №49 «Родничок» на 2020-2021 учебный год разработана в соответствии с требованиями основных нормативных документов:

- **Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ глава 7, статья 64 п. 1**  
«Дошкольное образование направлено на формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста»;
- **Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ глава 7, статья 64 п. 2**  
«Образовательные программы дошкольного образования направлены на разностороннее развитие детей дошкольного возраста с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей, в том числе достижение детьми дошкольного возраста уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования, на основе индивидуального подхода к детям дошкольного возраста и специфичных для детей дошкольного возраста видов деятельности. Освоение образовательных программ дошкольного образования не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации обучающихся»;
- **Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ глава 11, статья 79 п. 1.**  
«Содержание образования и условия организации обучения и воспитания обучающихся с ограниченными возможностями здоровья определяются адаптированной образовательной программой, а для инвалидов также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида»;
- **ФГОС ДО (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 № 1155) глава II, п. 2.1.**  
«Программа **определяет содержание и организацию** образовательной деятельности на уровне дошкольного образования. Программа обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей и должна быть направлена на решение задач, указанных в пункте 1.6 Стандарта».
- **ФГОС глава II, п.2.3.** «Программа формируется как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (объем, содержание и планируемые результаты в виде целевых ориентиров дошкольного образования)».
- **Приказа от 30.08.2013 №1014** «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»
- **«Концепции дошкольного воспитания» (1989), «Концепция содержания непрерывного образования (дошкольное и начальное звено)»(2003)** – определяют стратегическое развитие дошкольного образования.
- **Постановления Государственного санитарного врача Российской Федерации от 15.05.2013 №26** «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;

- **Примерной основной образовательной программой дошкольного образования**, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20.05.2015 № 2/15), и с учетом утвержденного программно-методического комплекса:
- **Образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы»** под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой;
- **Примерной адаптированной основной образовательной программы для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7 лет**, автор Н.В. Нищева;

Задачи, содержание, объём образовательных областей, основные результаты освоения программы, подходы и принципы построения образовательного процесса отражают целевые и ценностные ориентиры семьи, общества и государства в сфере дошкольного образования и являются обязательными составляющими реализации примерной образовательной программы дошкольного образования.

**Программа** – нормативный документ МАДОУ города Нижневартовска ДС №49 «Родничок» характеризующий систему организации образовательной деятельности педагога, основывающейся на ФГОС дошкольного образования, образовательной области, основную образовательную программу.

**Программа** – индивидуальный инструмент педагога, в котором определены наиболее оптимальные и эффективные для определенной группы детей содержание, формы, методы и приемы организации образовательного процесса с целью получения результата, соответствующего требованиям федерального образовательного стандарта дошкольного образования. Учебная программа, представляющая информацию о содержании основной образовательной программы является одним из источников оценки качества педагогической деятельности специалиста в области образования.

**Содержание Программы** включает образовательную область «Физическое развитие» и ориентировано на разностороннее развитие дошкольников с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей. Задачи психолого-педагогической работы по формированию физических, интеллектуальных и личностных качеств детей решаются интегрировано, в ходе освоения всех образовательных областей наряду с задачами, отражающими специфику каждой образовательной области, с обязательным психологическим сопровождением.

Программа состоит из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений. Обе части являются взаимодополняющими и необходимыми с точки зрения реализации требований Стандарта. Объем обязательной части Программы рекомендуется не менее **60%** от ее общего объема; части, формируемой участниками образовательных отношений, не более **40%**.

Основным направлением работы детского сада является организация единого коррекционно-развивающего пространства. В ДОО функционирует целостная система, создающая оптимальные психолого-педагогические условия для обеспечения равных стартовых возможностей при поступлении детей в школу.

### **Цели и задачи Программы**

**Цель:** поиск приоритетных направлений в физкультурно - оздоровительной работе для качественного улучшения физического состояния, развития и здоровья детей.

**Задачи:**

1. обеспечение здоровья ребенка посредством развития его дыхательной, сердечнососудистой, нервно-мышечной систем и через стимулирование обменных процессов организма;
2. развитие основных двигательных навыков на основе формирования оптимальных двигательных стереотипов статики и динамики основных форм движений (ходьбы, бега, прыжков, ползания, лазания);
3. содействие развитию базовых двигательных качеств (силы, ловкости, быстроты, гибкости, выносливости, точности, координации) через укрепление мышечного корсета, сводов стопы, формирование правильной осанки, коррекции нарушений физического развития ребенка;
4. активизация мотивации родителей по ЗОЖ посредством использования разнообразных форм взаимодействия, оздоровительно-профилактических технологий, адекватных функциональным возможностям каждого ребенка.

На каждом занятии (НОД) по физической культуре решается комплекс оздоровительных, воспитательных и образовательных задач.

<b>Оздоровительные задачи:</b>	<b>Образовательные задачи:</b>	<b>Воспитательные задачи:</b>
--------------------------------	--------------------------------	-------------------------------

<ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование правильной осанки;</li> <li>• своевременное окостенение опорно-двигательного аппарата;</li> <li>• формирование изгибов позвоночника;</li> <li>• развитие свода стопы;</li> <li>• укрепление связочно-суставного аппарата;</li> <li>• развитие гармоничного телосложения;</li> <li>• развитие мышц лица, туловища, ног, рук, плечевого пояса, кистей, пальцев, шеи, глаз, внутренних органов: сердца, кровеносных сосудов, дыхательных мышц и др.;</li> <li>• развитие способности приспосабливаться к меняющейся нагрузке;</li> <li>• развитие подвижности грудной клетки, увеличение жизненной емкости легких;</li> <li>• тренировка механизмов терморегуляции.</li> <li>• развитие творчества в двигательной деятельности. Оно способствует раскрытию потенциальных возможностей организма, создает условия для реализации свободы действий.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование двигательных умений и навыков;</li> <li>• развитие психофизических качеств (таких как, сила, гибкость, выносливость, ловкость);</li> <li>• развитие двигательных способностей (функции равновесия, координации движений).</li> <li>• в процессе физического воспитания ребенок приобретает систему знаний о физических упражнениях, их структуре, оздоровительном воздействии на организм; осознает двигательные действия; усваивает физкультурную и пространственную терминологию (исходные положения, колонна, шеренга и др.; вперед-назад, вверх-вниз),</li> <li>• знания о выполнении движений, о спортивных упражнениях и играх; познает названия предметов, снарядов, пособий, способы и правила пользования ими, а также строение своего тела.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>потребность в ежедневных</u> физических упражнениях;</li> <li>• навыки рационального использования физических упражнений в самостоятельной двигательной деятельности;</li> <li>• грациозность, пластичность, выразительность движений;</li> <li>• творчество;</li> <li>• навыки самоорганизации, взаимопомощь;</li> <li>• гигиенические навыки, привычка к самообслуживанию.</li> </ul>
---	--	---

## 1.2. Принципы и подходы к формированию Программы

В соответствии со Стандартом Программа построена на следующих принципах:

**1. Поддержка разнообразия детства.** Современный мир характеризуется возрастающим многообразием и неопределенностью, отражающимися в самых разных аспектах жизни человека и общества. Многообразие социальных, личностных, культурных, языковых, этнических особенностей, религиозных и других общностей, ценностей и убеждений, мнений и способов их выражения, жизненных укладов особенно ярко проявляется в условиях Российской Федерации – государства с огромной территорией, разнообразными природными условиями, объединяющего многочисленные культуры, народы, этносы. Возрастающая мобильность в обществе, экономике, образовании, культуре требует от людей умения ориентироваться в этом мире разнообразия, способности сохранять свою идентичность и в то же время гибко, позитивно и конструктивно взаимодействовать с другими людьми, способности выбирать и уважать право выбора других ценностей и убеждений, мнений и способов их выражения.

Принимая вызовы современного мира, Программа рассматривает разнообразие как ценность, образовательный ресурс и предполагает использование разнообразия для обогащения образовательного процесса. Организация выстраивает образовательную деятельность с учетом региональной специфики, социокультурной ситуации развития каждого ребенка, его возрастных и индивидуальных особенностей, ценностей, мнений и способов их выражения.

**2. Сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека.** Самоценность детства – понимание детства как периода жизни значимого самого по себе, значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот этап является подготовкой к последующей жизни. Этот принцип подразумевает полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного детства), обогащение (амплификацию) детского развития.

**3. Позитивная социализация ребенка** предполагает, что освоение ребенком культурных норм, средств и способов деятельности, культурных образцов поведения и общения с другими людьми, приобщение к традициям семьи, общества, государства происходят в процессе сотрудничества со взрослыми и другими детьми, направленного на создание предпосылок к полноценной деятельности ребенка в изменяющемся мире.

**4. Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия** взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников Организации) и детей. Такой тип взаимодействия предполагает базовую ценностную ориентацию на достоинство каждого участника взаимодействия, уважение и безусловное принятие личности ребенка, доброжелательность, внимание к ребенку, его состоянию, настроению, потребностям, интересам. Личностно-развивающее

взаимодействие является неотъемлемой составной частью социальной ситуации развития ребенка в организации, условием его эмоционального благополучия и полноценного развития.

**5. Содействие и сотрудничество детей и взрослых,** признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений. Этот принцип предполагает активное участие всех субъектов образовательных отношений – как детей, так и взрослых – в реализации программы. Каждый участник имеет возможность внести свой индивидуальный вклад в ход игры, занятия, проекта, обсуждения, в планирование образовательного процесса, может проявить инициативу. Принцип содействия предполагает диалогический характер коммуникации между всеми участниками образовательных отношений. Детям предоставляется возможность высказывать свои взгляды, свое мнение, занимать позицию и отстаивать ее, принимать решения и брать на себя ответственность в соответствии со своими возможностями.

**6. Сотрудничество Организации с семьей.** Сотрудничество, кооперация с семьей, открытость в отношении семьи, уважение семейных ценностей и традиций, их учет в образовательной работе являются важнейшим принципом образовательной программы. Сотрудники Организации должны знать об условиях жизни ребенка в семье, понимать проблемы, уважать ценности и традиции семей воспитанников. Программа предполагает разнообразные формы сотрудничества с семьей как в содержательном, так и в организационном планах.

**7. Сетевое взаимодействие с организациями социализации, образования, охраны здоровья и другими партнерами,** которые могут внести вклад в развитие и образование детей, а также использование ресурсов местного сообщества и вариативных программ дополнительного образования детей для обогащения детского развития. Программа предполагает, что Организация устанавливает партнерские отношения не только с семьями детей, но и с другими организациями и лицами, которые могут способствовать обогащению социального и/или культурного опыта детей, приобщению детей к национальным традициям (посещение театров, музеев, освоение программ дополнительного образования), к природе и истории родного края; содействовать проведению совместных проектов, экскурсий, праздников, посещению концертов, а также удовлетворению особых потребностей детей, оказанию психолого-педагогической и/или медицинской поддержки в случае необходимости (центры семейного консультирования и др.).

**8. Индивидуализация дошкольного образования** предполагает такое построение образовательной деятельности, которое открывает возможности для индивидуализации образовательного процесса, появления индивидуальной траектории развития каждого ребенка с характерными для данного ребенка спецификой и скоростью, учитывающей его интересы, мотивы, способности и возрастно-психологические особенности. При этом сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, разных форм активности. Для реализации этого принципа необходимы регулярное наблюдение за развитием ребенка, сбор данных о нем, анализ его действий и поступков; помощь ребенку в сложной ситуации; предоставление ребенку возможности выбора в разных видах деятельности, акцентирование внимания на инициативности, самостоятельности и активности ребенка.

**9. Возрастная адекватность образования.** Этот принцип предполагает подбор педагогом содержания и методов дошкольного образования в соответствии с возрастными особенностями детей. Важно использовать все специфические виды детской деятельности (игру, коммуникативную и познавательно-исследовательскую деятельность, творческую активность, обеспечивающую художественно-эстетическое развитие ребенка), опираясь на особенности возраста и задачи развития, которые должны быть решены в дошкольном возрасте. Деятельность педагога должна быть мотивирующей и соответствовать психологическим законам развития ребенка, учитывать его индивидуальные интересы, особенности и склонности.

**10. Развивающее вариативное образование.** Этот принцип предполагает, что образовательное содержание предлагается ребенку через разные виды деятельности с учетом его актуальных и потенциальных возможностей усвоения этого содержания и совершения им тех или иных действий, с учетом его интересов, мотивов и способностей. Данный принцип предполагает работу педагога с ориентацией на зону ближайшего развития ребенка (Л.С. Выготский), что способствует развитию, расширению как явных, так и скрытых возможностей ребенка.

**11. Полнота содержания и интеграция отдельных образовательных областей.** В соответствии со Стандартом Программа предполагает всестороннее социально-коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое и физическое развитие детей посредством различных видов детской активности. Деление Программы на образовательные области не означает, что каждая образовательная область осваивается ребенком по отдельности, в форме изолированных занятий по модели школьных предметов. Между отдельными разделами Программы существуют многообразные взаимосвязи: познавательное развитие тесно связано с речевым и социально-коммуникативным, художественно-эстетическое – с познавательным и речевым и т.п. Содержание образовательной деятельности в одной конкретной области тесно связано с другими областями. Такая организация образовательного процесса соответствует особенностям развития детей раннего и дошкольного возраста.

**12. Инвариантность ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей Программы.** Стандарт и Программа задают инвариантные ценности и ориентиры, с учетом которых Организация должна разработать свою основную образовательную программу и которые для нее являются научно-методическими опорами в современном мире разнообразия и неопределенности. При этом Программа оставляет за Организацией право выбора способов их достижения, выбора образовательных программ, учитывающих многообразие конкретных социокультурных, географических, климатических условий реализации Программы, разнородность состава групп воспитанников, их особенностей и интересов, запросов родителей (законных представителей), интересов и предпочтений педагогов и т.п.

С учетом специфики ДОО Программа:

- основывается на положениях фундаментальных исследований отечественной научной психолого-педагогической и физиологической школы о закономерностях развития ребёнка дошкольного возраста с тяжелыми нарушениями речи, научных исследований, практических разработок и методических рекомендаций, содержащихся в трудах ведущих специалистов в области современного дошкольного коррекционного образования, иных нормативных правовых актов, регулирующих деятельность системы дошкольного образования;
- сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости;
- основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса, в основу реализации которого положен примерный план лексических тем. Построение всего образовательного процесса вокруг одной центральной темы дает большие возможности для развития детей. Темы помогают организовать информацию оптимальным способом. У дошкольников появляются многочисленные возможности для практики, экспериментирования, развития основных навыков, понятийного мышления. Тематический подход позволяет оптимально организовать образовательный процесс для детей с особыми потребностями.

### **1.3. Планируемые результаты**

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка к концу дошкольного образования.

Реализация образовательных целей и задач Программы направлена на достижение целевых ориентиров дошкольного образования, которые описаны как основные характеристики развития ребенка.

В соответствии с ФГОС ДО, целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей. Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников.

В представленной системе оценки результатов освоения Программы отражены современные тенденции, связанные с изменением понимания оценки качества дошкольного образования.

В первую очередь, речь идет о постепенном смещении акцента с объективного (тестового) подхода в сторону аутентичной оценки. Уходя своими корнями в традиции стандартизированного теста, обследования в рамках объективного подхода были направлены на определение у детей различий (часто недостатков) в ходе решения специальных задач. Эти тесты позволяют сравнить полученные результаты с нормой, предоставляя тем самым информацию о развитии каждого ребенка в сравнении со сверстниками. Поэтому подобные тесты широко используются для выявления детей, которые попадают в группу педагогического риска.

В основе аутентичной оценки лежат следующие принципы.

Во-первых, она строится в основном на анализе реального поведения ребенка, а не на результате выполнения специальных заданий. Информация фиксируется посредством прямого наблюдения за поведением ребенка. Результаты наблюдения педагог получает в естественной среде (в игровых ситуациях, в ходе режимных моментов, на занятиях), а не в надуманных ситуациях, которые используются в обычных тестах, имеющих слабое отношение к реальной жизни дошкольников.

Во-вторых, если тесты проводят специально обученные профессионалы (психологи, медицинские работники и др.), то аутентичные оценки могут давать взрослые, которые проводят с ребенком много времени, хорошо знают его поведение. В этом случае опыт педагога сложно переоценить.

В-третьих, аутентичная оценка максимально структурирована.

И наконец, если в случае тестовой оценки родители далеко не всегда понимают смысл полученных данных, а потому нередко выражают негативное отношение к тестированию детей, то в случае аутентичной оценки ответы им понятны. Родители могут стать партнерами педагога при поиске ответа на тот или иной вопрос.

<b>Группа общеразвивающей направленности детей 5го года жизни</b>					
Ходьба	Бег	Прыжки	Метание	Ползание и лазанье	Равновесие
Ходьба враспынную	Бег враспынную	Подпрыгивание	Катание мячей	Ползание	Ходьба по скамейке (30x20см) и (35x20см)
Ходьба с нахождением своего места в колонне	Бег с нахождением своего места в колонне	Спрыгивание с невысоких предметов со скамейки (20-25см)	Подбрасывание и ловля мяча	Подлезание под шнур (дугу)	Ходьба и бег по наклонной доске (30x20см)
Ходьба с перешагиванием через предметы	Бег с перешагиванием через предметы	Прыжки в длину с места (40,50,60см)	Метание в цель (мешочка, мяча)	Ползание по скамейке	Ходьба по наклонной доске (30x15см)
Ходьба по кругу	Бег по кругу	Прыжки через бруски (6см)	Прокатывание мяча	Ползание по наклонной доске	Ходьба по наклонной доске (35x15см)
Ходьба с изменением направления движения	Бег с изменением направления движения	Прыжки через шнуры (обручи)		Перелезание через горизонтальное бревно	Ходьба по скамейке (горизонтальному бревну) приставным шагом (боком)
Ходьба в колонне по одному	Бег парами	Прыжки на двух ногах			
Ходьба парами	Бег в разном темпе				
Ходьба со сменой ведущего	Бег в медленном темпе, затем в быстром темпе				
Ходьба в чередовании с бегом	Бег разными способами				
Ходьба разными способами					
<b>Группа общеразвивающей и компенсирующей направленности детей 6го года жизни</b>					
Ходьба	Бег	Прыжки	Метание	Ползание и лазанье	Равновесие
Ходьба враспынную	Бег враспынную	Подпрыгивание	Катание мячей	Ползание	Ходьба по скамейке (30x20см) и (35x20см)
Ходьба с нахождением своего места в колонне	Бег с нахождением своего места в колонне	Спрыгивание с невысоких предметов со скамейки (20-25см)	Подбрасывание и ловля мяча	Подлезание под шнур (дугу)	Ходьба по доске с перешагиванием через предмет
Ходьба с перешагиванием через предметы	Бег с перешагиванием через предметы	Прыжки в длину с места (40,50,60см)	Метание в цель и на дальность (мешочка, мяча)	Ползание по скамейке	Ходьба по доске, на середине присесть, встать и пройти дальше
Ходьба по кругу	Бег по кругу	Прыжки через бруски (6см)	Прокатывание мяча	Ползание по наклонной доске	Ходьба по скамейке с мешочком на голове
Ходьба с изменением направления движения	Бег с изменением направления движения	Прыжки через шнуры (обручи)	Перебрасывание мяча	Лазанье по гимнастической стенке	Ходьба и бег по наклонной доске (30x20см)
Ходьба в колонне по одному	Бег парами	Прыжки в длину с места (на дальние приземления)		Лазанье по лестнице	Ходьба и бег по наклонной доске (30x15см)
Ходьба парами	Бег со сменой ведущего	Прыжки на двух ногах		Перелезание через горизонтальное бревно	Ходьба и бег по наклонной доске (35x15см)
Ходьба со сменой ведущего	Бег в разном темпе				Ходьба по скамейке

					(горизонтальному бревну) приставным шагом (боком)
Ходьба в чередовании с бегом	Бег в медленном темпе, затем в быстром темпе				
Ходьба разными способами	Бег разными способами				
<b>Группа общеразвивающей и компенсирующей направленности детей 7го года жизни</b>					
Ходьба	Бег	Прыжки	Метание	Ползание и лазанье	Равновесие
Ходьба враспынную	Бег враспынную	Подпрыгивание	Прокатывание мячей разного размера одной и двумя руками	Ползание разными способами	Ходьба по скамейке (30x20см) и (35x20см)
Ходьба с нахождением своего места в колонне	Бег с нахождением своего места в колонне	Спрыгивание с невысоких предметов со скамейки (20-25см)	Подбрасывание и ловля мяча одной и двумя руками	Подлезание под шнур (дугу)	Ходьба по доске с перешагиванием через предмет
Ходьба с перешагиванием через предметы	Бег с перешагиванием через предметы	Прыжки в длину с места (40,50,60см)	Метание в горизонтальную и вертикальную цель на дальность (7-9м)(мешочка, мяча)	Ползание по скамейке	Ходьба по доске, на середине присесть, встать и пройти дальше
Ходьба по кругу	Бег по кругу	Прыжки через бруски (6см)	Бросание набивного мяча	Ползание по наклонной доске	Ходьба по скамейке с мешочком на голове
Ходьба с изменением направления движения	Бег с изменением направления движения	Прыжки через шнуры (обручи, скакалку)	Перебрасывание мяча друг другу из разных положений	Лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом и использованием перекрестной координации	Ходьба и бег по наклонной доске (30x20см)
Ходьба в колонне по одному	Бег парами	Прыжки в длину с места (на дальние приземления)	Подбрасывание и ловля мяча с дополнительным заданием	Лазанье по лестнице	Ходьба и бег по наклонной доске (30x15см)
Ходьба парами	Бег со сменой ведущего	Прыжки на двух ногах	Отбивание мяча на месте 10 раз подряд и с продвижением вперед	Перелезание через горизонтальное бревно (прямо и боком)	Ходьба и бег по наклонной доске (35x15см)
Ходьба со сменой ведущего	Бег в разном темпе	Прыжки на одной и двух ногах с продвижением вперед	Бросание мяча о стенку и его ловля с дополнительными движениями	Подтягивание на скамейке	Ходьба по скамейке (горизонтальному бревну) приставным шагом (боком)
Ходьба разными способами	Бег с препятствиями	Прыжки на одной и двух ногах с разным положением рук		Сочетание ползания и подлезания с другими движениями	Ходьба по гимнастической скамейке с различными заданиями, разными движениями и положением рук
Ходьба в чередовании с бегом	Бег разными способами	Прыжки в высоту с места (15-20см)		Лазанье по гимнастической стенке с выполнением	Ходьба по гимнастической скамейке раскладывая и собирая предметы,

				перехода с пролета на пролет сверху, по диагонали	продвигаясь приставным шагом, выполняя поворот кругом
Ходьба с разным пространственным расположением	Челночный бег	Прыжки в высоту с места (30см) в обозначенном месте, с поворотом на 90°		Лазанье по веревочной лестнице и канату	Стойка на одной ноге и на носках по полу и пособиях. Кружение парами, держась за руки
	Непрерывный бег в течении (1,5-2мин) в медленном темпе	Прыжки в высоту с разбега			
	Бег на скорость (20-30м)				

#### 1.4. Целевые ориентиры

##### В раннем возрасте.

##### К четырем годам ребенок:

- интересуется окружающими предметами, активно действует с ними, исследует их свойства, экспериментирует. Использует специфические, культурно фиксируемые предметные действия, знает назначение бытовых предметов (ложки, расчески, карандаша и пр.) и умеет пользоваться ими. Проявлять настойчивость в достижении результата своих действий;
- стремиться к общению и воспринимает смыслы в различных ситуациях общения с взрослыми, активно подражает им в движениях и действиях, умеет действовать согласованно;
- владеет активной и пассивной речью: понимает речь взрослых, может обращаться с вопросами и просьбами, знает названия окружающих предметов и игрушек;
- проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им. Взаимодействие с ровесниками окрашено яркими эмоциями;
- в короткой игре воспроизводит действия взрослого, впервые осуществляя игровые замещения;
- проявляет самостоятельность в бытовых и игровых действиях. Владеет простейшими навыками самообслуживания;
- любит слушать стихи, песни, короткие сказки, рассматривать картинки, двигаться под музыку. Проявлять живой эмоциональный отклик на эстетические впечатления. Охотно включается в продуктивные виды деятельности (изобразительная деятельность, конструирование и др.);
- с удовольствием двигается – ходит, бежит в разных направлениях, стремится осваивать различные виды движения (подпрыгивание, лазанье, перешагивание и пр.).

##### Ориентиры на этапе завершения дошкольного образования

##### К семи годам ребенок:

На этапе завершения дошкольного образования выделяют следующие целевые ориентиры:

- Ребенок овладевает основными культурными средствами, способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности — игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности.
- Ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.
- Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты. Умеет выражать и отстаивать свою позицию по разным вопросам.
- Способен сотрудничать и выполнять как лидерские, так и исполнительские функции в совместной деятельности.
- Понимает, что все люди равны вне зависимости от их социального происхождения, этнической принадлежности, религиозных и других верований, их физических и психических особенностей.
- Проявляет эмпатию по отношению к другим людям, готовность прийти на помощь тем, кто в этом нуждается.
- Проявляет умение слышать других и стремление быть понятым другими.

- Ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации; умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам. Умеет распознавать различные ситуации и адекватно их оценивать.
- Ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности.
- 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 навыки личной гигиены.
- Проявляет ответственность за начатое дело.
- Ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.
- Открыт новому, то есть проявляет желание узнавать новое, самостоятельно добывать новые знания; положительно относится к обучению в школе.
- Проявляет уважение к жизни (в различных ее формах) и заботу об окружающей среде.
- Эмоционально отзывается на красоту окружающего мира, произведения народного и профессионального искусства (музыку, танцы, театральную деятельность, изобразительную деятельность и т.д.).
- Проявляет патриотические чувства, ощущает гордость за свою страну, ее достижения, имеет представление о ее географическом разнообразии, многонациональности, важнейших исторических событиях.
- Имеет первичные представления о себе, семье, традиционных семейных ценностях, включая традиционные тендерные ориентации, проявляет уважение к своему и противоположному полу.
- Соблюдает элементарные общепринятые нормы, имеет первичные ценностные представления о том, «что такое хорошо и что такое плохо», стремится поступать хорошо; проявляет уважение к старшим и заботу о младших.

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

### **1.5. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности**

Оценивание качества образовательной деятельности представляет собой важную составную часть данной образовательной деятельности, направленную на ее усовершенствование.

Концептуальные основания такой оценки определяются требованиями Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации», а также Стандарта, в котором определены государственные гарантии качества образования.

Оценивание качества, т. е. оценивание соответствия образовательной деятельности, реализуемой Организацией, заданным требованиям Стандарта и Программы в дошкольном образовании направлено в первую очередь на оценивание созданных Организацией условий в процессе образовательной деятельности. Система оценки образовательной деятельности, предусмотренная Программой, предполагает оценивание **качества условий образовательной деятельности**, обеспечиваемых Организацией, включая психолого-педагогические, кадровые, материально-технические, финансовые, информационно-методические, управление Организацией и т. д..

Программой **не предусматривается оценивание** качества образовательной деятельности Организации на основе достижения детьми планируемых результатов освоения Программы.

Целевые ориентиры, представленные в Программе:

- не подлежат непосредственной оценке;
- не являются непосредственным основанием оценки как итогового, так и промежуточного уровня развития детей;
- не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей;

- не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей;
- не являются непосредственным основанием при оценке качества образования.

Программой предусмотрена система мониторинга динамики развития детей, динамики их образовательных достижений, основанная на методе наблюдения и включающая:

- педагогические наблюдения (педагогическую диагностику), связанную с оценкой эффективности педагогических действий с целью их дальнейшей оптимизации;
- карты развития ребенка.

Программой предусмотрены следующие уровни системы оценки качества:

- диагностика развития ребенка, используемая как профессиональный инструмент педагога с целью получения обратной связи от собственных педагогических действий и планирования дальнейшей индивидуальной работы с детьми по Программе;
- внутренняя оценка, самооценка Организации;
- внешняя оценка Организации, в том числе независимая профессиональная и общественная оценка.

На уровне ДОО система оценки качества реализации Программы решает

#### **Задачи:**

- повышения качества реализации программы дошкольного образования;
- реализации требований Стандарта к структуре, условиям и целевым ориентирам основной образовательной программы дошкольной организации;
- обеспечения объективной экспертизы деятельности Организации в процессе оценки качества программы дошкольного образования;
- задания ориентиров педагогам в их профессиональной деятельности и перспектив развития самой Организации;
- создания оснований преемственности между дошкольным и начальным общим образованием.

### **Педагогическая диагностика**

Оценка индивидуального развития ребенка в ходе реализации Программы производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

### **Принципы педагогической диагностики**

Педагогическая диагностика осуществляется с учетом ряда принципов, обусловленных спецификой образовательного процесса детского сада.

**Принцип объективности** означает стремление к максимальной объективности в процедурах и результатах диагностики, избегание в оформлении диагностических данных субъективных оценочных суждений, предвзятого отношения к диагностируемому.

Реализация принципа предполагает соблюдение ряда правил, среди которых:

- соответствие диагностических методик возрастным и личностным особенностям диагностируемых;
- фиксация всех проявлений личности ребенка;
- сопоставление полученных данных с данными других педагогов, родителей;
- перепроверка, уточнение полученного фактического материала при проведении диагностики;
- постоянный самоконтроль педагога за своими собственными переживаниями, эмоциями, симпатиями и антипатиями, которые часто субъективируют фиксацию фактов; развитие педагогической рефлексии.

**Принцип целостного изучения педагогического процесса** предполагает оценку общего уровня развития ребенка. Для этого необходимо иметь информацию о различных аспектах его развития: социальном, эмоциональном, интеллектуальном, физическом, художественно-творческом. Важно помнить, что развитие ребенка представляет собой целостный процесс, и что направление развития в каждой из сфер не может рассматриваться изолированно. Различные сферы развития личности связаны между собой и оказывают взаимное влияние друг на друга.

**Принцип процессуальности** предполагает изучение явления в изменении, развитии. Правила, детализирующие принцип процессуальности, состоят в том, чтобы:

- не ограничиваться отдельными «срезами состояний», оценками без выявления закономерностей развития;
- учитывать половозрастные и социокультурные особенности индивидуально-личностного становления ребенка;

- обеспечивать непрерывность изучения диагностируемого предмета в естественных условиях педагогического процесса.

**Принцип компетентности** означает принятие педагогом решений только по тем вопросам, по которым он имеет специальную подготовку; запрет в процессе и по результатам диагностики на какие-либо действия, которые могут нанести ущерб испытуемому. Этот принцип раскрывается:

- в правилах сотрудничества (согласие, добровольность участия в диагностике);

- в безопасности для испытуемого применяемых методик;

- в доступности для педагога диагностических процедур и методов;

- во взвешенности и корректном использовании диагностических сведений (разумной конфиденциальности результатов диагностики).

**Принцип персонализации** требует от педагога в диагностической деятельности обнаруживать не только индивидуальные проявления общих закономерностей, но также индивидуальные пути развития, а отклонения от нормы не оценивать как негативные без анализа динамических тенденций становления.

### **Проведение педагогической диагностики**

Педагогическая диагностика проводится два раза в год (в сентябре-октябре и апреле-мае). Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности. Инструментарий для педагогической диагностики — карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка в ходе физического развития.

Результаты педагогической диагностики могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

- индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);

- оптимизации работы с группой детей.

В ходе образовательной деятельности педагоги должны создавать диагностические ситуации, чтобы оценить индивидуальную динамику детей и скорректировать свои действия.

Данные по обследованию детей будут не только характеризовать промежуточные результаты освоения Программы, но и являются исходным ориентиром для построения образовательной работы с дошкольниками в следующей возрастной группе. Обязательным требованием к построению педагогической диагностики является использование только тех методов (непосредственная беседа с ребенком и родителями, анализ работ ребенка (рисунков, поделок и др.), педагогическое наблюдение), применение которых позволяет получать необходимый объем информации в оптимальные сроки.

Данные о результатах мониторинга заносятся в диагностическую карту - протокол. Критерии, инструментарий и форма протокола используются в соответствии с реализуемыми программами по всем образовательным областям.

По результатам диагностики составляется индивидуальный маршрут развития ребенка в целях поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития.

### **Индивидуальный маршрут развития ребенка**

Оценка становления развития личности возрастных характеристик ребенка осуществляется с помощью заполнения педагогами индивидуального маршрута (карты) развития. Карта развития – удобный компактный инструмент, который позволяет педагогу оперативно фиксировать результаты наблюдений за детьми в процессе образовательной деятельности, интерпретировать данные и использовать результаты анализа данных при проектировании образовательного процесса.

Использование карт развития позволяет отметить динамику в развитии отдельных детей и сопоставить результаты каждого ребенка с продвижением группы в целом. Карты развития ориентированы на то, что в итоге мониторинга на основе наблюдения будет представлена информация об общей картине развития всех детей группы и о месте каждого ребенка в ней. Применение данного метода при оценке становления возрастных характеристик развития личности ребенка дает довольно полную и достоверную диагностическую картину и имеет большую ценность для организации образовательного процесса. Карта развития как диагностический инструмент дает возможность педагогу одновременно оценить качество текущего образовательного процесса и составить индивидуальную картину развития ребенка в соответствии с заданными целевыми ориентирами.

## 2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 2.1. Обучающая работа с детьми общеразвивающей направленности

<b>Обучающая работа с детьми в группах среднего дошкольного возраста (4-5 лет)</b>									
<b>Цели</b>									
Обучение детей физическим упражнениям		Закаливание и укрепление детского организма		Обучение каждого ребенка осознанно заниматься физическими упражнениями			Создание условий для разностороннего физического развития		
<b>Задачи</b>									
Формирование двигательных навыков		Формирования бережного отношения к своему здоровью		Формирования начальных представлений о здоровом образе жизни			Формирования умения владеть своим телом		
<b>Игры и упражнения</b>									
Двигательные навыки			Упражнения для общефизической подготовки		Упражнения для специальной подготовки		Подвижные игры		
Закрепление двигательных умений и навыков		Объяснение в сравнении	Использование разнообразных упражнений и игр	Строевые упражнения	Общеразвивающие упражнения	Ознакомление детей со спортивными видами			
						Игры эстафеты			
<b>Организация занятий</b>									
20 минут			2 раз в неделю			Группа 25 человек			
<b>Обучающая работа с детьми в группах старшего дошкольного возраста (5-6 лет)</b>									
<b>Цели</b>									
Обучение детей физическим упражнениям			Закаливание и укрепление детского организма		Обучение каждого ребенка осознанно заниматься физическими упражнениями		Создание условий для разностороннего физического развития		
<b>Задачи</b>									
Формирование двигательных навыков			Формирования бережного отношения к своему здоровью		Формирования начальных представлений о здоровом образе жизни		Формирования умения владеть своим телом		
<b>Игры и упражнения</b>									
Двигательные навыки			Упражнения для общефизической подготовки		Игры на развития быстроты силы, выносливости, гибкости	Дыхательные упражнения	Упражнения для специальной подготовки	Подвижные игры	Игры-эстафеты
Закрепление двигательных умений и навыков	Объяснение в сравнении	Использование разнообразных упражнений и игр	Строевые упражнения	Общеразвивающие упражнения					
<b>Методические приемы</b>									

Показ упражнений	Средства наглядности	Разучивание упражнений	Исправления ошибок	Подвижные игры	Имитация упражнений	Оценка двигательных действий	Страховка и помощь	Межличностные отношения между ребенком и	Круговая тренировка	Игры на внимание и память	Соревновательный эффект				
<b>Организация занятий</b>															
25 минут						2 раз в неделю						Группа 25 человек			

### Обучающая работа с детьми в группах старшего дошкольного возраста (6-7 лет)

<b>Цели</b>															
Обучение детей физическим упражнениям				Закаливание и укрепление детского организма				Обучение каждого ребенка осознанно заниматься физическими упражнениями				Создание условий для разностороннего физического развития			
<b>Задачи</b>															
Формирования двигательных навыков				Формирования бережного отношения к своему здоровью				Формирования начальных представлений о здоровом образе жизни				Формирования умения владеть своим телом			
<b>Игры и упражнения</b>															
Двигательные навыки				Упражнения для общефизической подготовки				Игры на развития быстроты силы, выносливости, гибкости	Дыхательные упражнения	Упражнения для специальной подготовки	Подвижные игры	Игры-эстафеты			
Закрепление двигательных умений и навыков		Объяснение в сравнении		Использование разнообразных упражнений и игр		Строевые упражнения							Общеразвивающие упражнения		
<b>Методические приемы</b>															

Показ упражнений	Средства наглядности	Разучивание упражнений	Исправления ошибок	Подвижные игры на суше и в воде	Имитация упражнений	Оценка двигательных	Страховка и помощь	Межличностные отношения между ребенком и	Круговая тренировка	Игры на внимание и память	Соревновательный эффект				
<b>Организация занятий</b>															
30 минут				2 раз в неделю				Группа 25 человек							
<b>Обучающая работа с детьми в группах старшего дошкольного возраста (5-6 лет)</b>															
<b>Цели</b>															
Обучение детей физическим упражнениям				Закаливание и укрепление детского организма				Обучение каждого ребенка осознанно заниматься физическими упражнениями				Создание условий для разностороннего физического развития			
<b>Задачи</b>															
Осуществление контроля за правильностью звукопроизношения в словах		Формирования двигательных навыков		Формирования бережного отношения к своему здоровью				Формирования начальных представлений о здоровом образе жизни				Формирования умения владеть своим телом			
<b>Интеграция в образовательной области</b>															
Речевое развитие				Социально-коммуникативное развитие				Познавательное развитие							
<b>Игры и упражнения</b>															
Двигательные навыки			Упражнения для общефизической подготовки				Игры на развития быстроты силы, выносливости, гибкости	Дыхательные упражнения	Упражнения для специальной подготовки	Подвижные игры	Игры-эстафеты	Применение художественного слова			
Закрепление двигательных умений и навыков		Объяснение в сравнении	Использование разнообразных упражнений и игр	Строевые упражнения	Общеразвивающие упражнения										
<b>Методические приемы</b>															

Показ упражнений	Средства наглядности	Разучивание упражнений	Исправления ошибок	Подвижные игры	Имитация упражнений	Оценка двигательных действий	Страховка и помощь	Межличностные отношения между ребенком и преподавателем	Круговая тренировка	Игры на внимание и память	Соревновательный эффект			
<b>Организация занятий</b>														
25 минут					2 раз в неделю				Группа 25 человек					
<b>Обучающая работа с детьми в группах старшего дошкольного возраста (6-7 лет)</b>														
<b>Цели</b>														
Обучение детей физическим упражнениям				Закаливание и укрепление детского организма				Обучение каждого ребенка осознанно заниматься физическими упражнениями			Создание условий для разностороннего физического развития			
<b>Задачи</b>														
Осуществление контроля за правильностью звукопроизношения в словах		Формирования двигательных навыков		Формирования бережного отношения к своему здоровью			Формирования начальных представлений о здоровом образе жизни			Формирования умения владеть своим телом				
<b>Интеграция в образовательной области</b>														
Речевое развитие				Социально-коммуникативное развитие				Познавательное развитие						
<b>Игры и упражнения</b>														
Двигательные навыки				Упражнения для общефизической подготовки				Игры на развития быстроты силы, выносливости, гибкости	Дыхательные упражнения	Упражнения для специальной подготовки	Подвижные игры	Игры-эстафеты	Применение художественного слова	
Закрепление двигательных умений и навыков		Объяснение в сравнении	Использование разнообразных упражнений и игр	Строевые упражнения	Общеразвивающие упражнения									
<b>Методические приемы</b>														

Показ упражнений	Средства наглядности	Разучивание упражнений	Исправления ошибок	Подвижные игры	Имитация упражнений	Оценка двигательных действий	Страховка и помощь	Межличностные отношения между ребенком и преподавателем	Круговая тренировка	Игры на внимание и память	Соревновательный эффект				
<b>Организация занятий</b>															
30 минут						2 раз в неделю						Группа 25 человек			

## 2.2. Содержание коррекционно-развивающей работы образовательной области «Физическое развитие»

Основная задача коррекционно-развивающей работы — создание условий для всестороннего развития ребенка с ОВЗ в целях обогащения его социального опыта и гармоничного включения в коллектив сверстников.

Основная цель — совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно-пространственной координации. Физическое развитие лежит в основе организации всей жизни детей и в семье, и в дошкольном учреждении. Это касается предметной и социальной среды, всех видов детской деятельности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников. В режиме должны быть предусмотрены занятия физкультурой, игры и развлечения на воздухе, при проведении которых учитываются региональные и климатические условия.

Работа по физическому воспитанию строится таким образом, чтобы решались и общие, и коррекционные задачи. Основная задача — стимулировать позитивные сдвиги в организме, формируя необходимые двигательные умения и навыки, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма. На занятиях по физической культуре, наряду с образовательными и оздоровительными, решаются специальные коррекционные задачи:

- формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;
- изучение в процессе предметной деятельности различных свойств материалов, а также назначения предметов;
- развитие речи посредством движения;
- формирование в процессе двигательной деятельности различных видов познавательной деятельности;
- управление эмоциональной сферой ребенка, развитие морально-волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных занятий, игр, эстафет.

В работу включаются физические упражнения: построение в шеренгу (вдоль линии), в колонну друг за другом, в круг; ходьба; бег, прыжки; лазанье; ползание; метание; общеразвивающие упражнения на укрепление мышц спины, плечевого пояса и ног, на координацию движений, на формирование правильной осанки, на развитие равновесия. Рекомендуется проведение подвижных игр, направленных на совершенствование двигательных умений, формирование положительных форм взаимодействия между детьми.

В настоящее время в систему занятий по физическому развитию для детей с ОВЗ включается адаптивная физическая культура (АФК) — комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию к нормальной социальной среде людей с ограниченными возможностями, преодоление психологических барьеров, препятствующих ощущению полноценной жизни, а также сознанию необходимости своего личного вклада в социальное развитие общества.

Адаптивная физкультура обеспечивает лечебный, общеукрепляющий, реабилитационный, профилактический и другие эффекты. Основные задачи, которые стоят перед адаптивной физической культурой:

- формировать у ребенка осознанное отношение к своим силам в сравнении с силами здоровых сверстников;
- развивать способность к преодолению не только физических, но и психологических барьеров, препятствующих полноценной жизни;
- формировать компенсаторные навыки, умение использовать функции разных систем и органов вместо отсутствующих или нарушенных;
- развивать способность к преодолению физических нагрузок, необходимых для полноценного функционирования в обществе;
- формировать потребность быть здоровым, насколько это возможно, и вести здоровый образ жизни; стремление к повышению умственной и физической работоспособности;
- формировать осознание необходимости своего личного вклада в жизнь общества;
- формировать желание улучшать свои личностные качества.

АФК объединяет все виды физической активности и спорта, которые соответствуют интересам детей с проблемами в развитии и способствуют расширению их возможностей. Цель АФК — улучшение качества жизни детей с ОВЗ посредством физической активности и спорта. Основной задачей является решение конкретных психомоторных проблем, как путем изменения самого ребенка, так и изменения окружающей среды, по возможности устраняя в ней барьеры к более здоровому, активному образу жизни, к равным со своими здоровыми сверстниками возможностям заниматься спортом.

В совокупности обозначенные образовательные области обеспечивают решение общеразвивающих задач. Вместе с тем каждый из видов деятельности имеет свои коррекционные задачи и соответствующие методы их решения. Это связано с тем, что дети с ОВЗ имеют как общие, так и специфические особенности, обусловленные непосредственно имеющимися нарушениями. Содержание базовых направлений работы в программах воспитания и обучения сочетается со специальными коррекционными областями. Например, дети с эмоциональными расстройствами нуждаются в специальном воздействии, направленном на коррекцию их деятельностной сферы, на формирование навыков взаимодействия со взрослыми и со сверстниками.

### 2.3. Взаимодействие взрослых с детьми

Взаимодействие взрослых с детьми является важнейшим фактором развития ребенка и пронизывает все направления образовательной деятельности. С помощью взрослого и в самостоятельной деятельности ребенок учится познавать окружающий мир, играть, рисовать, общаться с окружающими. Процесс приобщения к культурным образцам человеческой деятельности (культуре жизни, познанию мира, речи, коммуникации, и прочим), приобретения культурных умений при взаимодействии со взрослыми и в самостоятельной деятельности в предметной среде называется процессом овладения культурными практиками.

Процесс приобретения общих культурных умений во всей его полноте возможен только в том случае, если взрослый выступает в этом процессе в роли партнера, а не руководителя, поддерживая и развивая мотивацию ребенка. Партнерские отношения взрослого и ребенка в Организации и в семье являются разумной альтернативой двум диаметрально противоположным подходам: прямому обучению и образованию, основанному на идеях «свободного воспитания». Основной функциональной характеристикой партнерских отношений является равноправное относительно ребенка включение взрослого в процесс деятельности. Взрослый участвует в реализации поставленной цели наравне с детьми, как более опытный и компетентный партнер.

Для **лично-порождающего взаимодействия** характерно принятие ребенка таким, какой он есть, и вера в его способности. Взрослый не подгоняет ребенка под какой-то определенный «стандарт», а строит общение с ним с ориентацией на достоинства и индивидуальные особенности ребенка, его характер, привычки, интересы, предпочтения. Он сопереживает ребенку в радости и огорчениях, оказывает поддержку при затруднениях, участвует в его играх и занятиях. Взрослый старается избегать запретов и наказаний. Ограничения и порицания используются в случае крайней необходимости, не унижая достоинство ребенка. Такой стиль воспитания обеспечивает ребенку чувство психологической защищенности, способствует развитию его индивидуальности, положительных взаимоотношений со взрослыми и другими детьми.

**Лично-порождающее взаимодействие** способствует формированию у ребенка различных позитивных качеств. Ребенок учится уважать себя и других, так как отношение ребенка к себе и другим людям всегда отражает характер отношения к нему окружающих взрослых. Он приобретает чувство уверенности в себе, не боится ошибок. Когда взрослые предоставляют ребенку самостоятельность, оказывают поддержку, вселяют веру в его силы, он не пасует перед трудностями, настойчиво ищет пути их преодоления.

Ребенок не боится быть самим собой, быть искренним. Когда взрослые поддерживают индивидуальность ребенка, принимают его таким, каков он есть, избегают неоправданных ограничений и наказаний, ребенок не боится быть самим собой, признавать свои ошибки. Взаимное доверие между взрослыми и детьми способствует истинному принятию ребенком моральных норм.

Ребенок учится брать на себя ответственность за свои решения и поступки. Ведь взрослый везде, где это возможно, предоставляет ребенку право выбора того или действия. Признание за ребенком права иметь свое мнение, выбирать занятия по душе, партнеров по игре способствует формированию у него личностной зрелости и, как следствие, чувства ответственности за свой выбор.

Ребенок приучается думать самостоятельно, поскольку взрослые не навязывают ему своего решения, а способствуют тому, чтобы он принял собственное. Ребенок учится адекватно выражать свои чувства. Помогая ребенку осознать свои переживания, выразить их словами, взрослые содействуют формированию у него умения проявлять чувства социально приемлемыми способами.

## **2.4. Развитие игровой деятельности**

### **Основные цели и задачи**

Создание условий для развития игровой деятельности детей. Формирование игровых умений, развитых культурных форм игры. Развитие у детей интереса к различным видам игр. Всестороннее воспитание и гармоничное развитие детей в игре (эмоционально-нравственное, умственное, физическое, художественно-эстетическое и социально-коммуникативное).

Развитие самостоятельности, инициативы, творчества, навыков саморегуляции; формирование доброжелательного отношения к сверстникам, умения взаимодействовать, договариваться, самостоятельно разрешать конфликтные ситуации.

### **Средний дошкольный возраста (4-5 лет)**

Подвижные игры. Знакомство с играми. Участвовать в играх с элементами соревнования. Знакомить с народными играми. Воспитывать честность, справедливость в самостоятельных играх со сверстниками.

### **Старший дошкольный возраста (5-6 лет)**

Подвижные игры. Продолжать приучать детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры; участвовать в играх с элементами соревнования. Знакомить с народными играми. Воспитывать честность, справедливость в самостоятельных играх со сверстниками.

### **Старший дошкольный возраст (6-7 лет)**

Продолжать развивать у детей самостоятельность в организации всех видов игр, выполнении правил и норм поведения. Развивать инициативу, организаторские способности. Воспитывать чувство коллективизма.

Подвижные игры. Учить детей использовать в самостоятельной деятельности разнообразные по содержанию подвижные игры. Проводить игры с элементами соревнования, способствующие развитию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), координации движений, умения ориентироваться в пространстве. Учить справедливо оценивать результаты игры. Развивать интерес к спортивным (бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол) и народным играм.

## **2.5. Взаимодействие педагогического коллектива с семьями воспитанников**

Ведущие цели взаимодействия детского сада с семьей — создание в детском саду необходимых условий для развития ответственных и взаимозависимых отношений с семьями воспитанников, обеспечивающих целостное развитие личности дошкольника, повышение компетентности родителей в области физического воспитания.

### **Формы и методы работы с родителями**

В условиях дошкольного учреждения перед педагогами стоят особые задачи взаимодействия с семьей, так как в психолого-педагогической поддержке нуждаются не только воспитанники, но и их родители. Цели работы с родителями можно сформулировать следующим образом:

- выстраивание доверительных взаимоотношений педагога-воспитателя с детьми и родителями;
- определение запросов родителей и их позиции в воспитании ребенка;
- согласование совместного режима работы родителей и воспитателей, так чтобы возникающие проблемы решались оперативно и действенно;
- выработка общих требований к поведению ребенка, как в семье, так и во время его нахождения в дошкольном учреждении.

Содержание работы с родителями реализуется через разнообразные формы. Главное донести до родителей знания, побудить их стать активными участниками образовательного процесса:

Коллективное сотрудничество (родительские собрания, тренинги, семинары, досуги, открытые занятия, проектная деятельность);  
 Индивидуальное сотрудничество (анкетирование, «обратная связь», консультации, беседы, домашние задания);  
 Наглядно-информационное сотрудничество (стенды, памятки для родителей);  
 Активное участие родителей в жизни ребенка (подвижные игры, совместные занятия, соревнования)  
 Посещение детьми спортивных секций (спортивные соревнования, праздники).

## 2.6. Коррекционно-развивающая работа с детьми с ограниченными возможностями здоровья

### Дети старшего дошкольного возраста с тяжелыми нарушениями речи (5-7 лет)

Ребёнок (5-ти лет) способен к освоению сложных движений: может пройти по неширокой скамейке и при этом даже перешагнуть через небольшое препятствие; умеет отбивать мяч о землю одной рукой несколько раз подряд. Уже наблюдаются различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков — более порывистые, у девочек — мягкие, плавные, уравновешенные), общей конфигурации тела в зависимости от пола ребёнка. Активно формируется осанка детей, укрепляются мышцы и связки. Развиваются выносливость (способность достаточно длительное время заниматься физическими упражнениями) и силовые качества (способность применения ребёнком небольших усилий на протяжении достаточно длительного времени). Ловкость и развитие мелкой моторики проявляются в более высокой степени самостоятельности ребёнка при самообслуживании: дети практически не нуждаются в помощи взрослого, когда одеваются и обуваются. Некоторые из них могут обращаться со шнурками — продевать их в ботинок и завязывать бантиком.

Продолжается дальнейшее развитие моторики ребёнка, наращивание и самостоятельное использование двигательного опыта. Расширяются бег, шаги становятся равномерными, увеличивается их длина, появляется гармония в движениях рук и ног. Ребёнок способен быстро перемещаться, ходить и бегать, держать правильную осанку. По собственной инициативе дети могут организовывать подвижные игры и простейшие соревнования со сверстниками.

К 7-ми годам они овладевают прыжками на одной и двух ногах, способны прыгать в высоту и в длину с места и с разбега при с координированностью движений рук и ног (зрительно-моторная координация девочек более совершенна); могут выполнять разнообразные сложные упражнения на равновесие на месте и в движении, способны чётко метать различные предметы в цель. В силу накопленного двигательного опыта и достаточно развитых физических качеств дошкольник этого возраста часто переоценивает свои возможности, совершает необдуманные физические действия.

Наряду с соматической ослабленностью и замедленным развитием локомоторных функций детям присуще и некоторое отставание в развитии двигательной сферы,

которая характеризуется плохой координацией движений, неуверенностью в выполнении дозированных движений, снижением скорости и ловкости выполнения. Наибольшие трудности выявляются при выполнении движений по словесной инструкции.

Дети с тяжелыми нарушениями речи отстают от нормально развивающихся сверстников в воспроизведении двигательного дыхания по пространственно-временным параметрам, нарушают последовательность элементов действия, опускают его составные части.

Отмечается недостаточная координация пальцев, кисти рук, недоразвитие мелкой моторики. Обнаруживается замедленность, застревание на одной позе.

У детей с тяжелыми нарушениями речи наблюдается отставание психомоторного развития по различным параметрам:

-развитие физических качеств. Низкий уровень ловкости и быстроты. По выносливости, силе и гибкости отставаний не выявлено.

-степень сформированности двигательных навыков. Отсутствие автоматизации движений и низкая обучаемость. Эти особенности сопряжены с низким уровнем развития когнитивных процессов (восприятия, памяти, внимания).

Так как контингент воспитанников ДОУ, имеет ограниченные возможности здоровья и недостатки в психическом и физическом развитии, при решении задач основной общеобразовательной программы требуется комплексное и поэтапное психолого-медико-педагогическое коррекционное воздействие.

### Распределение воспитанников по группам здоровья

Физкультурная группа	Группы здоровья
<b>основная</b>	I группа, II группа
<b>подготовительная</b>	III группа
<b>специальная</b>	IV группа

К группе детей с ОВЗ относятся дети, состояние здоровья которых препятствует освоению ими всех или некоторых разделов образовательной программы дошкольного учреждения вне специальных условий воспитания и обучения: дети с тяжелыми нарушениями речи, первичным дефектом является недоразвитие речи.

Имеющиеся у детей отклонения приводят к нарушению умственной работоспособности, недостаткам общей и мелкой моторики, трудностям во взаимодействии с окружающим миром, изменению способов коммуникации и средств общения, недостаточности словесного опосредствования, в частности - вербализации, искажению познания окружающего мира, бедности социального опыта, изменениям в становлении личности. Наличие первичного нарушения оказывает влияние на весь ход дальнейшего развития ребенка. Каждая категория детей с различными психическими, физическими нарушениями в развитии помимо общих закономерностей развития имеет специфические психолого-педагогические особенности, отличающие одну категорию детей от другой, которые необходимо учитывать при определении коррекционной работы в интеграционном образовательном пространстве. Основная задача коррекционно-педагогической работы - создание условий для всестороннего развития ребенка с ОВЗ в целях обогащения его социального опыта и гармоничного включения в коллектив сверстников.

Для осуществления коррекционной деятельности используются технологии (методики):

- «Укрепление здоровья детей в коррекционных группах» под редакцией Л.В.Игнатовой, О.И. Волик, Москва, 2008;
- «Остров здоровья», под редакцией Е.Ю.Александрова, Волгоград, 2006г;
- элементы точечного массажа (А.А.Уманская);
- пальчиковая гимнастика (Т.А.Ткаченко, В.В. Коноваленко);
- дыхательная гимнастика (А.Н. Стрельникова);
- элементы психогимнастики (Г.Чистякова);
- использование «дорожки здоровья»;
- элементы йоги (Р.Хитлман);
- антистрессовый массаж (Ф.Аушина).

## 2.7. Формы и методы работы с детьми

Формы организации детей		
Индивидуальные Подгрупповые Групповые	Групповые Подгрупповые Индивидуальные	Индивидуальные Подгрупповые
Формы работы		
Организованная образовательная деятельность:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Игры</b> дидактические, дидактические с элементами движения, сюжетно-ролевые, подвижные, психологические, музыкальные, хороводные, театрализованные, игры-драматизации, игры на прогулке, подвижные игры имитационного характера;</li> <li>- <b>физкультурные занятия</b> игровые, сюжетные, тематические.</li> </ul>	
<b>Мероприятия групповые, межгрупповые совместно с родителями:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Физкультурные досуги (проводятся 1-2 раза в месяц);</li> <li>- спортивные праздники (проводятся 2-3 раза в год);</li> <li>- соревнования; - дни здоровья; - тематические досуги;</li> </ul>	
<b>Образовательная деятельность при проведении режимных моментов:</b>	<b>Физическое развитие:</b> комплексы закаливающих процедур, утренняя гимнастика, упражнения и подвижные игры во второй половине дня;	
<b>Самостоятельная деятельность детей:</b>	- <b>Физическое развитие</b> самостоятельные подвижные игры, игры на свежем воздухе, спортивные игры и занятия.	

При организации образовательного процесса учитываются принципы интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников. Компонент ДОО реализуется в целенаправленной, специально организованной деятельности всех педагогов. Осуществляя компенсацию речевых нарушений, педагоги планируют и решают коррекционные задачи на занятиях с детьми, используя специальные коррекционные технологии и методики, а также инновационные развивающие, здоровьесберегающие технологии. На каждом занятии в комплексе решаются как образовательные, так и коррекционно-развивающие задачи.

### 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

#### 3.1. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка

Программа предполагает создание следующих психолого-педагогических условий, обеспечивающих развитие ребенка в соответствии с его возрастными и индивидуальными возможностями и интересами.

**1. Личностно-порождающее взаимодействие взрослых с детьми**, предполагающее создание таких ситуаций, в которых каждому ребенку предоставляется возможность выбора деятельности, партнера, средств и пр.; обеспечивается опора на его личный опыт при освоении новых знаний и жизненных навыков.

**2. Ориентированность педагогической оценки на относительные показатели детской успешности**, то есть сравнение нынешних и предыдущих достижений ребенка, стимулирование самооценки.

**3. Формирование игры** как важнейшего фактора развития ребенка.

**4. Создание развивающей образовательной среды**, способствующей физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому, художественно-эстетическому развитию ребенка и сохранению его индивидуальности.

**5. Сбалансированность репродуктивной** (воспроизводящей готовый образец) **и продуктивной** (производящей субъективно новый продукт) **деятельности**, то есть деятельности по освоению культурных форм и образцов и детской исследовательской, творческой деятельности; совместных и самостоятельных, подвижных и статичных форм активности.

**6. Участие семьи** как необходимое условие для полноценного развития ребенка дошкольного возраста.

**7. Профессиональное развитие педагогов**, направленное на развитие профессиональных компетентностей, в том числе коммуникативной компетентности и мастерства мотивирования ребенка, а также владения правилами безопасного пользования Интернетом, предполагающее создание сетевого взаимодействия педагогов и управленцев, работающих по Программе.

#### 3.2. Организация развивающей предметно-пространственной среды

Важнейшим условием реализации Программы является создание развивающей и эмоционально комфортной для ребенка образовательной среды.

Развивающая предметно-пространственная среда – часть образовательной среды, представленная специально организованным пространством, материалами, оборудованием, электронными образовательными ресурсами (в том числе развивающими компьютерными играми) и средствами обучения и воспитания детей дошкольного возраста, охраны и укрепления их здоровья, предоставляющими возможность учета особенностей и коррекции недостатков их развития.

В соответствии со Стандартом РППС должна обеспечивать и гарантировать:

- охрану и укрепление физического и психического здоровья и эмоционального благополучия детей;
- максимальную реализацию образовательного потенциала пространства;
- построение вариативного развивающего образования, ориентированного на возможность свободного выбора детьми материалов, видов активности;
- открытость дошкольного образования и вовлечение родителей (законных представителей) непосредственно в образовательную деятельность;
- построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на уважение достоинства и личности, интересы и возможности каждого ребенка.
- создание равных условий, максимально способствующих реализации различных образовательных программ.

Для выполнения этой задачи РППС должна быть: **содержательно - насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, доступной, безопасной.**

Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики.

Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности).

Важную роль в решении задач по физическому развитию играет физкультурное оборудование: инвентарь. Пособия, игрушки. Физкультурное оборудование подобранно согласно требованию Сан.Пина, а так же на основе медико- педагогических исследований. Физкультурное оборудование способствует развитию основных движений и качеств. Физкультурное оборудование подобранно на основе возрастных особенностей, физической подготовленности. Физкультурный инвентарь позволяет расширить круг упражнений, формирующих и совершенствующих двигательные навыки.

### Принцип информативности:

При создании развивающей предметно – пространственной среды предусмотрены разнообразие тематики материалов и оборудования и активности детей во взаимодействии с предметным окружением.

Развивающая предметно – пространственная моделирует функциональное развитие деятельности ребенка тем, что в ней заложена информация», которая сразу себя не обнаруживает полностью, а побуждает ребенка к ее поиску.

### Принцип вариативности:

Принцип вариативности заключается в создании новых условий: за счет смены материала и оборудования, их рационального чередования.

### Принцип педагогической целесообразности:

Игровое оборудование создает оптимально насыщенную, целостную, многофункциональную среду с достаточным пространством для игр и занятий детей.

Спортивный зал оснащен разнообразным игровым оборудованием. Для полноценного физического развития детей имеются современные комплексы спортивного оборудования. Установлен интерактивным полом, позволяющей оживить пол любого помещения, превращая его в интерактивную поверхность. Ребенок, который находится в зоне проекции, своим движением начинает самостоятельно влиять на проецируемое оборудование. Таким образом, педагог может организовать интерактивные образовательные игровые сеансы с имитацией любого пространства, соответствующего поставленным задачам: поверхности земли в разные времена года, географические особенности поверхности земли, танцевальные поверхности, поверхности спортивных игр и многие другие материальные поверхности.

### 3.3. Кадровые условия реализации Программы

Ф. И. О. педагога	Образование	Квалификационная категория	Трудовой стаж			Курсы повышения квалификации (профессиональная переподготовка) за 3 года
			Общий	Педагогический	В данном учреждении	
Пахомова Анна Александровна	Высшее, Томский Государственный Университет, 2005г. Факультет психологии	1	20	9	4	-Профессиональная переподготовка ЧОУ ДПО «Профцентр-НГМА» Физическая культура в дошкольных учреждениях 2016г. -Повышение квалификации ЧОУ ДПО «Профцентр-НГМА» Адаптивная физкультура в ДОУ 2017г. -Повышение квалификации ФГБОУВО «ГЦОЛИФК» «Современные подходы к обучению плаванию детей дошкольного и младшего возраста» -Профессиональная переподготовка ООО «Инфоурок» «Организация и методическое обеспечение процессов физической и спортивной деятельности» 2019г. -Профессиональная переподготовка ООО «Инфоурок» «Организация деятельности тренера по плаванию» 2019г. - Повышение квалификации ООО «Инфоурок» «Организация работы с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) в соответствии с ФГОС» -Профессиональная переподготовка ООО «Инфоурок» «Организация и методическое обеспечение процессов физической и спортивной деятельности в отношении лиц с ограниченными возможностями здоровья» 2020г.

### 3.4. Материально-техническое обеспечение Программы

Материально-техническая обеспеченность образовательного процесса является одним из главных условий, обеспечивающий высокий уровень качества образования.

Основываясь на требованиях ФГОС, СанПиН, Примерного перечня игрового оборудования для учебно-материального обеспечения дошкольных образовательных

учреждений, в детском саду создана развивающая предметно-пространственная среда, ориентированная на использование адекватных возрасту форм работы с детьми, организацию разнообразной игровой деятельности детей, использование образовательных технологий деятельностного типа, эффективную организацию совместной и самостоятельной деятельности детей.

Для коррекционно-образовательной деятельности используется следующий объект:

Спортивный зал	Предназначен для физического воспитания детей, направленного на охрану жизни и укрепления их здоровья, своевременное формирование у них двигательных умений и навыков, развитие психофизических качеств и т.д.
Спортивная площадка	Предназначена для проведения с детьми утренней гимнастики, физкультурных занятий, подвижных и спортивных игр, спортивных праздников и развлечений

Размеры помещений, количество специализированных кабинетов, оснащенность соответствуют возрастным параметрам, имеются НИТ и ТСО, библиотека и полный комплект учебно-методических пособий. Кабинеты, музыкальный и физкультурный залы, спортивная площадка, бассейн оснащены необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарем. Содержание помещений соответствует требованиям, предъявляемых к их санитарному состоянию, а также требованиям пожарной безопасности.

В детском саду созданы условия для организации жизнедеятельности детей на свежем воздухе в течение всего дня. Зоны игровой территории отведены для каждой группы индивидуально. Для защиты детей от солнца и осадков на территории каждой группы установлены веранды.

На площадке имеются песочница и игровое оборудование, соответствующее возрасту детей. Все малые архитектурные формы надежно закреплены, находятся в исправном состоянии, без острых выступов, шероховатостей, устойчивые и безопасные.

Для занятий физической культурой на воздухе имеется спортивная площадка, оборудованная зонами для подвижных игр, гимнастическим оборудованием, спортивными снарядами, ямой для прыжков, беговой дорожкой, полосой препятствий.

На территории детского сада разбиты цветники, на которых воспитатели вместе с воспитанниками выращивают цветы, прививая детям трудовые и познавательные навыки.

Предметная образовательная среда группы в достаточном количестве оснащена и постоянно пополняется разнообразным оборудованием и дидактическими материалами по всем образовательным областям в соответствии с примерными общеобразовательными программами, реализуемыми в ДОО

### 3.5. Перечень нормативных и нормативно-методических документов

1. Конвенция о правах ребенка. Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года. — ООН 1990.
2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 31.12.2014, с изм. от 02.05.2015) «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс] // Официальный интернет-портал правовой информации: — Режим доступа: [pravo.gov.ru](http://pravo.gov.ru).
3. Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
4. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р о Концепции дополнительного образования детей.
5. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р о Стратегии развития воспитания до 2025 г. [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <http://government.ru/docs/18312/>.
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 19 декабря 2013 г. № 68 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3147-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к дошкольным группам, размещенным в жилых помещениях жилищного фонда».
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» // Российская газета. — 2013. — 19.07(№ 157).
8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 3 июня 2003 г. № 118 (ред. от 03.09.2010) «О введении в действие санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03» (вместе с «СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03. 2.2.2. Гигиена труда, технологические процессы, сырье, материалы, оборудование, рабочий инструмент. 2.4. Гигиена детей и подростков. Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы», утв. Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации 30 мая 2003 г.) (Зарегистрировано в Минюсте России 10 июня 2003 г., регистрационный № 4673)

9. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрирован Минюстом России 14 ноября 2013г., регистрационный № 30384).

10. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373 (ред. от 29.12.2014) «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (зарегистрирован Минюстом России 22 декабря 2009 г., регистрационный № 15785).

11. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897 (ред. от 29.12.2014) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (зарегистрирован Минюстом России 1 февраля 2011 г., регистрационный № 19644).

12. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 (ред. от 29.12.2014) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (зарегистрирован Минюстом России 7 июня 2012 г., регистрационный № 24480).

13. Приказ Минздравсоцразвития России от 26 августа 2010 г. № 761н (ред. от 31.05.2011) «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования» (Зарегистрирован в Минюсте России 6 октября 2010 г. № 18638)

14. Письмо Минобрнауки России «Комментарии к ФГОС ДО» от 28 февраля 2014 г. № 08-249 // Вестник образования.– 2014. – Апрель. – №7.

15. Письмо Минобрнауки России от 31 июля 2014 г. № 08-1002 «О направлении методических рекомендаций» (Методические рекомендации по реализации полномочий субъектов Российской Федерации по финансовому обеспечению реализации прав граждан на получение общедоступного и бесплатного дошкольного образования).

### 3.6. Перечень литературных источников

№	Название автора
1.	Вавилова Е.Н. «Учите детей бегать, прыгать, лазать, метать»
2.	Вавилова Е.Н. «Укрепляйте здоровье детей»
3.	Вавилова Е.Н. «Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость»
4.	Васильевой М.А., Гербовой В.В., Комаровой Т.С. «Программа воспитания и обучения в детском саду», 2004г.
5.	Васильева М.А., Гербова В.В., Комарова Т.С. «Физическое воспитание детей 2-7 лет», 2010г.
6.	Васильева М.А., Гербова В.В., Комарова Т.С. «Физкультурно-оздоровительная работа», 2010г.
7.	Веракса Н.Е. «От рождения до школы» М.: 2010г.
8.	Кенеман А.В. «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста»
9.	Кожухова Н.Н. «Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях», 2002г.
10.	Осокина Т.И. «Физическая культура в детском саду»
11.	Пономарев С.А. «Растите малышей здоровыми», 1992г.
12.	Потапчук А.А. «Двигательный игротренинг для дошкольников», 2002г.
13.	Рунова М.А. «Двигательная активность ребенка в детском саду», 2004г.
14.	Степаненкова Э.Я. «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка», 2001г.
15.	Шебеко В.Н. «Физическое воспитание дошкольников», 2000г.
16.	Адашквичене Э.И. «Спортивные игры и упражнения в детском саду», 1992г.
17.	Игнатовой Л.В., Волик О.И., «Укрепление здоровья детей в коррекционных группах» под редакцией Москва, 2008
18.	Александрова Е.Ю., «Остров здоровья», под редакцией Волгоград, 2006г
19.	Уманская А.А; Элементы точечного массажа
20.	Ткаченко Т.А., Коноваленко В.В. Пальчиковая гимнастика
21.	Стрельникова А.Н Дыхательная гимнастика.
22.	Чистякова Г., Элементы психогимнастики.

### 3.7. Программно-методическое обеспечение

#### Основные общеобразовательные программы

«От рождения до школы». Основная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010. - 304 с.

Программа для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7 лет, автор Н.В. Нищева;

Программа обучения детей с недоразвитием фонематического строя речи (подготовительная группа) /Авт. Г.А.Каше, Г.В.Чиркина/

Подготовка к школе детей с задержкой психического развития /Авт. С.Г.Шевченко/

#### Образовательная область «Физическая развитие»

##### Методические пособия

Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа. —Мозаика-Синтез, М.: 2009-2010.

Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. -М.: Мозаика-Синтез, 2009-2010.

Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. - М.: Мозаика-Синтез, 2010.

Степаненкова Э. Я. Методика физического воспитания. — М., 2005.

Степаненкова Э. Я. Методика проведения подвижных игр. — М.: Мозаика-Синтез, 2008-2010.

Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду, — М.: Мозаика-Синтез, 2005-2010.

Маханева М.Д. «Воспитание здорового ребенка» Пособие для практических работников дошкольных учреждений. Москва Акркти

Козырева О.В. «Оздоровительно-развивающие игры для дошкольников». Пособие для воспитателей и инструкторов физической культуры дошкольных образовательных учреждений. М., «Просвещение». 2007.

Кудрявцев В.Т. Егоров Б.Б «Развивающая педагогика оздоровления». Программно методическое пособие. Москва «Линка-Пресс». 2000.

Утробина К.К. «Занимательная физкультура для дошкольников 5-7 лет» Москва «Гном и Д» 2003.

Безубцева Г.В., Ермошина А.М. «В дружбе со спортом». Сценарии спортивных праздников. Москва. «Гном и Д», 2003. Шебеко В.Н. Ермак Н.Н. «Физкультурные праздники в детском саду». Москва. Просвещение» 2003.

Щербак А.П. «Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении». Пособие для педагогов дошкольных учреждений. Москва. «Владос»

Береснева З.И. «Здоровый малыш». Программа оздоровления детей в ДОУ. Москва. «Сфера». 2003.

Чупаха И.В. «Здоровый ребенок в здоровом социуме». Москва «Илекса»

Осокина Т.И. «Физическая культура в детском саду» - Москва, Просвещение

Кенеман А.В., Хухлаева Д.В.. «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста» - Москва, Просвещение

Хухлаева Д.В. « Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях» - Москва, Просвещение

Алямовская В.Г. « Физкультура в детском саду» - Москва, Чистые пруды, 2005;

Осокина Т.И., Чунтонова В.А. «Физическое воспитание детей на севере»- Москва, Просвещение

Фролов В.Г. «Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке» - Москва, Просвещение

##### Методические пособия

Новикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. — М.; Мозаика-Синтез, 2009-2010.

Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. — М.: Мозаика-Синтез, 2009-2010.

Ахметзянов И.М. «Охрана здоровья дошкольников» - Москва, Сфера, 2007; Ермак Н.Н. «Физические занятия в ДОУ: творческая школа для дошколят» - Ростов – на Дону, Феникс, 2004;

Каштанова Г.В. «Лечебная физкультура и массаж» - Москва, Арпти, 2006; Аникин Л.С., Вайнер Э.Н. «Профилактика и лечебная физкультура при нарушениях осанки и сколиоза у детей» - Липецк Муравьев В.А., Назарова Н.Н. «Воспитание физических качеств детей дошкольного

возраста» - Москва, Айрис Пресс, 2004;

Брызгунов И.П. « Научите детей не болеть» - Москва, Владос, 2004;

Горбатенко О.Ф. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ» - Волгоград, 2008;

Галанов А.С. «Психическое и физическое развитие ребенка от 3–х до 5 лет» - М., АРКТИ, 2002;

Доскин Р.А., Голубева Л.Г. «Как сохранить и укрепить здоровье ребенка»- М., Просвещение, 2006;

Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.

Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа. - Мозаика-Синтез, М.: 2010.

Пензулаева Л.И. Физкультурная культура в детском саду

Степаненкова Э.Я., автор-составитель, Сборник подвижных игр Для занятий с детьми 2-7 лет - М.: Мозаика-Синтез, 2014.

Содержание работы по физическому развитию двигательной активности детей группы общеразвивающей направленности для детей среднего дошкольного возраста (4-5 лет)

Учебные недели Тема недели Сентябрь	1 Педагогическая диагностика	2 Педагогическая диагностика	3 Осень	4 Овощи
Задачи	Упражнять в ходьбе и беге колонной, в энергичном отталкивании от пола двумя ногами. Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, подпрыгивать вверх энергично, подбрасывать мяч вверх и ловить двумя руками. Закрепить прокатывание мяча в прямом направлении, подлезание под шнур в группировке.			
1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, врассыпную, с высоким подниманием колен, перестроение в три звена.			
ОРУ	б/п	С флажками	С мячом	С обручем
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8
2-я часть: Основные виды движений	1.Ходьба и бег между 2-мя параллельными линиями (дл.-3 м, ш.-15 см) 2.прыжки на 2-х ногах с поворотом вправо и влево (вокруг обруча) 3.Ходьба и бег между 2-мя линиями (ш.-10см) 4.Прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед до флажка	1.Подпрыгивание на месте на 2-х ногах «Достань до предмета» 2.Прокатывание мячей друг другу, стоя на коленях. 3.Повтор подпрыгивания 4.Ползание на четвереньках с подлезанием под дугу	1.Прокатывание мячей друг другу 2-мя руками, и.п.- стоя на коленях 2.Подлезание под шнур, не касаясь руками пола 3.Подбрасывание мяча вверх и ловля 2-мя руками 4.Подлезание под дугу поточно на 2-х ногах между кеглями 5.Прыжки на 2-х ногах между кеглями	1.Ползание под шнур, не касаясь руками пола 2.Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе 3.Ходьба по скамейке (выс.-15см), перешагивая через кубики, руки на поясе 4.Игровое упражнение с прыжками на месте на 2-х ногах
Подвижные игры	«Найди себе пару»	«Пробеги тихо»	«Огуречик, огуречик»	«Подарки»
Малоподвижные игры	Ходьба по одному в колонне	«Карлики и великаны»	Ходьба с положениями рук	«Пойдем в гости»
Учебные недели Тема недели Октябрь	5 Фрукты	6 Грибы	7 Деревья	8 Домашние животные
Задачи	Учить сохранять устойчивое положение при ходьбе на повышенной опоре; находить свое место при ходьбе и беге, развивать глазомер и ритмичность шага при перешагивании через бруски. Упражнять в энергичном отталкивании от пола, в прокатывании мячей друг другу, развивать точность направления; в подлезании под дугу не касаясь руками пола, в ходьбе с изменением направления, в прыжках на 2-хногах.			
1-я часть: Вводная	Ходьба и бег в колонне с изменением направления, бег между предметами, ходьба с перешагиванием через бруски, ходьба врассыпную на сигнал построение в шеренгу, с перешагиванием через шнуры, на пятках			
ОРУ	б/п	б/п	С мячом	С кубиками
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8
2-я часть: Основные виды движений	1.Ходьба по гимнастической скамейке, не середине присесть. 2.Прыжки на 2-х ногах до предмета. 3.Ходьба по гимнастической скамейке с мешком на голове. 4.Прыжки на 2-х ногах до шнура, перепрыгнуть и пойти дальше	1.Прыжки на 2-х ногах из обруча в обруч. 2.Прокатывание мяча друг другу, и.п.- стоя на коленях. 3.Прокатывание мяча по мостику двумя руками перед собой.	1.Подбрасывание мяча вверх двумя руками. 2.Подлезание под дуги. 3.Ходьба по доске (ш.-15 см) с перешагиванием через кубики. 4.Прыжки на 2-х ногах между набивными мячами, положенными в две линии.	1. Подлезание под шнур (40см) с мячом в руках, не касаясь пола. 2. прокатывание мяча по дорожке. 3. Ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики. 4. Игровое задание «Кто быстрее», прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед, фронтально.
Подвижные игры	«Кот и мыши»	«Цветные автомобили»	«Совушка»«Огуречик, огуречик»	«Мы веселые ребята», «Карусели»
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне за «котом», как «мыши», чередование с обычной ходьбой	Танцевальные движения	«Найди и промолчи»	Ходьба в колонне по одному
Учебные недели Тема недели Ноябрь	9 Домашние птицы	10 Дикие животные	11 Перелетные птицы	12 Профессии
Задачи	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, бросании мяча о землю и ловле его двумя руками. Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления, в прыжках на двух ногах, в перебрасывании мяча; ползать на животе по скамейке, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе и на повышенной опоре, ползать на четвереньках, следить за правильной осанкой, ходьба и бег между предметами, не задевая их.			

1-я часть: Вводная	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени, бег враспынную, с остановкой на сигнал.			
ОРУ	б/п	б/п	С мячом	С флажками
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8
2-я часть: Основные виды движений	1. Прыжки на двух ногах через шнуры 2. Перебрасывание мяча двумя руками снизу (раст.-1.5м) 3. Прыжки на двух ногах продвигаясь вперед, перепрыгивая через шнуры. 4. Перебрасывание мячей друг другу 2-мя руками из-за головы (расст. 2м)	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине. 4. Прыжки на 2-х ногах до кубика (расст 3м.)	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Прыжки через бруски (взмах рук) 3. Ходьба по шнуру (по кругу). 4. Прыжки через бруски. 5. Прокатывание мяча между предметами, поставленными в одну линию.	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешком на голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками. 3. Игра «Переправься через болото». Подвижная игра «Ножки». Игровое задание «Сбей кеглю»
Подвижные игры	«Самолеты», «быстрой к своему флажку!»	«Цветные автомобили»	«Лиса в курятнике»	«У ребят порядок»
Малоподвижные игры	Ходьба по одному в колонне с дыхательными упражнениями	Ходьба в колонне по одному за ведущим с флажком в руках	«Найдем цыпленка»	Вверх и вниз» (ходьба в «гору и с горы»)
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Декабрь</b>	<b>13</b> <b>Инструменты</b>	<b>14</b> <b>Наш родной город. ХМАО - Югра</b>	<b>15</b> <b>Зима</b>	<b>16</b> <b>Зимующие птицы</b>
Задачи	Упражнять детей перестраиваться в пары на месте, упражнять в мягком приземлении при спрыгивании; закреплять умение прокатывать мяч, развивать глазомер, учить ловить мяч, упражнять в ползании на четвереньках на повышенной опоре, закреплять навык нахождения своего места в колонне, учить правильному хвату при ползании. Закреплять прыжки на 2-х ногах, учить соблюдать дистанцию во время передвижения.			
1-я часть: Вводная	Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными враспынную), по гимнастической скамейке, ходьба с поворотами на углах, ходьба со сменой ведущего, бег враспынную с нахождением своего места в колонне.			
ОРУ	б/п	С флажками	С кубиками	б/п
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8
2-я часть: Основные виды движений	1. Прыжки со скамейки (20см). 2. Прокатывание мячей между набивными мячами. 3. Прыжки со скамейки ( 25см) 4. Прокатывание мячей между предметами. 5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры ( 20см)	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу. 2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 3. Ходьба с перешагиванием через 5-6 набивных мячей.	1. Ползание по наклонной доске на четвереньках хват с боков (вверх, вниз). 2. Ходьба по скамейке, руки на поясе. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, «хлоп», встать и пройти дальше. 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.	1. Ходьба по гимнастической скамейке (на середине сделать поворот кругом). 2. Перепрыгивание через кубики на 2-х ногах. 3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы, выс. 25 см от пола. 4. Перебрасывание мяча друг другу, стоя в шеренгах (2 раза снизу) 5. Спрыгивание с гимн.скамейки.
Подвижные игры	«Трамвай», «Карусели»	«Поезд»	«Птичка и птенчики»	«Котята и щенята»
Малоподвижные игры	«Где спрятано?»	Ходьба обычным шагом и на носочках (в чередовании)	Ходьба в колонне по одному	«Не боюсь»
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Январь</b>	<b>17</b> <b>Животные севера</b>	<b>18</b> <b>Новый год. Зимние забавы</b>	<b>19</b> <b>Одежда</b>	<b>20</b> <b>Обувь</b>
Задачи	Упражнять с ходьбы и бега между предметами, закреплять умение отбивать мяч о пол, упражнять в ползании по скамейке на четвереньках. Ходьба со сменой ведущего с высоким подниманием колен. Закреплять умение подлезать под шнур. Учить соблюдать дистанцию во время передвижения. Закреплять умения действовать по сигналу. Разучить ходьбу по гимнастической скамейке с поворотом на середине; упражнять в перешагивании через препятствие.			
1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному, между предметами на носках; бег между предметами, враспынную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу, со сменой ведущего, с выполнением заданий.			
ОРУ	С мячом	С косичкой	С обручем	б/п
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8
2-я часть: Основные виды движений	1. Отбивание мяча одной рукой о пол (4-5 раз), ловля двумя руками. 2. Прыжки на двух ногах (ноги врозь, ноги вместе) вдоль каната (поточно). 3. Ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд. 4. Перебрасывание мячей друг другу (2 руки снизу)	1. Отбивание мяча о пол (10-12 раз) фронтально по подгруппам. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях (2-3 раза) 3. Прыжки на 2-х ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него слева и справа ( 2-3 раза)	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, встать и пройти дальше, спрыгнуть. 4. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета»	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть. 2. Перепрыгивание через кубики на 2-х ногах. 3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы ( выс. 25 см от пола). 4. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах ( 2 руки снизу)
Подвижные игры	«Найди себе пару»	«Самолет»	«Цветные автомобили»	«Котята и щенята»

Малоподвижные игры	Ходьба по ребристой доске	Танцевальные движения	«Где спрятано?»	«Кто назвал?»
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Февраль</b>	<b>21</b> <b>Посуда</b>	<b>22</b> <b>Мебель</b>	<b>23</b> <b>Человек</b>	<b>24</b> <b>День защитника отечества</b>
Задачи	Развивать умение быть инициативным в подготовке и уборке мест занятий. Учить ловить мяч двумя руками, в ходьбе и беге по кругу с изменением направления. Ходьба и бег по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры. Закрепить упражнения в равновесии, навык подлезания на четвереньках, упражнять в ходьбе с выполнением заданий, прыжках из обруча в обруч. Воспитывать и поддерживать дружеские отношения.			
1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий, на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки, ходьба и бег между мячами, бег в рассыпную с остановкой, перестроение в звенья.			
ОРУ	б/п	С мячом	б/п	б/п
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8
2-я часть: Основные виды движений	1.Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 2.Прокатывание мяча между предметами. 3.Прыжки через короткие шнуры (6-8 шт). 4.Ходьба по скамейке на носках (бег со спрыгиванием)	1.Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы. 2.Метание мешочков в верт. цель правой и левой рукой (5-6р) 3.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях, коленях. 4.прыжки на 2-х ногах между кубиками пост.в шахм. порядке.	1.Ползание по наклонной доске на четвереньках. 2.Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, высоко поднимая колени. 3.Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота-25см). 4.Прыжки на правой и левой ногу до кубика (2м).	1.Ходьба и бег по наклонной доске. 2.Игровое задание «Перепрыгни через ручеек». 3.Игровое задание «Пробели по мостику». 4.Прыжки на 2-х ногах из обруча в обруч.
Подвижные игры	«У медведя во бору»	«Воробышки и автомобиль»	«Перелет птиц»	«Кролики в огороде»
Малоподвижные игры	Ходьба с хлопком на счет «три»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба на месте с передвижением вправо, влево, вперед, назад.	«Найди и промолчи»
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Март</b>	<b>25</b> <b>8 Марта</b>	<b>26</b> <b>Весна</b>	<b>27</b> <b>Транспорт</b>	<b>28</b> <b>Продукты питания</b>
Задачи	Учить правильно занимать и.п при прыжках в длину с места, лазать по наклонной лестнице. Упражнять в бросании через сетку, в ходьбе и беге по кругу, с вып. задания, в прокатывании мяча вокруг предметов, в ползании на животе по скамейке, ходьбе и беге по наклонной доске, в перешагивании через предметы, учить сознательно относиться в правилам игры.			
1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному ,ходьба и бег парами «Лошадки», по кругу, с выполнением заданий по сигналу, перестроение в колонну по три, ходьба на носках, пятках, подскоком, в рассыпную			
ОРУ	С обручем	С мячом	С флажками	б/п
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8
2-я часть: Основные виды движений	1.Прыжки в длину с места ( фронт). 2.Перебрасывание мешочков через шнур. 3.Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы ( расстояние до шнура 2м) и ловля после отскока (парами). 4.Прокатывание мяча друг другу ( сидя ноги врозь)	1.Прокатывание мяча между кеглями, поставленными в 1 ряд (1м). 2.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3.Прокатывание мячей между предметами. 4.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине. 5.Ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки в стороны.	1.Лазание по наклонной лестнице, закр. за вторую рейку лестницы. 2.Ходьба по гимн.скам. на носках, руки в стороны. 3.Перешагивание через шнуры (6-8), положенных в одну линию. 4.Лазание по гимнастической стенке с продвижением вправо, спуск вниз. 5.Ходьба по гимнастической скамейке перешагивая через кубики, руки на поясе. 6.Прыжки на двух ногах через шнуры.	1. Ходьба и бег по наклонной доске. 2. Перешагивание через набивные мячи. 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на поясе, на середине перешагнуть через набивной мяч. 4. Прыжки на двух ногах через кубики.
Подвижные игры	«Бездомный заяц»	«Подарки»	«Охотники и зайцы»	«Наседка и цыплята»
Малоподвижные игры	Ходьба по одному в колонне	«Эхо»	«Найди зайца»	«Возьми флажок»
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Апрель</b>	<b>29</b> <b>Семья</b>	<b>30</b> <b>День Космонавтики</b>	<b>31</b> <b>Насикомые</b>	<b>32</b> <b>Животные жарких стран</b>
Задачи	Учить энергичному отталкиванию в прыжках в длину с места, замаху при метании мешочков на дальность, соблюдению дистанции во время передвижения и построения. Закреплять умение принимать правильное положение при прыжках в длину с места, в метании в горизонтальную цель, ползания на четвереньках, ходьбе по ограниченной площади опоры, на повышенной опоре. Развивать умение ходьбе и бегу со сменой ведущего. Повторить перебрасывание мяча друг другу.			
1-я часть: Вводная	Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, в рассыпную, с изменением направления, с остановкой по сигналу с заданием, перестроение в три звена, перестроение в пары. Ходьба и бег в рассыпную между предметами, не задевая их.			
ОРУ	б/п	С мячом	С косичкой	б/п
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8

2-я часть: Основные виды движений	1. Прыжки в длину с места ( фронтально). 2. Бросание мешочков в гориз.цель ( 3-4 р) поточно. 3. Метание мячей в верт.цель. 4. Отбивание мяча о пол одной рукой несколько раз..	1. Метание мешочков на дальность. 2. Ползание по гимн скам на ладонях и коленях. 3. Прыжки на 2-х ногах-до флажка-между предметами, поставленными в один ряд.	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивание через кубики. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 3. Лазание по гимн.стенке. 4. Ходьба по гимн.скам.пристг.шагом ( на середине присесть, встать. пройти)	1. Ходьба по наклонной доске (ширина 15, высота 35см). 2. Прыжки в длину с места. 3. Перебрасывание мячей друг другу. 4. Прокатывание мяча вокруг кегли двумя руками.
Подвижные игры	«Совушка»	«Воробышки и автомобили»	«Птички и кошки»	«Котята и щенята»
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному на носках с дыхательными упражнениями	«Стоп»	«Угадай по голосу»	Ходьба и танцевальные упражнения
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Май</b>	<b>33</b> <b>Ягоды</b>	<b>34</b> <b>День Победы. Рода войск российской армии</b>	<b>35</b> <b>Комнатные растения. Цветы</b>	<b>36</b> <b>Педагогическая диагностика</b>
Задачи	Учить бегать и ходить со сменой ведущего, лазать по гимнастической стенке. Упражнять в прыжках в длину с места, перебрасывание мяча друг другу, метание правой и левой рукой на дальность, в вертикальную цель, в ползании по скамейке на животе, в прыжках через скамейку в игре «Удочка»			
1-я часть: Вводная	Ходьба и бег со сменой ведущего, между предметами, высоко поднимая колени, в полуприседе, бег «Лошадки»			
ОРУ	С кубиками	С обручем	С гимнастической палкой	б/п
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8
2-я часть: Основные виды движений	1. прыжки через скакалку на 2-х ногах на месте. 2. Перебрасывание мяча двумя руками снизу в шеренгах (2-3м) 3. Метание правой и левой рукой на дальность.	1. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой. 2. Ползание на животе по гимнастической скамейке, хват с боков. 3. Прыжки через скакалку. Подвижная игра «Удочка»	1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой, на середине присесть и пройти дальше. 2. Прыжки на двух ногах между предметами. 3. Лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек.	1. Прыжки на двух ногах через шнуры. 2. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом. 3. Игровое задание «Один-двое». 4. Перебрасывание мячей друг другу -двумя руками -ловля после отскока.
Подвижные игры	«Котята и щенята»	«Зайцы и волк»	«Подарки»	«У медведя во бору»
Малоподвижные игры	«Узнай по голосу»	«Колпачок и палочка»	«Ворота»	«Найди «Мишу»

## Содержание работы по физическому развитию двигательной активности детей группы общеразвивающей направленности для детей старшего дошкольного возраста (5-6 лет)

Учебные недели Тема недели Сентябрь	1 Педагогическая диагностика	2 Педагогическая диагностика	3 Осень	4 Овощи
Задачи	Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке, ходьбе на носках, энергичному отталкиванию двумя ногами от пола взмахом рук в прыжке с доставанием до предмета, подбрасыванию мяча вверх, ходьбе с изменением темпа, пролезание в обруч, не задевая края. Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, врассыпную, в перебрасывании мяча, в подбрасывании мяча двумя руками вверх, в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру, в прыжках с продвижением вперед.			
1-я часть: Вводная	Ходьба и бег по одному, на носках, пятках, врассыпную, между предметами по сигналу, перестроение в три колонны, бег до 1 минуты, с высоким подниманием колен, проверка осанки, ходьба в медленном, обычном и быстром темпах.			
ОРУ	б/п			
№ занятия	1-2			
	С мячом		С палкой	
	3-4		5-6	
2-я часть: Основные виды движений	1. Ходьба с перешагиванием через кубики, через мячи. 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, змейкой между предметами. 3. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, после удара мяча о пол подбрасывание вверх двумя руками (не прижимая к груди) 4. Бег в среднем темпе до 1 минуты, чередование с ходьбой, ползание на четвереньках.	1. Подпрыгивание на 2-х ногах «Достань до предмета» (4-6 р) 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка. 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, на предпл. и коленях. 4. Ходьба по канату, боковым приставным шагом, руки на поясе, с мешочком на голове. 5. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы.	1. Пролезание в обруч в группировке, боком, прямо. 2. Перешагивание через бруски с мешочком на голове. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 4. Прыжки на двух ногах с мешочком между коленями и ходьба «Пингвин».	Игровые задания 1. Быстро в колонну 2. «Пингвин» 3. «Не промахнись» (кегли, мешки) 4. По мостику (с мешочком на голове) 5. Мяч о стенку 6. «Поймай мяч» («Собачка») 7. «Достань до колокольчика» Подвижные игры «Проползи, не задень» Ловишки с ленточкой «Найди свой цвет» «Найди свою пару» Передача мяча над головой
Подвижные игры	«Мышеловка»		«Мы веселые ребята»	
Малоподвижные игры	«У кого мяч»		Ходьба по 1 с выполнением заданий руками	
Учебные недели Тема недели Октябрь	5 Фрукты	6 грибы	7 Деревья	8 Домашние животные
Задачи	Учить перестроению в колонну по два, ходьба приставным шагом по гимнастической скамейке, повороту во время ходьбы по сигналу, делать поворот во время ходьбы и бега в колонну по два (парами). Упражнять в беге до 1 минуты, в перешагивании через шнуры и метанию мяча в цель, в равновесии и прыжках. Повторить пролезание в обруч боком, перебрасывании мяча друг другу, переползание через препятствие.			
1-я часть: Вводная	Перестроение в колонну по одному и по два, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 минуты, с перешагиванием через бруски, ходьба по сигналу поворот в другую сторону, на носках, пятках, в чередовании, на внешней стороне стопы.			
ОРУ	б/п			
№ занятия	1-2			
	С бмячом		С обручем	
	3-4		5-6	
2-я часть: Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, перешагивая через кубики. 2. Прыжки на двух ногах через шнуры, прямо, боком. 3. Броски мяча двумя руками от груди, перебрасывать друг другу двумя руками из-за головы. 4. Ходьба по гимнастической скамейке на середине присесть, встать и пройти дальше.	1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги. 2. Переползание через препятствие. 3. Метание в горизонтальную цель правой, левой рукой. 4. Ползание на четвереньках между предметами, подлезание под дугу прямо и боком, не касаясь, пола.	1. Пролезание через три обруча (прямо, правым, левым боком.) 2. Прыжки на двух ногах на препятствие (высота 20 см) с 3 шагов на препятствие. 3. Перелезание с преодолением препятствия. 4. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине повернуться, присесть, перешагнуть через мяч.	Игровые упражнения 1. «попади в корзину» 2. «Проползи, не задень» 3. «Не упади в ручей» 4. На одной ножке по дорожке 5. «Ловкие ребята» (с мячом) 6. «Перешагни, не задень» Подвижные игры 1. Ловишки 2. «Мы веселые ребята» 3. «Удочка» 4. «Защита товарища» 5. «Посади картофель» 6. «Затейники»
Подвижные игры	Перелет птиц		«Гуси-гуси...»	
Малоподвижные игры	Найди и промолчи		«Летает - не летает»	
Учебные недели Тема недели Ноябрь	9 Домашние птицы	10 Дикие животные	11 Перелетные птицы	12 Профессии
Задачи	Учить перекладывать мяч (мал) из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке, прыжкам на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед. Отработать навыки ходьбы с высоким подниманием колен; бег врассыпную, перебрасывания мяча в шеренге, ползание по скамейке на животе и ведение мяча между предметами, пролезание через обручи с мячом в руках, ходьба с			

	остановкой по сигналу. Закреплять подлезание под шнур боком и прямо, ходьбу «змейкой». Развивать ловкость и координацию движений, устойчивое равновесие.			
1-я часть: Вводная	Перестроение с шеренгу, колонну, повороты направо, налево, ходьба с высоким подниманием коленей, бег врассыпную, между кеглями, с изменением направления движения, перестроение в колонну по два и по три, ходьба и бег в чередовании, с выполнением фигур.			
ОРУ	С маленьким мячом	С обручем	С большим мячом	На гимнастической скамейке
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8
2-я часть: Основные виды движений	1. Ходьба по гимн.скамейке с переключением маленького мяча из правой руки в левую: перед собой и за спиной. 2. Прыжки на пр.и лев. ноге между кеглями, по 2 прыжка на пр.и лев.ногах. 3. перебрасывание мяча 2 рук снизу, из-за головы. 4. Ходьба на носках, руки за голову, между набивными мячами.	1. Ползание по гимн.скамейке на животе, подтягивание двумя руками. 2. Ведение мяча с продвижением вперед. 3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч. 4. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на предплечье	1. Подлезание под шнур боком, прямо, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по гимн. Скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 3. Прыжки на правой и левой ноге между предметами. 4. Игра «Волейбол» двумя мячами	Игровые упражнения 1. «Брось и поймай» 2. «Высоко и далеко» 3. «Ловкие ребята (прыжки через препятствие и на возвышение) Подвижные игры 1. «Большая птица» 2. «Мяч водящему» 3. «Горелки» 4. «Ловишки с ленточками» 5. «Найди свою пару» 6. «Кто скорее до флажка» (ползание по скамейке)
Подвижные игры	«Пожарные на учениях»	«Не оставайся на полу»	«Удочка»	
Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	«Угадай по голосу»	«Летает - не летает»	
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Декабрь</b>	<b>13</b> <b>Инструменты</b>	<b>14</b> <b>Наш родной город. ХМАО-Югра</b>	<b>15</b> <b>Зима</b>	<b>16</b> <b>Зимующие птицы</b>
Задачи	Учить ходьбе по наклонной доске, прыжкам с ноги на ногу с продвижением вперед, лазать по гимнастической стенке. Совершенствовать: бег в колонне по одному с сохранением дистанции, прыжки на двух ногах с преодолением препятствий, ползание на четвереньках между кеглями, подбрасывание и ловля мяча; развивать ловкость и глазомер, ползание по гимнастической скамейке на животе. Закреплять: равновесие в прыжке, бег врассыпную и по кругу с поворотом в другую сторону.			
1-я часть: Вводная	Бег и ходьба между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом в другую сторону, на сигнал «сделать фигуру». Ходьба в полуприседе, широким шагом.			
ОРУ	С палкой	б/п	С обручем	
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8
2-я часть: Основные виды движений	1. Ходьба по наклонной доске, закрепленной на гимнастической стенке, спуск по гимнастической стенке. 2. Ходьба по наклонной доске боком, приставным шагом. 3. Перешагивание через бруски, шнур, справа и слева от него. 4. Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы, стоя на коленях.	1. Перебрасывание мяча двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2. Прыжки попеременно на правой и левой ноге до обозначенного места. 3. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. 4. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.	1. Лазание по гимнастической стенке до верха. 2. Лазание разными способами, не пропуская реек. 3. Ходьба по гимнастической скамье боковым приставным шагом с мешочком на голове. 4. Ползание по гимнастической скамье с мешочком на спине. 5. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками снизу с хлопком перед ловлей.	Игровые упражнения 1. Перепрыгивание между препятствиями. 2. Подбрасывание и прокатывание мяча в различных положениях. 3. «Ловкие обезьянки» (лазание) 4. «Акробаты в цирке» 5. «Догони пару» 6. Бросание мяча о стенку
Подвижные игры	«Кто скорее до флажка»	«Охотники и зайцы»	«Хитрая лиса»	
Малоподвижные игры	«Сделай фигуру»	«Летает – не летает»		
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Январь</b>	<b>17</b> <b>Животные севера</b>	<b>18</b> <b>Новый год. Зимние забавы</b>	<b>19</b> <b>Одежда</b>	<b>20</b> <b>Обувь</b>
Задачи	Учить лазать по гимнастической стенке с переходом на соседний пролет. Упражнять в ходьбе и беге между предметами в прыжках с ноги на ногу, забрасывать мяч в кольцо, ползать на четвереньках, проталкивая мяч перед собой головой, в пролезании в обруч и в равновесии, в ведении мяча в прямом направлении. Повторить и закрепить ходьбу по наклонной доске, ходьбу с мешочком на голове, следить за осанкой и устойчивым равновесием.			
1-я часть: Вводная	Ходьба и бег между кубиками, положенных в шахматном порядке по кругу, держась за шнур, ходьба с выполнением заданий, бег врассыпную, с выполнением заданий, в чередовании, ходьба и бег с перешагиванием чрез набивные мячи.			
ОРУ	С кубиками	С косичкой	С мячом ( мал.)	б/п
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8
2-я часть: Основные виды	1. Ходьба по наклонной доске (выс.40см, шир 20см)	1. Прыжки в длину с места 2. Ползание под дугами, подталкивая мяч	1. Лазание по гимнастической стенке одноименным способом.	Игровые упражнения 1. Волейбол через сетку

движений	2. Прыжки на правой и левой ноге между кубиками. 3. Забрасывание мяча в корзину. 4. Перебрасывание мяча двумя руками от груди в шеренгах друг другу.	головой. 3. Бросание мяча вверх двумя руками снизу друг другу, от груди. 4. Пролезание в обруч боком. 5. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове, руки в стороны.	2. Ходьба по гимнастической скамье, приставляя пятку одной ноги к носку другой. 3. Прыжки через шнур - ноги врозь, ноги вместе. 4. Ведение мяча и забрасывание в баскетбольное кольцо.	2. Пас друг другу мячом 3. Ходьба по гимн. Скамье, отбивая мяч о пол 4. «Мой веселый звонкий мяч» 5. Точный бросок. Подвижные игры 1. «Мышеловка» 2. «Мяч водящему» 3. «Ловишки с ленточками» 4. «Не оставайся на полу» 5. «Пожарные на учениях» 6. «Найди свой цвет.
Подвижные игры	«Медведь и пчелы» (лазание)	«Совушка»	«Хитрая лиса»	
Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	«Съедобное-не съедобное»	«Угадай, что изменилось»	
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Февраль</b>	<b>21</b> <b>Посуда</b>	<b>22</b> <b>Мебель</b>	<b>23</b> <b>Человек</b>	<b>24</b> <b>День защитника отечества</b>
Задачи	Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске, метание мячей в вертикальную цель, лазание по гимнастической стенке. Закрепить перепрыгивание через бруски, забрасывание мяча в корзину, навык энергичного отталкивания и приземление при прыжках в длину с места, подлезание под дугу и отбивание мяча о пол, подлезание под палку и перешагивание через нее. Научить детей широким скользящим шагом. Учиться спускам со склона в нижней стойке и подъему на него «лесенкой». Воспитывать смелость			
1-я часть: Вводная	Ходьба и бег врассыпную, в колонне по одному, бег до 1.5 мин с изменением направления движения, ходьба и бег по кругу, взявши за руки, проверка осанки и равновесия, построение в три колонны, бег до 2 мин, ходьба с выполнением заданий на внимание. Взять лыжи, переместить их к месту занятий, разложить на снег. Пробегка без лыж. Упражнения на лыжах: Ходьба на месте поочередное поднятие то правой то левой ноги с лыжей, боковые шаги на лыжах вправо и лево.			
ОРУ	С обручем	С палкой	На скамейке	б/п
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8
2-я часть: Основные виды движений	1. Ходьба по наклонной доске, бег, спуск шагом 2. Перепрыгивание через бруски толчком обеих ног прямо, правым и левым боком. 3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо двумя руками из-за головы, от груди, с ведением мяча правой и левой рукой.	1. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой. 2. Подлезание под палку, перешагивая через нее (выс. 40 см) 3. Прыжки на двух ногах через косички. 4. Подбрасывание мяча одной рукой, ловля двумя руками. 5. Прыжки в длину с места.	1. Лазание одним и разными способами по гимн. Стенке. 2. Ходьба по гимн. Скамье приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за головой. 3. Прыжки с ноги на ногу между предметами, поставленными в один ряд. 4. Подбрасывание мяча и ловля его правой и левой рукой	1. Ходьба по учебной лыжне (80-100м) скользящим шагом (10-15 мин) 2. Ходьба вслед за инструктором скользящим шагом, стараясь не отрываться не отрывать лыж от снега. 3. На лыжной площадке имитировать подъем «лесенкой». 4. Принять стойку лыжника на месте, имитируя спуск со скалы. Подвижная игра «У кого будет меньше шагов»
Подвижные игры	Космонавты	Поймай палку	Бег по расчету	
Малоподвижные игры	Зима (мороз -стоять, вьюга-бег, снег - кружиться, метель-присесть)	Стоп	Ходьба в колонне по одному	
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Март</b>	<b>25</b> <b>8 Марта</b>	<b>26</b> <b>Весна</b>	<b>27</b> <b>Транспорт</b>	<b>28</b> <b>Продукты питания</b>
Задачи	Учить ходьбе по канату с мешочком на голове, прыжкам в высоту с разбега. Упражнять в ходьбе в колонне по одному с поворотом в другую сторону на сигнал, в прыжках из обруча в обруч, перебрасывании мяча друг другу, в метании в цель, в ходьбе и беге между предметами, с перестроением в пары и обратно. Повторить ползание на четвереньках между предметами, по скамейке на ладонях и ступнях, в подлезании под рейку в групп, построение в 3 колонны. Закреплять навыки скользящего шага и ступающего шага. Научить поворотам на месте вокруг пяток лыж, передвижение на лыжах между флажками.			
1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному, на сигнал поворот в другую сторону, бег с поворотом, перестроение в колонну по одному и в круг. Ходьба мелкими и широкими шагами, перестроение в колонну по 4. Взять лыжи, переместить их к месту занятий, разложить на снег. Пробегка без лыж. Упражнения на лыжах :Ходьба змейкой, ходьба правым (левым) боком.			
ОРУ	С мячом	б/п	С обручем	б/п
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8
2-я часть: Основные виды движений	1. Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове. 2. Прыжки из обруча в обруч, через набивные мячи. 3. Перебрасывание мячей с отскоком от пола и ловля двумя руками с хлопком в ладоши. 4. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи	1. Пройти по лыжне ступающим шагом, потом широким скользящим шагом (10-15 мин) 2. Пройти под вородцами, стараясь не сбить их. 3. На лыжной площадке: приставные шаги вправо и влево (стараясь ставить лыжи параллельно). 4. Переступание (боковым шагом) через палки, положение на снегу на расстоянии 1 м друг от друга.	1. Ходьба по гимн. скамье боком, приставным шагом, на середине присесть, повернуться кругом и пройти дальше. 2. Прыжки пр. и лев боком через косички (40 см), из обруча в обруч на 1 и 2 ногах. 3. Метание мешочков в гориз. цель. 4. Подлезание под дугу ( подряд 4-5 шт) не касаясь руками пола	1. Ходьба по переменному скользящим шагом, ступающим шагом по учебной лыжне 2. Ходьба на лыжах на согнутых ногах 3. Повороты на месте вокруг пяток лыж. 4. Передвижение на лыжах между флажками (стараясь не сбивать их)  Подвижные игры 1. «Кто дальше»
Подвижные игры	«Пожарные на учении»	«Догони меня»	«Не оставайся на полу»	

Малоподвижные игры	Эстафета «Мяч ведущему»		«Угадай по голосу»	
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Апрель</b>	<b>29</b> <b>Семья</b>	<b>30</b> <b>День Космонавтики</b>	<b>31</b> <b>Насекомые</b>	<b>32</b> <b>Животные жарких стран</b>
Задачи	Разучить: прыжки с короткой скакалкой, бег на скорость. Упражнять: в ходьбе по гимнастической скамейке, прыжках на двух ногах, метании в вертикальную цель, ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей, в равновесии и прыжках. Закрепить: и.п. при метании в вертикальную цель, навыки лазания по гимнастической стенке одноименным способом. Научить ходить на лыжах со сложенными руками за спиной руками, ходьба по лыжне без палок сильно размахивая руками. Закреплять повороты вокруг флажков, свободный спуск.			
1-я часть: Вводная	Ходьба по одному, ходьба и бег по кругу, враспынную, с перешагиванием через шнуры, бег до 1 минуты в среднем темпе, ходьба и бег между предметами. Взять лыжи, переместить их к месту занятий, разложить на снег. Пробегка без лыж.			
ОРУ	б/п	С косичкой	С мячом	б/п
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8
2-я часть: Основные виды движений	1. Ходьба на лыжах со сложенными за спиной руками по учебной лыжне. 2. Ходьба по лыжне без палок сильно размахивая руками. 3. Повороты вокруг флажков. 4. Свободный спуск с горки.	1. Прыжки через скакалку на месте с продвижением вперед. 2. Прокатывание обруча друг другу. 3. Пролетание в обруч 4. Ползание «по-медвежьи» 5. Метание мешочков в верт. цель. 6. «Мяч в кругу» ( футбол с водящим)	1. Лазание по гимнастической стенке одним способом 2. прыжки через скакалку 3. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове. 4. Прыжки через шнуры слева и справа, продвигаясь вперед.	Игровые упражнения 1. «Сбей кеглю» 2. «Пробеги – не задень» 3. «Догони обруч» 4. «Догони мяч» Эстафеты 1. Передача мяча над головой 2. «Пожарные на учениях» 3. «Метко в цель» 4. «Кто быстрее до флажка». Подвижная игра «Хитрая лиса»
Подвижные игры	«Через ворота»	«Удочка»	«Горелки»	
Малоподвижные игры		«Стоп»	«Кто ушел»	
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Май</b>	<b>33</b> <b>Ягоды</b>	<b>34</b> <b>День Победы. Рода войск российской армии</b>	<b>35</b> <b>Комнатные растения. Цветы</b>	<b>36</b> <b>Педагогическая диагностика</b>
Задачи	Разучить прыжки в длину с разбега. Упражнять в ходьбе и беге парами с поворотом в другую сторону, в перешагивании через набивные мячи, в прыжках на двух ногах, в перебрасывании мяча друг другу, лазании «по медвежьи», бросании мяча о пол одной рукой, ловля двумя. Закреплять: ползание по гимнастической скамейке на животе; бросание мяча о стену.			
1-я часть: Вводная	Ходьба и бег между предметами, враспынную между предметами, бег и ходьба парами с поворотом в другую сторону.			
ОРУ	б/п	С флажками	б/п	С ленточками на скамейке
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8
2-я часть: Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи лицом, боком. 2. Прыжки с продвижением вперед, с ноги на ногу, на 2 ногах. 3. Перебрасывание мяча друг другу т ловля после отскока от пола.	1. Прыжки в длину с разбега 2. Ползание «по-медвежьи» 3. Подлезание под дугу 4. Перебрасывание мяча друг другу от груди 5. Забрасывание мяча в кольцо ( баскетбол)	1. Ходьба по гимн.скам, ударя мячом о пол, и ловля его двумя руками 2. Ползание по гимн.скам на животе, подтягиваясь руками 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи по скамейке 4. Прыжки на левой и правой ноге между кеглями	Игровые упражнения 1. «Проведи мяч» (футбол) 2. пас друг другу 3. «Отбей волан» 4. «Прокати – не урони» (обруч) 5. «Забрось в кольцо» 6. «Мяч о пол» Эстафеты 1. «Чья команда дальше прыгнет?» 2. «Посадка овощей» 3. Бег через скакалку 4. «Горные спасатели» 5. «Большая птица» Подвижная игра «Космонавты»
Подвижные игры	«Караси и щука»	«Третий лишний»	«Перемени предмет»	
Малоподвижные игры	«Что изменилось?»	«Эхо»	«Тише едешь – дальше будешь»	

Содержание работы по физическому развитию двигательной активности детей группы общеразвивающей направленности для детей старшего дошкольного возраста (6-7 лет)

Учебные недели Тема недели Сентябрь	1 Педагогическая диагностика	2 Педагогическая диагностика	3 Осень	4 Овощи
Задачи	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, с соблюдением дистанции, с четким фиксированием поворотов, по кругу с остановкой по сигналу. Упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре; развивать точность при переброске мяча; координацию движения в прыжке с доставанием до предметов, при перешагивании через предметы. Повторить: упражнение на перебрасывание мяча и подлезание под шнур; в переползании через скамейку; прыжки на 2 ногах, акробатический кувырок.			
1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом ( 10 м-х, 20 м-б); бег врассыпную; ходьба и бег с различным положением рук; с четким поворотом на углах ( до 60с); перестроение в колонне по три.			
ОРУ	б/п	С палкой	С мячом	С обручем
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8
2-я часть: Основные виды движений	1. Ходьба по гимн.скам прямо, приставляя пятку к носку (с мешком на голове) 2. Прыжки на две ноги через шнур 3. Ходьба по гимн.скам.боком, приставным шагом через мячи. 4. Перебрасывание мячей друг другу: двумя руками снизу; двумя руками из-за головы( расстЗм)	1. Прыжки с разбега с доставанием до предмета 2. Подлезание под шнур правым и левым боком 3. Перебрасывание мячей друг другу 2 способами (расст 4м) 4. упражнение «Крокодил» 5. прыжки на двух ногах из обруча в обруч ( положение в шахматном порядке)	1. бросание мал.мяча вверх (пр. и лев. Руками) ловля 2 руками 2. Ползание на животе, подтягиваясь руками ( в конце кувырок) 3. Лазание по гимн.стенке с переходом на другой пролет 4. Ходьба по гимн.скам: с хлопками на каждый раз под ногой; на середине поворот, присесть и пройти дальше.	1. Игровые задания «Локи ребята» (тройки) 2. «Пингвины» ( мешочек зажат в коленях, прыжки по кругу) 3. «Догони свою пару» ( ускор) 4. «Проводи мяч» 5. «Круговая лапта» (выбивалы в кругу 2 команды) 6. Эстафеты: а. «Дорожка препятствий» б. «Пингвины» (2 ком) в. «Быстро передай» (боком) г. «Крокодилы» в парах 2 ком. д. «Фигуры»
Подвижные игры	«Кто скорее к флажку?»	«Не оставайся на полу»	«Жмурки»	
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному с дых.упр.	«Вершки и корешки»	«Найди и промолчи»	
Учебные недели Тема недели Октябрь	5 Фрукты	6 Грибы	7 Деревья	8 Домашние животные
Задачи	Закрепить навык ходьбы и бега между предметами; с изменением направления по сигналу; с высоким подниманием колен; со сменой темпа движения; бег между линиями. Упражнять в сохранении равновесия; в прыжках; бросании мяча; приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в переползании на четвереньках с дополнительным заданием. Развивать координацию движений. Разучить прыжки вверх из глубокого приседания.			
1-я часть: Вводная	Ходьба и бег в колонне по одному; «змейкой», с перешагиванием через предметы; высоко поднимая колени; со сменой темпа на сигнал; ходьба и бег между линиями. Бег в среднем темпе до 1,5 мин.			
ОРУ	Со скакалкой	С кеглями	Со скакалкой	С мячом
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8
2-я часть: Основные виды движений	1. Ходьба по гимн.скам: на носках, руки за голову, на середине сесть и пройти дальше; боком, прист.шагом с меш на голове. 2. прыжки через шнур и вдоль на 2 ногах, на пр. и лев.ногах 3. бросание малмяча: вверх, ловля двумя руками; перебрасывание друг другу	1.прыжки с высоты (40см) 2. отбивание мяча одной рукой на месте 3. ведение мяча, забрасывание мяча в корзину двумя руками 4. пролезание-через 3 обруча, в обруч прямо и боком	1.ведение мяча: по прямой, сбоку, между предметами, по полу, подталкивая мяч головой 2.ползание по гимн.скам. на животе: прямо, подтягиваясь руками 3.ходьба по рейке гимн. скам.руки за головой, с мешочком на голове 4.прыжки вверх из глубокого приседа	Игровые упражнения 1. «Проведи мяч» 2. «Круговая лапта» 3. «Кто самый меткий?» 4. «Эхо» (малой подвижности) 5. «Совушка» Эстафеты 1. «Кто быстрее?» ( ведение мяча) 2. «Мяч водящему» ( 2-3 команды) «Ловкая пара» 3. «Не задень!» ( 2-3команды)
Подвижные игры	«Стоп»	«Дорожка препятствий»	«Охотники и утки»	
Малоподвижные игры	«Вершки и корешки»	«Фигуры»	«Фигурная ходьба», «Улитка, иголка и нитка»	
Учебные недели Тема недели Ноябрь	9 Домашние птицы	10 Дикие животные	11 Перелетные птицы	12 Профессии
Задачи	Закрепить навыки ходьбы и бега по кругу; парами с преодолением препятствий; «змейкой» между предметами. Разучить ходьбу по канату; прыжки через короткую скакалку; бросание мешочков в горизонтальную цель; переход по диагонали на другой пролет по гимн.стенке. Упражнять в энергичном отталкивании в прыжках, подползание под шнур; прокатывании обручей, ползании по			

	скамейке с мешочком на спине, в равновесии.			
1-я часть: Вводная	Ходьба и бег в колонне по одному; врассыпную, парами; с ускорением; «змейкой» между предметами; с преодолением препятствий; по канату; перестроение в колонне по 2 в движении; бег в среднем темпе до 1,5 мин; ходьба с выполнением заданий			
ОРУ	С обручами	Со скакалкой	На гимнастической скамейке	Игра «Запрещенное движение»
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8
2-я часть: Основные виды движений	1. ходьба по канату боком приставным шагом 2. прыжки через шнуры 3. эстафета «Мяч водящему» 4. прыжки попеременно на левой и правой ногах через шнур	1. прыжки через короткую скакалку, вращая вперед 2. ползание под шнур боком 3. прокатывание обруча друг другу 4. «Попади в корзину» (баскетбольный вариант, расс. 3м)	1. ползание по гимн. скам с мешком на голове 2. метание в гориз. цели (расс 4м) 3. влезание на гимн. стенку и переход на другой прлет по диагонали 4. ходьба по гимн. скам боком приставным шагом, перешагивая через кубики, руки на поясе	игровые упражнения 1. «Перелет птиц» 2. «Лягушки и цапля» 3. «Что изменилось?» 4. «Удочка» 5. «Придумай фигуру» Эстафеты 1. «Быстро передай» (в колонне) 2. «Кто быстрее до флажка?» (прыжки на левой и правой ногах) 3. «Собери и разложи» (обруч) 4. Комбинированная эстафета; м/п игра «Летает, не летает» 5. «Муравейник» (эстафета)
Подвижные игры	«перелет птиц»	«мышеловка»	«Рыбак и рыбки»	
Малоподвижные игры	«Затейники»	«Эхо» (упражнение на дыхание)	«Придумай фигуру» (ходьба в колонне по одному с дых. упр)	
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Декабрь</b>	<b>13</b> <b>Инструменты</b>	<b>14</b> <b>Наш родной город. ХМАО-Югра</b>	<b>15</b> <b>Зима</b>	<b>16</b> <b>Зимующие птицы</b>
Задачи	Закреплять навыки ходьбы с выполнением задания по сигналу; бег с преодолением препятствий; парами, перестроение с одной колонны в 2 и 3; развивать координацию движений при ходьбе по ограниченной площади опоры; упражнять в прыжках; при переменном подпрыгивании на пр. и лев. ногах; в переползании по гимн. скам; в лазании по гимн. стенке с переходом на другой прлет; следить за осанкой во время выполнения упражнений на равновесие.			
1-я часть: Вводная	Ходьба с выполнением движений руками; с поворотом влево и вправо, в другую сторону по сигналу. Перестроения в ходьбе «1-2»; бег врассыпную, с преодолением препятствий (6-8 брусков) между набивными мячами.			
ОРУ	С мячом	С гимнастической палкой	С малым мячом	В парах
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8
2-я часть: Основные виды движений	1. лазание по гимн. стенке с переходом на другой прлет 2. забрасывания мяча в корзину двумя руками от груди 3. ходьба по гимн. скам с приседанием поочередно на пр. и лев. ноги, другая махом переносится снизу-сбоку скамейки 4. прыжки со скамейки на полусогнутые ноги 5. Эстафета «Передал-садись»	1. прыжки на правой и левой ногах через шнуры 2. перебрасывание мяча друг другу 2 руками из-за головы, стоя в шеренгах (расс 3м) 3. упражнение «Крокодил» 4. отбивание мяча в ходьбе 5. подбрасывание малого мяча вверх и ловля его после отскока от пола («Быстрый мячик»)	1. ходьба по скамейке навстречу друг другу, на середине разойтись, помогая друг другу 2. прыжки на двух ногах через шнуры, обручи 3. переползание по прямой «Крокодил» (расс. 3м) 4. ходьба с перешагиванием через набивные мячи 5. перебрасывания мяча 2 руками, ловля после хлопка или приседания	1. игровые упражнения: 2. «Догони пару» 3. «Ловкая пара» 4. (эстафета) 5. «Снайперы» 6. «Затейники» 7. (м/п игра) 8. «Горелки» 9. эстафеты «Передал-садись» «Гонка тачек» 10. п/и «Коршун и наседка» 11. «Загони льдинку» 12. «Догони мяч» 13. «Паутинка» (обруч, ленты)
Подвижные игры	«Ловля обезьян»	«Перемени предмет»	«Два мороза»	
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному	«Летает-не летает»	«Пройди бесшумно» (плоскост.)	
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Январь</b>	<b>17</b> <b>Животные севера</b>	<b>18</b> <b>Новый год. Зимние забавы</b>	<b>19</b> <b>Одежда</b>	<b>20</b> <b>Обувь</b>
Задачи	Разучить: ходьбу приставным шагом, прыжки на мягкое покрытие, метание набивного мяча. Закрепить: перестроение из 1 колонны в 2 по ходу движения, переползание со скамейки, развивать ловкость и координацию в упражнении с мячом; навыки ходьбы в чередовании с бегом, с выполнением заданий по сигналу; умение в прыжках энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги. Повторить: упражнение на равновесие на гимн. стенке, прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед.			
1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному приставным шагом с левой и правой ноги попеременно, перестроение в колонну по два; в чередовании с бегом, «змейкой»; в полуприседе, врассыпную. Бег «змейкой»; с поворотом на сигнал с высоким подниманием колен; подскоки: шаг, «голова по кругу». Повороты налево, направо.			
ОРУ	На скамейках	С кеглями	С большим мячом	б/п
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8

2-я часть: Основные виды движений	1. метание мешочков в вертикальную цель с расстояния 3м 2. подлезание под палку ( 40см) 3. перешагивание через шнур ( 40 см) 4. ползание по скамейке с мешочком на спине 5. отбивание мяча правой и левой рукой в движении 6. прыжки на левой и правой ноге через шнур 7. перебрасывание мяча друг другу от груди 2 руками	1. прыжки на мат с места ( толчком 2 ног) 2. прыжки с разбега ( 3 шага) 3. ведение мяча попеременно правой и левой руками 4. переползание со скамейки с мешочком на спине, с чередованием с подлезанием в обруч	1. метание набивного мяча двумя руками из-за головы 2. ходьба по гимнаст. скам, перешагивая через набивные мячи 3. влезание на гимнаст.стенку одноименным способом 4. прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед 5. ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове	игровые упражнения 1. Ведение мяча клюшкой «Ловкий хоккеист» 2. «Догони пару» 3. «Снайперы» ( кегли, мячи) 4. «Точный пас» 5. «Мороз-Красный нос» 6. «Жмурки» 7. «Платочек» эстафеты «Ловкий хоккеист» «Пронеси не урони» «Пробеги не задень» «Мяч водящему» «Воевода с мячом» «Гусеница»
Подвижные игры	«Кто скорее до флажка?»	«Ловишки с ленточкой»	«Горшки», «Волк во рву»	
Малоподвижные игры	«Что изменилось?»	Ходьба в колонне по 1, выполняя движения руками	Ходьба по массажным дорожкам	
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Февраль</b>	<b>21</b> <b>Посуда</b>	<b>22</b> <b>Мебель</b>	<b>23</b> <b>Человек</b>	<b>24</b> <b>День защитника отечества</b>
Задачи	Упражнять: в ходьбе и беге в колонне по одному с остановкой по сигналу; в прыжках и бросании мал. мяча; в ходьбе и беге с изменением направления; в ползании по гимнаст. скам.; ходьбе и беге между предметами; в пролезании между рейками; в перебрасывании мяча друг другу. Закреплять: равновесие, осанку при ходьбе на повышенной площадке опоры; энергично отталкиваться от пола в прыжках через препятствие; в пролезании в обруч; в ходьбе со сменой темпа движений. Развивать: ловкость и глазомер при метании в горизонтальную цель. Научить детей широким скользящим шагом. Учиться спуском со склона в нижней стойке и подъему на него «лесенкой». Воспитывать смелость			
1-я часть: Вводная	Ходьба с остановкой по сигналу «Фигура»; с изменением направления; между предметами; в рассыпную; бег в умеренном темпе до 1,5 мин; перестроение в колонне по 2 из; ходьба по канату боком приставным шагом. Взять лыжи, переместить их к месту занятий, разложить на снег. Пробежка без лыж. Упражнения на лыжах: Ходьба на месте поочередное поднятие то правой то левой ноги с лыжей, боковые шаги на лыжах вправо и лево.			
ОРУ	С м.мячом	С обручем	С малым мячом	б/п
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8
2-я часть: Основные виды движений	1. ходьба с перешагиванием через набивные мячи 2. прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед 3. бросание мяча вверх и ловля его двумя руками 4. ходьба по гимнаст. скам боком приставным шагом, руки за голову 5. бросание мяча с хлопком 6. прыжки через скакалку с промежуточным подскоком 7. прыжки на 2 ногах через 5-6 шнуров	1. прыжки через набивные мячи ( 6-8 штук) 2. метание в горизонтальную цель с расстояния 4м 3. ползание по скамейке с мешком на спине 4. прыжки с мячом, зажатым между колен (5-6 м) 5. Д ползание на животе, подтягиваясь 2 руками за край скам. 6. Пролезание в обруч, не касаясь верхнего края обруча	1. перебрасывание мяча друг другу снизу двумя руками, стоя в шеренгах ( расст3м) 2. пролезание в обруч ( 3шт.) поочередно прямо и боком 3. ходьба на носках между набивными мячами; пролезание между рейками 4. лазание по гимнаст.стенке 5. ходьба по гимнаст. скам боком приставным шагом с мешочком на голове	1. Ходьба по учебной лыжне (80-100м) скользящим шагом (10-15мин) 2. Ходьба вслед за инструктором скользящим шагом, стараясь не отрываться не отрывать лыж от снега. 3. На лыжной площадке имитировать подъем «лесенкой». 4. Принять стойку лыжника на месте, имитируя спуск со скалы.  Подвижная игра «У кого будет меньше шагов»
Подвижные игры	«Не попадись»	«Ловишка, лови ленту»	«Охотники и звери»	
Малоподвижные игры	«Эхо»	Ходьба в колонне по одному, корригир. ходьба	«Кто ушел?»	
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Март</b>	<b>25</b> <b>8 Марта</b>	<b>26</b> <b>Весна</b>	<b>27</b> <b>Транспорт</b>	<b>28</b> <b>Продукты питания</b>
Задачи	Закрепить навык ходьбы и бега в чередовании; перестроения в колонну по одному и по два ( в движении); лазание по гимнаст.стенке. Упражнять: в сохранении равновесия; в энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые ноги, в прыжках; в беге до 3 мин.; в ведении мяча ногой. Развивать: координацию движений в упражнении с мячом; ориентировку в пространстве; глазомер и точность попадания при метании. Разучить: вращение обруча на руке и на полу. Закреплять навыки скользящего шага и ступающего шага. Научить поворотам на месте вокруг пяток лыж, передвижение на лыжах между флажками.			
1-я часть: Вводная	Ходьба и бег в чередовании ( х-10м, б-20м); в рассыпную; строевые упражнения; перестроение в колонне по 2 в движении; в колонне по 1 в движении. Ходьба и бег через набивные мячи, с изменением направления движения; бег до 2,5 мин. Построение в 3 колонны на «1-2-3»; бег до 3 мин; ходьба и бег «змейкой» Взять лыжи, переместить их к месту занятий, разложить на снег. Пробежка без лыж. Упражнения на лыжах :Ходьба змейкой, ходьба правым (левым) боком.			
ОРУ	б/п	С палкой	б/п	С большим мячом
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8
2-я часть: Основные виды	1.Пройти по лыжне ступающим шагом, потом широким скользящим шагом (10-	1. прыжки в длину с места; 2. метание в вертикальную цель левой и	1. Ходьба по попеременно скользящим шагом, ступающим шагом по учебной лыжне	игровые задания 1. «Через болото по кочкам» ( из обруча в обруч)

движений	15мин) 2.Пройти под вородцами, стараясь не сбить их. 3.На лыжной площадке: приставные шаги вправо и влево (стараясь ставить лыжи параллельно). 4.Переступание (боковым шагом) через палки, положение нба снегу на расстоянии 1м друг от друга.	правой руками 3. лазание по гимн.скам на ладонях и коленях 4. пролезание под шнур ( выс.40см), не касаясь руками пола 5. ходьба по скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе	2.Ходьба на лыжах на согнутых ногах 3.Повороты на месте вокруг пяток лыж. 4.Передвижение на лыжах между флажками (стараясь не сбивать их)	2. «Ведение мяча» ( футбол) 3. «Мяч о стенку» 4. «Быстро по местам» 5. «Тяни в круг» эстафеты 1. «Пингвины» 2. «Пробеги-не сбей» 3. волейбол с большим мячом 4. «Мишень-корзинка» 5. «Ловкие ребята»: прыгнуть по наклонной лестнице, по скамейке на четвереньках
Подвижные игры	«Догони меня»	«Горелки»	«Кто дальше»	
Малоподвижные игры		«Придумай фигуру»		
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Апрель</b>	<b>29</b> <b>Семья</b>	<b>30</b> <b>День Космонавтики</b>	<b>31</b> <b>Насекомые</b>	<b>32</b> <b>Животные жарких стран</b>
Задачи	Учить: ходьбе парами по ограниченной площади опоры, ходьбе по кругу во встречном направлении. «Улитка» Закреплять: ходьбу с изменением направления; бег с высоким подниманием бедра; навык ведения мяча в прямом направлении; лазание по гимнастической скамейке; метание в вертикальную цель; ходьбу и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу; лазание по гимн.стенке одноименным способом. Повторить: прыжки с продвижением вперед; ходьбу и бег с ускорением и замедлением; ползание по гимн.скам; равновесие; прыжки через короткую скакалку; сохранение равновесия при ходьбе по канату. Совершенствовать: прыжки в длину с разбега. Научить ходить на лыжах со сложенными руками за спиной руками, ходьба по лыжне без палок сильно размахивая руками. Закреплять повороты вокруг флажков, свободный спуск.			
1-я часть: Вводная	Ходьба с изменением направления; с ускорением и замедлением движений по сигналу; с изменением направления движения; «Улитка»-ходьба в 2 круга во встречном направлении; бег со средней скоростью до 80 м ( 1,5 мин); бег с перешагиванием через шнуры; ходьба враспынную, по сигналу построение в колонне по одному, перестроение на «1-2». Взять лыжи, переместить их к месту занятий, разложить на снег. Пробежка без лыж.			
ОРУ	С обручами	б/п	Со скакалкой	б/п
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8
2-я часть: Основные виды движений	1. ходьба парами по двум параллельным скамейкам 2. прыжки на двух ногах по прямой с меш, зажатым между коленями 3. метание мешочков в гориз.цель 4. ходьба по гимн.скам. навстречу друг другу, на середине разойтись 5. метание набивного мяча двумя руками из-за головы	1.Ходьба на лыжах со сложенными за спиной руками по учебной лыжне. 2.Ходьба по лыжне без палок сильно размахивая руками. 3.Повороты вокруг флажков. 4.Свободный спуск с горки.	1. метание мешочка в вертикальную цель правой и левой руками от плеча ( 4м) 2. лазание по гимн.скам. с мешочком на спине «Кто быстрее?» 3. прыжки через скакалку произвольным способом 4. ходьба по рейке гимн.скам 5. ходьба боком приставным шагом, по канату 6. прыжки в длину с разбега	1. игровые задания 2. «Кто быстрее соберется?» 3. «перебрось-поймай» 4. «Передал-садись» 5. дни недели 6. эстафеты 7. бег со скакалкой 8. «Рыбак и рыбки» 9. мяч через сетку 10. «Быстроразложи-быстро собери» 11. «Мышеловка» 12. «Ловишки с ленточкой»
Подвижные игры	«Ловля обезьян»	«Через воротца»	«Охотники и утки»	
Малоподвижные игры	«Пройди – не задень»		Ходьба с выполнением задания руками	
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Май</b>	<b>33</b> <b>Ягоды</b>	<b>34</b> <b>День Победы. Рода войск российской армии</b>	<b>35</b> <b>Комнатные растения. Цветы</b>	<b>36</b> <b>Педагогическая диагностика</b>
Задачи	Разучить: бег на скорость; бег со средней скоростью до 100 м. Упражнять: в прыжках в длину с разбега; в перебрасывании мяча в шеренгах; в равновесии в прыжках; в забрасывании мяча в корзину двумя руками. Повторить: упражнение «Крокодил»; прыжки через скакалку, ведение мяча.			
1-я часть: Вводная	Повторить разные виды ходьбы и бега; ходьба и бег с перешагиванием через предметы; строевые упражнения			
ОРУ	С м.мячом	С гимнастической палкой	С большим мячом	С обручами
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8

2-я часть: Основные виды движений	1. ходьба по скамейке с мячом в руках; на каждый шаг передача мяча перед собой и за спиной 2. прыжки в длину с разбега 3. метание набивного мяча 4. ходьба по гимнастической скамейке с выполнением хлопка под коленом на каждый шаг	1. бег на скорость-30м 2. прыжки в длину с разбега 3. перебрасывание мяча в шеренгах 2 руками из-за головы ( расст 4м); 2 руками от груди 4. ведение мяча ногой по прямой	1. прыжки через скакалку 2. п/и «Передача мяча в колонне» 3. бег со средней скоростью 100м 4. ведение мяча и забрасывание в корзину 5. переползание на 2 руках «Крокодил»	1. игровые задания 2. «Крокодил» 3. прыжки разными способами через скакалку 4. «Кто выше прыгнет?» (в высоту) 5. эстафета «Мяч водящему» 6. эстафеты 7. кто быстрее? (бег) 8. детский волейбол (через сетку 2 мячами) 9. ловкие футболисты 10. комбинированная эстафета: ползание по скамейке, подтягиваясь руками; прыжки через скакалку; ползание под дугой; перепрыгивание через рейку 11. «Кто дальше прыгнет?»
Подвижные игры	«Мышеловка»	«Лодочки и пассажиры»	«Прыгни-присядь»	
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному	Запрещенное движение		

**Приложение**

**Содержание работы по физическому развитию двигательной активности детей группы компенсирующей направленности для детей старшего дошкольного возраста (5-6 лет)**

Учебные недели Тема недели Сентябрь	1 Педагогическая диагностика	2 Педагогическая диагностика	3 Осень	4 Овощи	Коррекционная работа
Задачи	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, с соблюдением дистанции, с четким фиксированием поворотов; по кругу с остановкой по сигналу. Упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре; развивать точность при переброске мяча; координацию движения в прыжке с доставанием до предметам, при перешагивании через предметы. Повторить: упражнение на перебрасывание мяча и подлезание под шнур; в переползании через скамейку; прыжки на 2 ногах, акробатический кувырок.				Коррекционная работа
1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом ( 10 м-х, 20 м-б); бег врассыпную; ходьба и бег с различным положением рук; с четким поворотом на углах ( до 60с); перестроение в колонне по три.				Игра «Гонка катеров». Игра «Море волнуется раз»
ОРУ	б/п		С мячом	С обручем	
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8	
2-я часть: Основные виды движений	5. Ходьба по гимн.скам прямо, приставляя пятку к носку (с мешком на голове) 6. Прыжки на две ноги через шнур 7. Ходьба по гимн.скам.боком, приставным шагом через мячи. 8. Перебрасывание мячей друг другу: двумя руками снизу; двумя руками из-за головы( расст3м)	Дыхательное упражнение «Подуем на правое плечо, подуем на левое плечо». Игровое упражнение Погладь свои руки, погладь свои ноги, погладь свой живот, обними себя.	5. бросание мал.мяча вверх (пр. и лев. Руками) ловля 2 руками 6. Ползание на животе, подтягиваясь руками ( в конце кувырок) 7. Лазание по гимн.стенке с переходом на другой пролет 8. Ходьба по гимн.скам: с хлопками на каждый раз под ногой; на середине поворот, присесть и пройти дальше.	7. Игровые задания «Локие ребята» (тройки) 8. «Пингвины» ( мешочек зажат в коленях, прыжки по кругу) 9. «Догони свою пару» ( ускор) 10. «Проводи мяч» 11. «Круговая лапта» (выбивалы в кругу 2 команды) 12. Эстафеты: а. «Дорожка препятствий» б. «Пингвины» (2 ком) в. «Быстро передай» (бокком) г. «Крокодилы» в парах 2 ком. д. «Фигуры»	
Подвижные игры	«Кто скорее к флажку?»		«Жмурки»		
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному с дых.упр.		«Найди и промолчи»		
Учебные недели Тема недели Октябрь	5 Фрукты	6 Грибы	7 Деревья	8 Домашние животные	
Задачи	Закрепить навык ходьбы и бега между предметами; с изменением направления по сигналу; с высоким подниманием колен; со сменой темпа движения; бег между линиями. Упражнять в сохранении равновесия; в прыжках; бросании мяча; приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в				Игра «Подводный вулкан»

	переползании на четвереньках с дополнительным заданием. Развивать координацию движений. Разучить прыжки вверх из глубокого приседания.				Игры с мячами. Игра «Салки»
1-я часть: Вводная	Ходьба и бег в колонне по одному; «змейкой», с перешагиванием через предметы; высоко поднимая колени; со сменой темпа на сигнал; ходьба и бег между линиями. Бег в среднем темпе до 1,5 мин.				Игра – аттракцион «Достань из корзины»
ОРУ	Со скакалкой		Со скакалкой		С мячом
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8	
2-я часть: Основные виды движений	1. Ходьба по гимн. скам: на носках, руки за голову, на середине сесть и пройти дальше; боком, прист. шагом с меш на голове. 2. прыжки через шнур и вдоль на 2 ногах, на пр. и лев. ногах 3. бросание малмяча: вверх, ловля двумя руками; перебрасывание друг другу	Игра «Дрессированные дельфины» Упражнение «Дельфин».	1. ведение мяча: по прямой, сбоку, между предметами, по полу, подталкивая мяч головой 2. ползание по гимн. скам. на животе: прямо, подтягиваясь руками 3. ходьба по рейке гимн. скам. руки за головой, с мешочком на голове 4. прыжки вверх из глубокого приседа	Игровые упражнения 6. «Проведи мяч» 7. «Круговая лапта» 8. «Кто самый меткий?» 9. «Эхо» (малой подвижности) 10. «Совушка» Эстафеты 4. «Кто быстрее?» (ведение мяча) 5. «Мяч водящему» (2-3 команды) «Ловкая пара» 6. «Не задень!» (2-3 команды)	
Подвижные игры	«Стоп»	Игра «Буксир» Игра «Невод»	«Охотники и утки»		
Малоподвижные игры	«Вершки и корешки»		«Фигурная ходьба», «Улитка, иглолка и нитка»		
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Ноябрь</b>	<b>9</b> <b>Домашние птицы</b>		<b>11</b> <b>Перелетные птицы</b>		<b>12</b> <b>Профессии</b>
Задачи	Закрепить навыки ходьбы и бега по кругу; парами с преодолением препятствий; «змейкой» между предметами. Разучить ходьбу по канату; прыжки через короткую скакалку; бросание мешочков в горизонтальную цель; переход по диагонали на другой пролет по гимн. стенке. Упражнять в энергичном отталкивании в прыжках, подползание под шнур; прокатывании обручей, ползании по скамейке с мешочком на спине, в равновесии.				Игра на развитие воображения, слуховой памяти «Магазин игрушек»
1-я часть: Вводная	Ходьба и бег в колонне по одному; враспынную, парами; с ускорением; «змейкой» между предметами; с преодолением препятствий; по канату; перестроение в колонне по 2 в движении; бег в среднем темпе до 1,5 мин; ходьба с выполнением заданий				Игра «Водолазы»
ОРУ	С обручами		На гимнастической скамейке		Игра «Запрещенное движение»
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8	
2-я часть: Основные виды движений	1. ходьба по канату боком приставным шагом 2. прыжки через шнуры 3. эстафета «Мяч водящему» 4. прыжки попеременно на левой и правой ногах через шнур	Игра «Конники спортсмена»	1. ползание по гимн. скам с мешком на голове 2. метание в гориз. цели (расст 4м) 3. влезание на гимн. стенку и переход на другой пролет по диагонали 4. ходьба по гимн. скам. боком приставным шагом, перешагивая через кубики, руки на поясе	игровые упражнения 6. «Перелет птиц» 7. «Лягушки и цапля» 8. «Что изменилось?» 9. «Удочка» 10. «Придумай фигуру» Эстафеты 6. «Быстро передай» (в колонне) 7. «Кто быстрее до флажка?» (прыжки на левой и правой ногах) 8. «Собери и разложи» (обруч) 9. Комбинированная эстафета; м/п игра «Летает, не летает» 10. «Муравейник» (эстафета)	
Подвижные игры	«перелет птиц»		«Рыбак и рыбки»		
Малоподвижные игры	«Затейники»		«Придумай фигуру» (ходьба в колонне по одному с дых. упр)		
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Декабрь</b>	<b>13</b> <b>Инструменты</b>		<b>15</b> <b>Зима</b>		<b>16</b> <b>Зимующие птицы</b>
Задачи	Закреплять навыки ходьбы с выполнением задания по сигналу; бег с преодолением препятствий; парами, перестроение с одной колонны в 2 и 3; развивать координацию движений при ходьбе по ограниченной площади опоры; упражнять в прыжках; при переменном подпрыгивании на пр. и лев. ногах; в переползании по гимн. скам; в лазании по гимн. стенке с переходом на другой пролет; следить за осанкой во время выполнения упражнений на равновесие.				Игра – эстафета «Передай шляпу». «Кот в сапогах»
1-я часть: Вводная	Ходьба с выполнением движений руками; с поворотом влево и вправо, в другую сторону по сигналу. Перестроения в ходьбе «1-2»; бег враспынную, с преодолением препятствий (6-8 брусков) между набивными мячами.				Игра «Смелые ребята»
ОРУ	С м. мячом		С малым мячом		В парах
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8	

2-я часть: Основные виды движений	6. лазание по гимн.стенке с переходом на другой пролет 7. забрасывания мяча в корзину двумя руками от груди 8. ходьба по гимн.скам с приседанием поочередно на пр.илевоноги, другая махом переносится снизу-сбоку скамейки 9. прыжки со скамейки на полусогнутые ноги 10. Эстафета «Передал -садись»	Игра «Подводный вулкан»	6. ходьба по скамейке навстречу друг другу, на середине разойтись, помогая друг другу 7. прыжки на двух ногах через шнуры, обручи 8. переползание по прямой «Крокодил» (расс.3м) 9. ходьба с перешагиванием через набивные мячи 10. перебрасывания мяча 2 руками, ловля после хлопка или приседания	14. игровые упражнения: 15. «Догони пару» 16. «Ловкая пара» 17. (эстафета) 18. «Снайперы» 19. «Затейники» 20. (м/п игра) 21.«Горелки» 22. эстафеты «Передал-садись» «Гонка тачек» «перемени предмет» 23. п/и «Коршун и насадка» 24. «Загони льдинку» 25. «Догони мяч» 26. «Паутинка» ( обруч, ленты)	27.
Подвижные игры	«Ловля обезьян»	Игры с мячами.	«Два мороза»		
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному	Игра «Салки»	«Пройди бесшумно» (плоскост.)		
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Январь</b>	<b>17</b> <b>Животные севера</b>	<b>18</b> <b>Новый год. Зимние забавы</b>	<b>19</b> <b>Одежда</b>	<b>20</b> <b>Обувь</b>	
Задачи	Разучить: ходьбу приставным шагом, прыжки на мягкое покрытие, метание набивного мяча. Закрепить: перестроение из 1 колонны в 2 по ходу движения, переползание со скамейки, развивать ловкость и координацию в упражнении с мячом; навыки ходьбы в чередовании с бегом, с выполнением заданий по сигналу; умение в прыжках энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги. Повторить: упражнение на равновесие на гимн.стенке, прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед.				Игра «Конники спортсмена»
1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному приставным шагом с левой и правой ноги попеременно, перестроение в колонну по два; в чередовании с бегом, «змейкой»; в полуприседе, враспынную. Бег «змейкой»; с поворотом на сигнал» с высоким подниманием колен; подскоки: шаг, «голова по кругу». Повороты налево, направо.				Игра «Чехарда».
ОРУ	На скамейках		С большим мячом	б/п	
№ занятия	1-2		5-6	7-8	
2-я часть: Основные виды движений	8. метание мешочков в вертикальную цель с расстояния 3м 9. подлезание под палку (40см) 10. перешагивание через шнур (40 см) 11. ползание по скамейке с мешочком на спине 12. отбивание мяча правой и левой рукой в движении 13. прыжки на левой и правой ноге через шнур 14. перебрасывание мяча друг другу от груди 2 руками	Дыхательное упражнение «Лес шумит»	6. метание набивного мяча двумя руками из-за головы 7. ходьба по гимн .скам, перешагивая через набивные мячи 8. влезание на гимн.стенку одноименным способом 9. прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед 10. ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове	игровые упражнения 8. Ведение мяча кляшкой «Ловкий хоккеист» 9. «Догони пару» 10. «Снайперы» (кегли, мячи) 11. «Точный пас» 12. «Мороз-Красный нос» 13. «Жмурки» 14. «Платочек» эстафеты «Ловкий хоккеист» «Пронеси не урони» «Пробеги не задень» «Мяч водящему» «Воевода с мячом» «Гусеница»	
Подвижные игры	«Кто скорее до флажка?»	Игры по желанию детей	«Горшки», «Волк во рву»		
Малоподвижные игры	«Что изменилось?»		Ходьба по массажным дорожкам		
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Февраль</b>	<b>21</b> <b>Посуда</b>	<b>22</b> <b>Мебель</b>	<b>23</b> <b>Человек</b>	<b>24</b> <b>День защитника отечества</b>	
Задачи	Упражнять: в ходьбе и беге в колонне по одному с остановкой по сигналу; в прыжках и бросании мал. мяча; в ходьбе и беге с изменением направления; в ползании по гимн.скам.; ходьбе и беге между предметами; в пролезании между рейками; в перебрасывании мяча друг другу. Закреплять: равновесие, осанку при ходьбе на повышенной площадке опоры; энергично отталкиваться от пола в прыжках через препятствие; в пролезании в обруч; в ходьбе со сменой темпа движений. Развивать: ловкость и глазомер при метании в горизонтальную цель.				Игра – эстафета «Поезда»
1-я часть: Вводная	Ходьба с остановкой по сигналу «Фигура»; с изменением направления; между предметами; враспынную; бег в умеренном темпе до 1,5 мин; перестроение в колонне по 2 и3; ходьба по канату боком приставным шагом.				Игра «Веселые подводники»
ОРУ	С м.мячом		С малым мячом	б/п	
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8	

2-я часть: Основные виды движений	8. ходьба с перешагиванием через набивные мячи 9. прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед 10. бросание мяча вверх и ловля его двумя руками 11. ходьба по гимн. скам боком приставным шагом, руки за голову 12. бросание мяча с хлопком 13. прыжки через скакалку с промежуточным подскоком 14. прыжки на 2 ногах через 5-6 шнуров	Игра – эстафета «Выгрузка арбузов», «Репка»	6. перебрасывание мяча друг другу снизу двумя руками, стоя в шеренгах ( расст3м) 7. пролезание в обруч ( 3шт.) поочередно прямо и боком 8. ходьба на носках между набивными мячами; пролезание между рейками 9. лазание по гимн. стенке 10. ходьба по гимн. скам боком приставным шагом с мешочком на голове	1. игровые задания 2. «Пробеги-не задень» 3. «По местам» 4. «Мяч водящему» 5. «Пожарные на учениях» 6. «Ловишки с мячом» 7. эстафеты 8. прыжковая эстафета со скамейки 9. «Дни недели» 10. «Мяч от пола» 11. «Через тоннель» 12. «Большая птица» 13. «Палочка-выручалочка» 14. ( с расчетом по порядку)	15.
Подвижные игры	«Не попадись»	Игра «Паровая машина».	«Охотники и звери»		
Малоподвижные игры	«Эхо»	Дыхательное упражнение «Лес шумит»	«Кто ушел?»		
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Март</b>	<b>25</b> <b>8 Марта</b>	<b>26</b> <b>Весна</b>	<b>27</b> <b>Транспорт</b>	<b>28</b> <b>Продукты питания</b>	
Задачи	Закрепить навык ходьбы и бега в чередовании; перестроения в колонну по одному и по два ( в движении); лазание по гимн.стенке. Упражнять: в сохранении равновесия; в энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые ноги, в прыжках; в беге до 3 мин.; в ведении мяча ногой. Развивать: координацию движений в упражнении с мячом; ориентировку в пространстве; глазомер и точность попадания при метании. Разучить: вращение обруча на руке и на полу				
1-я часть: Вводная	Ходьба и бег в чередовании ( х-10м, б-20м); враспынную; строевые упражнения; перестроение в колонне по 2 в движении; в колонне по 1 в движении. Ходьба и бег через набивные мячи, с изменением направления движения; бег до 2,5 мин. Построение в 3 колонны на «1 -2-3»; бег до 3 мин; ходьба и бег «змейкой»				
ОРУ	б/п	б/п	б/п	С большим мячом	
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8	
2-я часть: Основные виды движений	1. ходьба по рейке гимн. скам: приставляя пятку к носку другой ноги, руки за голову; с мешочком на голове, руки на поясе 2. прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивание его справа и слева; поочередно на пр. и лев.; 3. бросание мяча вверх, ловля с хлопками; с поворотом кругом.	4. прыжки в длину с места; 5. метание в вертикальную цель левой и правой руками 6. лазание по гимн. скам на ладонях и коленях 7. пролезание под шнур ( выс.40см), не касаясь руками пола ходьба по скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе	1. метание мячей в горизонтальную цель на очки (2 ком) 2. пролезание в обруч в парах 3. прокатывание обручей друг другу 4. вращение обруча на кисти руки 5. вращение обруча на полу 6. лазание по гимн.стенке изученным способом	игровые задания 6. «Через болото по кочкам» ( из обруча в обруч) 7. «Ведение мяча» ( футбол) 8. «Мяч о стенку» 9. «Быстро по местам» 10. «Тяни в круг» эстафеты 6. «Пингвины» 7. «Пробеги-не сбей» 8. волейбол с большим мячом 9. «Мишень-корзинка» 10. «Ловкие ребята»: спрыгнуть по наклонной лестнице, по скамейке на четвереньках	
Подвижные игры	«Кто быстрее к флажку?»	«Горелки»	«Жмурки»		
Малоподвижные игры	«Эхо»	«Придумай фигуру»	«Стоп»		
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Апрель</b>	<b>29</b> <b>Семья</b>	<b>30</b> <b>День Космонавтики</b>	<b>31</b> <b>Насекомые</b>	<b>32</b> <b>Животные жарких стран</b>	
Задачи	Учить: ходьбе парами по ограниченной площади опоры, ходьбе по кругу во встречном направлении. «Улитка» Закреплять: ходьбу с изменением направления; бег с высоким подниманием бедра; навык ведения мяча в прямом направлении; лазание по гимнастической скамейке; метание в вертикальную цель; ходьбу и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу; лазание по гимн.стенке одноименным способом. Повторить: прыжки с продвижением вперед; ходьбу и бег с ускорением и замедлением; ползание по гимн. скам; равновесие; прыжки через короткую скакалку; сохранение равновесия при ходьбе по канату. Совершенствовать: прыжки в длину с разбега				
1-я часть: Вводная	Ходьба с изменением направления; с ускорением и замедлением движений по сигналу; с изменением направления движения; «Улитка» -ходьба в 2 круга во встречном направлении; бег со средней скоростью до 80 м ( 1,5 мин); бег с перешагиванием через шнуры; ходьба враспынную, по сигналу построение в колонне по одному, перестроение на «1-2»				
				Игра «Найди свою звезду»  Игра «Подводный вулкан» Игра «Невод».	

ОРУ	С обручами		Со скакалкой	б/п	
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8	
2-я часть: Основные виды движений	6. ходьба парами по двум параллельным скамейкам 7. прыжки на двух ногах по прямой с меш, зажатым между коленями 8. метание мешочков в гориз.цель 9. ходьба по гимн.скам. навстречу друг другу, на середине разойтись 10. метание набивного мяча двумя руками из-за головы	Игра – эстафета «Ловкие ребята»	7. метание мешочка в вертикальную цель правой и левой руками от плеча ( 4м) 8. лазание по гимн.скам. с мешочком на спине «Кто быстрее?» 9. прыжки через скакалку произвольным способом 10. ходьба по рейке гимн.скам 11. ходьба боком приставным шагом, по канату 12. прыжки в длину с разбега	13. игровые задания 14. «Кто быстрее соберется?» 15. «перебрось-поймай» 16. «Передал-садись» 17. дни недели 18. эстафеты 19. бег со скакалкой 20. «Рыбак и рыбки» 21. мяч через сетку 22. «Быстроразложи-быстро собери» 23. «Мышеловка» 24. «Ловишки с ленточкой»	25.
Подвижные игры	«Ловля обезьян»	Упражнение на дыхание. Игра «Водное поло».	«Охотники и утки»		
Малоподвижные игры	«Пройди – не задень»	Психогимнастика «Покажи по названию» (маляр, повар, врач)	Ходьба с выполнением задания руками		
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Май</b>	<b>33</b> <b>Ягоды</b>	<b>34</b> <b>День Победы. Рода войск</b> <b>российской армии</b>	<b>35</b> <b>Комнатные растения. Цветы</b>	<b>36</b> <b>Педагогическая диагностика</b>	
Задачи	Разучить: бег на скорость; бег со средней скоростью до 100 м. Упражнять: в прыжках в длину с разбега; в перебрасывании мяча в шеренгах; в равновесии в прыжках; в забрасывании мяча в корзину двумя руками. Повторить: упражнение «Крокодил»; прыжки через скакалку, ведение мяча.				Игровые задания: «Маскировка» «Расставь посты» «Доставь пакет»
1-я часть: Вводная	Повторить разные виды ходьбы и бега; ходьба и бег с перешагиванием через предметы; строевые упражнения				Игра «Салки с мячом». Игра «Водолазы».
ОРУ	С м.мячом		С большим мячом	С обручами	
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8	
2-я часть: Основные виды движений	5. ходьба по скамейке с мячом в руках; на каждый шаг передача мяча перед собой и за спиной 6. прыжки в длину с разбега 7. метание набивного мяча 8. ходьба по гимнастической скамейке с выполнением хлопка под коленом на каждый шаг	Игра – эстафета «Передай шляпу». «Кот в сапогах»	6. прыжки через скакалку 7. п/и «Передача мяча в колонне» 8. бег со средней скоростью 100м 9. ведение мяча и забрасывание в корзину 10. переползание на 2 руках «Крокодил»	12. игровые задания 13. «Крокодил» 14. прыжки разными способами через скакалку 15. «Кто выше прыгнет?» (в высоту) 16. эстафета «Мяч водящему» 17. эстафеты 18. кто быстрее? (бег) 19. детский волейбол ( через сетку 2 мячами) 20. ловкие футболисты 21. комбинированная эстафета: ползание по скамейке, подтягиваясь руками; прыжки через скакалку; ползание под дугой; перепрыгивание через рейку 22. «Кто дальше прыгнет?»	23.
Подвижные игры	«Мышеловка»	Игра «Смелые ребята»	«Прыгни-присядь»		
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному	Игра упражнение «Метко в цель» (попадание снежками между деревьями)			

Содержание работы по физическому развитию двигательной активности детей группы компенсирующей направленности для детей старшего дошкольного возраста (6-7 лет)

Учебные недели Тема недели Сентябрь	1 Педагогическая диагностика	2 Педагогическая диагностика	3 Осень	4 Овощи	
Задачи	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, с соблюдением дистанции, с четким фиксированием поворотов; по кругу с остановкой по сигналу. Упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре; развивать точность при переброске мяча; координацию движения в прыжке с доставанием до предметов, при перешагивании через предметы. Повторить: упражнение на перебрасывание мяча и подлезание под шнур; в переползании через скамейку; прыжки на 2 ногах, акробатический кувырок.				Коррекционная работа
1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом ( 10 м-х, 20 м-б); бег враспынную; ходьба и бег с различным положением рук; с четким поворотом на углах ( до 60с); перестроение в колонне по три.				Игра «Гонка катеров». Игра «Море волнуется раз»
ОРУ	б/п		С мячом	С обручем	
№ занятия	1-2		3-4	5-6	7-8
2-я часть: Основные виды движений	9. Ходьба по гимн.скам прямо, приставляя пятку к носку (с мешком на голове) 10. Прыжки на две ноги через шнур 11. Ходьба по гимн.скам.боком, приставным шагом через мячи. 12. Перебрасывание мячей друг другу: двумя руками снизу; двумя руками из-за головы( расст3м)	Диагностика на начало года Игра «Дрессированные дельфины» Упражнение «Игра «Гонка катеров». Игра «Море волнуется раз...»Дельфин.	9. бросание мал.мяча вверх (пр. и лев. Руками) ловля 2 руками 10. Ползание на животе, подтягиваясь руками ( в конце кувырок) 11. Лазание по гимн.стенке с переходом на другой пролет 12. Ходьба по гимн.скам: с хлопками на каждый раз под ногой; на середине поворот, присесть и пройти дальше.	13. Игровые задания «Локи ребята» (тройки) 14. «Пингвины» ( мешочек зажат в коленях, прыжки по кругу) 15. «Догони свою пару» ( ускор) 16. «Проводи мяч» 17. «Круговая лапта» (выбивалы в кругу 2 команды) 18. Эстафеты: а. «Дорожка препятствий» б. «Пингвины» (2 ком) в. «Быстро передай» (боком) г. «Крокодилы» в парах 2 ком. д. «Фигуры»	Дыхательное упражнение «Подуем на правое плечо, подуем на левое плечо». Игровое упражнение Погладь свои руки, погладь свои ноги, погладь свой живот, обними себя.
Подвижные игры	«Кто скорее к флажку?»		«Жмурки»		
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному с дых.упр.		Игра «Буксир» Игра «Невод»	«Найди и промолчи»	
Учебные недели Тема недели Октябрь	5 Фрукты		6 Грибы	7 деревья	8 Домашние животные
Задачи	Закрепить навык ходьбы и бега между предметами; с изменением направления по сигналу; с высоким подниманием колен; со сменой темпа движения; бег между линиями. Упражнять в сохранении равновесия; в прыжках; бросании мяча; приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в переползании на четвереньках с дополнительным заданием. Развивать координацию движений. Разучить прыжки вверх из глубокого приседания.				Игра «Подводный вулкан» Игры с мячами. Игра «Салки»
1-я часть: Вводная	Ходьба и бег в колонне по одному; «змейкой», с перешагиванием через предметы; высоко поднимая колени; со сменой темпа на сигнал; ходьба и бег между линиями. Бег в среднем темпе до 1,5 мин.				Игра – аттракцион «Достань из корзины»
ОРУ	Со скакалкой		Игры по желанию детей.	Со скакалкой	С мячом
№ занятия	1-2		3-4	5-6	7-8
2-я часть: Основные виды движений	1. Ходьба по гимн.скам: на носках, руки за голову, на середине сесть и пройти дальше; боком, прист.шагом с меш на голове. 2. прыжки через шнур и вдоль на 2 ногах, на пр. и лев.ногах	Игра «Паровая машина». Пальчиковая гимнастика «Дружная семья»	1.ведение мяча: по прямой, сбоку, между предметами, по полу, подталкивая мяч головой 2.ползание по гимн.скам. на животе: прямо, подтягиваясь руками	Игровые упражнения 11. «Проведи мяч» 12. «Круговая лапта» 13. «Кто самый меткий?» 14. «Эхо» (малой подвижности) 15. «Совушка»	Игра «Дрессированные дельфины» Упражнение «Дельфин».

	3. бросание мяча: вверх, ловля двумя руками; перебрасывание друг другу		3.ходьба по рейке гимн. скам.руки за головой, с мешочком на голове 4.прыжки вверх из глубокого приседа	Эстафеты 7. «Кто быстрее?» (ведение мяча) 8. «Мяч водящему» (2-3 команды) «Ловкая пара» 9. «Не задень!» (2-3команды)	
Подвижные игры	«Стоп»	Дыхательное упражнение «Лес шумит» Упражнение «поплавок», «звездочка» на груди и спине	«Охотники и утки»		Игра «Буксир» Игра «Невод»
Малоподвижные игры	«Вершки и корешки»	Психогимнастика «Дождливый день, кругом лужи»	«Фигурная ходьба», «Улитка, иголка и нитка»		
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Ноябрь</b>	<b>9</b> <b>Домашние птицы</b>	<b>10</b> <b>Дикие животные</b>	<b>11</b> <b>Перелетные птицы</b>	<b>12</b> <b>Профессии</b>	
Задачи	Закрепить навыки ходьбы и бега по кругу; парами с преодолением препятствий; «змейкой» между предметами. Разучить ходьбу по канату; прыжки через короткую скакалку; бросание мешочков в горизонтальную цель; переход по диагонали на другой пролет по гимн.стенке. Упражнять в энергичном отталкивании в прыжках, подползание под шнур; прокатывании обручей, ползании по скамейке с мешочком на спине, в равновесии.				Игра на развитие воображения, слуховой памяти «Магазин игрушек»
1-я часть: Вводная	Ходьба и бег в колонне по одному; враспынную, парами; с ускорением; «змейкой» между предметами; с преодолением препятствий; по канату; перестроение в колонне по 2 в движении; бег в среднем темпе до 1,5 мин; ходьба с выполнением заданий				Игра «Водолазы»
ОРУ	С обручами	Игра – эстафета «Ловкие ребята»	На гимнастической скамейке	Игра «Запрещенное движение»	
№ занятия	1-2	Упражнение на дыхание. Игра «Водное поло».	5-6	7-8	
2-я часть: Основные виды движений	1. ходьба по канату боком приставным шагом 2. прыжки через шнуры 3. эстафета «Мяч водящему» 4. прыжки попеременно на левой и правой ногах через шнур	Психогимнастика «Покажи по названию» (маленький, повар, врач) Упражнение «Дельфин».	1.ползание по гимн.скам с мешком на голове 2. метание в гориз.цели (расст 4м) 3.влезание на гимн.стенку и переход на другой прлет по диагонали 4. ходьба по гимн.скам.бокoприставным шагом, перешагивая через кубики, руки на поясе	игровые упражнения 11. «Перелет птиц» 12. «Лягушки и цапля» 13. «Что изменилось?» 14. «Удочка» 15. «Придумай фигуру» Эстафеты 11. «Быстро передай» (в колонне) 12. «Кто быстрее до флажка?» (прыжки на левой и правой ногах) 13. «Собери и разложи» (обруч) 14. Комбинированная эстафета; м/п игра «Летает, не летает» 15. «Муравейник» (эстафета)	Игра «Конники спортсмена»
Подвижные игры	«перелет птиц»	Игры по желанию детей	«Рыбак и рыбки»		Игра «Чехарда».
Малоподвижные игры	«Затейники»	Игра «Молоток и пила»	«Придумай фигуру» (ходьба в колонне по одному с дых.упр)		Игра «Коршун и наседка»
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Декабрь</b>	<b>13</b> <b>Инструменты</b>	<b>12</b> <b>Наш родной город. ХМАО-Югра</b>	<b>15</b> <b>Зима</b>	<b>16</b> <b>Зимние птицы</b>	
Задачи	Закреплять навыки ходьбы с выполнением задания по сигналу; бег с преодолением препятствий; парами, перестроение с одной колонны в 2 и 3; развивать координацию движений при ходьбе по ограниченной площади опоры; упражнять в прыжках; при переменном подпрыгивании на пр. и лев.ногах; в переползании по гимн. скам; в лазании по гимн. стенке с переходом на другой пролет; следить за осанкой во время выполнения упражнений на равновесие.				Игра – эстафета «Передай шляпу». «Кот в сапогах»
1-я часть: Вводная	Ходьба с выполнением движений руками; с поворотом влево и вправо, в другую сторону по сигналу. Перестроения в ходьбе «1-2»; бег враспынную, с преодолением препятствий (6-8 брусков) между набивными мячами.				Игра «Смелые ребята»
ОРУ	С мячом	Игра упражнение «Метка в цель» (попадание снежками между деревьями)	С малым мячом	В парах	
№ занятия	1-2	Игра «Катера»	5-6	7-8	
2-я часть: Основные виды движений	11. лазание по гимн.стенке с переходом на другой пролет 12. забрасывания мяча в корзину двумя руками от груди 13. ходьба по гимн.скам с	Игра: «Совушка» Игра «Смелые ребята»	11. ходьба по скамейке навстречу друг другу, на середине разойтись, помогая друг другу 12. прыжки на двух ногах через шнуры, обручи	28. игровые упражнения: 29. «Догони пару» 30. «Ловкая пара» 31. (эстафета) 32. «Снайперы»	Игра «Подводный вулкан»

	приседанием поочередно на прилевноги, другая махом переносится снизу-сбоку скамейки 14. прыжки со скамейки на полусогнутые ноги 15. Эстафета «Передал -садись»		13. переползание по прямой «Крокодил» (расс.3м) 14. ходьба с перешагиванием через набивные мячи 15. перебрасывания мяча 2 руками, ловля после хлопка или приседания	33. «Затейники» 34. ( м/п игра) 35.«Горелки» 36. эстафеты «Передал-садись» «Гонка тачек» «перемени предмет» 37. п/и «Коршун и наседка» 38. «Загони льдинку» 39. «Догони мяч» 40. «Паутинка» ( обруч, ленты)	
Подвижные игры	«Ловля обезьян»	Игра «Водолазы». Игра «Водное поло».	«Два мороза»		Игры с мячами.
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному	Игра «Мороз Красный нос» Игра «Белые медведи	«Пройди бесшумно» ( плоскост.)		Игра «Салки»
<b>Учебные недели Тема недели Январь</b>	<b>17 Животные севера</b>	<b>18 Новый год. Зимние забавы</b>	<b>19 Одежда</b>	<b>20 Обувь</b>	
Задачи	Разучить: ходьбу приставным шагом, прыжки на мягкое покрытие, метание набивного мяча. Закрепить: перестроение из 1 колонны в 2 по ходу движения, переползание со скамейки, развивать ловкость и координацию в упражнении с мячом; навыки ходьбы в чередовании с бегом, с выполнением заданий по сигналу; умение в прыжках энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги. Повторить: упражнение на равновесие на гимн.стенке, прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед.				Игра «Конники спортсмена»
1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному приставным шагом с левой и правой ноги попеременно, перестроение в колонну по два; в чередовании с бегом, «змейкой»; в полуприседе, вращательную. Бег «змейкой»; с поворотом на сигнал с высоким подниманием колен; подскоки: шаг, «голова по кругу». Повороты налево, направо.				Игра «Чехарда».
ОРУ	На скамейках	Игра «Коршун и наседка»	С большим мячом	б/п	
№ занятия	1-2	Игра «Чья игрушка окажется дальше?»	5-6	7-8	
2-я часть: Основные виды движений	15. метание мешочков в вертикальную цель с расстояния 3м 16. подлезание под палку ( 40см) 17. перешагивание через шнур ( 40 см) 18. ползание по скамейке с мешочком на спине 19. отбивание мяча правой и левой рукой в движении 20. прыжки на левой и правой ноге через шнур 21. перебрасывание мяча друг другу от груди 2 руками	Игра «Охотники и зайцы» Игра «Караси и карпы».	11. метание набивного мяча двумя руками из-за головы 12. ходьба по гимн .скам, перешагивая через набивные мячи 13. влезание на гимн.стенку одноименным способом 14. прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед 15. ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове	игровые упражнения 15. Ведение мяча клюшкой «Ловкий хоккеист» 16. «Догони пару» 17. «Снайперы» ( кегли, мячи) 18. «Точный пас» 19. «Мороз-Красный нос» 20. «Жмурки» 21. «Платочек» эстафеты «Ловкий хоккеист» «Пронеси не урони» «Пробеги не задень» «Мяч водящему» «Воевода с мячом» «Гусеница»	Дыхательное упражнение «Лес шумит»
Подвижные игры	«Кто скорее до флажка?»	Упражнение «Чья стрела проскользит дальше?» (на груди). Упражнение «Чья стрела проскользит дальше?» (на спине). Игра «Подводная дорожка»	«Горшки», «Волк во рву»		
Малоподвижные игры	«Что изменилось?»	Игра: «Ловля обезьян»	Ходьба по массажным дорожкам		
<b>Учебные недели Тема недели Февраль</b>	<b>21 посуда</b>	<b>22 Мебель</b>	<b>23 Человек</b>	<b>24 День защитника отечества</b>	
Задачи	Упражнять: в ходьбе и беге в колонне по одному с остановкой по сигналу; в прыжках и бросании мал. мяча; в ходьбе и беге с изменением направления; в ползании по гимн.скам.; ходьбе и беге между предметами; в пролезании между рейками; в перебрасывании мяча друг другу. Закреплять: равновесие, осанку при ходьбе на повышенной площади опоры; энергично отталкиваться от пола в прыжках через препятствие; в пролезании в обруч; в ходьбе со сменой темпа движений. Развивать: ловкость и глазомер при метании в горизонтальную цель.				Игра – эстафета «Поезда»
1-я часть: Вводная	Ходьба с остановкой по сигналу «Фигура»; с изменением направления; между предметами; вращательную; бег в умеренном темпе до 1,5 мин; перестроение в колонне по 2 и 3; ходьба по канату боком приставным шагом.				Игра «Веселые подводники»
ОРУ	С м.мячом	Психодиагностика «Расставить посты»	С малым мячом	б/п	
№ занятия	1-2	Игра «Акробаты» (кувырок в	5-6	7-8	

		воде).			
2-я часть: Основные виды движений	15. ходьба с перешагиванием через набивные мячи 16. прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед 17. бросание мяча вверх и ловля его двумя руками 18. ходьба по гимнастическим боком приставным шагом, руки за голову 19. бросание мяча с хлопком 20. прыжки через скакалку с промежуточным подскоком 21. прыжки на 2 ногах через 5-6 шнуров	Дых.упражнение «Цветок распускается» Упражнение «Лодочка» в разном направлении и темпе	11. перебрасывание мяча друг другу снизу двумя руками, стоя в шеренгах (расст3м) 12. пролезание в обруч (3шт.) поочередно прямо и боком 13. ходьба на носках между набивными мячами; пролезание между рейками 14. лазание по гимнастической стенке 15. ходьба по гимнастическим боком приставным шагом с мешочком на голове	16. игровые задания 17. «Пробеги-не задень» 18. «По местам» 19. «Мяч водящему» 20. «Пожарные на учениях» 21. «Ловишки с мячом» 22. эстафеты 23. прыжковая эстафета со скамейки 24. «Дни недели» 25. «Мяч от пола» 26. «Через тоннель» 27. «Большая птица» 28. «Палочка-выручалочка» 29. (с расчетом по порядку)	Игра – эстафета «Выгрузка арбузов», «Репка»
Подвижные игры	«Не попадись»	Игра «Лопнувший мяч» Игра «Поло на воде».	«Охотники и звери»		Игра «Паровая машина».
Малоподвижные игры	«Эхо»	Психогимнастика «Собери букет для мамы» Игра «Стайки дельфинов». Игра «Водный каскад»	«Кто ушел?»		Дыхательное упражнение «Лес шумит»
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Март</b>	<b>25</b> <b>8 Марта</b>	<b>26</b> <b>Весна</b>	<b>27</b> <b>Транспорт</b>	<b>28</b> <b>Продукты питания</b>	
Задачи	Закрепить навык ходьбы и бега в чередовании; перестроения в колонну по одному и по два (в движении); лазание по гимнастической стенке. Упражнять: в сохранении равновесия; в энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые ноги, в прыжках; в беге до 3 мин.; в ведении мяча ногой. Развивать: координацию движений в упражнении с мячом; ориентировку в пространстве; глазомер и точность попадания при метании. Разучить: вращение обруча на руке и на полу				Игра – аттракцион «Находим птенца», «Пронесем шарик в ложке»
1-я часть: Вводная	Ходьба и бег в чередовании (х-10м, б-20м); враспынную; строевые упражнения; перестроение в колонне по 2 в движении; в колонне по 1 в движении. Ходьба и бег через набивные мячи, с изменением направления движения; бег до 2,5 мин. Построение в 3 колонны на «1-2-3»; бег до 3 мин; ходьба и бег «змейкой»				Игра «Донесение». Игра «Моржи»
ОРУ	б/п		б/п	С большим мячом	
№ занятия	1-2	Упражнение «Дельфин».	5-6	7-8	
2-я часть: Основные виды движений	8. ходьба по рейке гимнастическим: приставляя пятку к носку другой ноги, руки за голову; с мешочком на голове, руки на поясе 9. прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивание его справа и слева; поочередно на пр. и лев.; 10. бросание мяча вверх, ловля с хлопками; с поворотом кругом.	Игра на развитие воображения, слуховой памяти «Магазин игрушек» Игра «Стая дельфинов». Игра «Подводный туннель» и «Акробаты».	7. метание мячей в горизонтальную цель на очки (2ком) 8. пролезание в обруч в парах 9. прокатывание обручей друг другу 10. вращение обруча на кисти руки 11. вращение обруча на полу 12. лазание по гимнастической стенке изученным способом	игровые задания 11. «Через болото по кочкам» (из обруча в обруч) 12. «Ведение мяча» (футбол) 13. «Мяч о стенку» 14. «Быстро по местам» 15. «Тяни в круг» эстафеты 11. «Пингвины» 12. «Пробеги-не сбей» 13. волейбол с большим мячом 14. «Мишень-корзинка» 15. «Ловкие ребята»: спрыгнуть по наклонной лестнице, по скамейке на четвереньках	
Подвижные игры	«Кто быстрее к флажку?»	Свободное плавание	«Жмурки»		
Малоподвижные игры	«Эхо»	Игра: «Кто первый займет пустой домик»	«Стоп»		
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Апрель</b>	<b>29</b> <b>Семья</b>	<b>30</b> <b>День Космонавтики</b>	<b>31</b> <b>Насекомые</b>	<b>32</b> <b>Животные жарких стран</b>	
Задачи	Учить: ходьбе парами по ограниченной площади опоры, ходьбе по кругу во встречном направлении. «Улитка» Закреплять: ходьбу с изменением направления; бег с высоким подниманием бедра; навык ведения мяча в прямом направлении; лазание по гимнастической скамейке; метание в вертикальную цель; ходьбу и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу; лазание по гимнастической стенке одноименным способом. Повторить: прыжки с продвижением вперед; ходьбу и бег с ускорением и замедлением; ползание по гимнастическим; равновесие; прыжки через короткую скакалку; сохранение равновесия при ходьбе по канату. Совершенствовать: прыжки в длину с разбега				Игра «Найди свою звезду»
1-я часть: Вводная	Ходьба с изменением направления; с ускорением и замедлением движений по сигналу; с изменением направления движения; «Улитка»-ходьба в 2 круга во встречном направлении; бег со средней скоростью до 80 м (1,5 мин); бег с перешагиванием через шнуры; ходьба враспынную, по сигналу построение в				Игра «Подводный вулкан»

	колонне по одному, перестроение на «1-2»				Игра «Невод».
ОРУ	С обручами	Езда на самокатах	Со скакалкой	б/п	
№ занятия	1-2	Игра «Паровая машина» Игра «Марафон»	5-6	7-8	
2-я часть: Основные виды движений	11. ходьба парами по двум параллельным скамейкам прыжки на двух ногах по прямой с меш, зажатым между коленями 12. метание мешочков в гориз.цель 13. 14. ходьба по гимн.скам. навстречу друг другу, на середине разойтись 15. метание набивного мяча двумя руками из-за головы	Игра: «Гуси – лебеди»	13. метание мешочка в вертикальную цель правой и левой руками от плеча ( 4м) 14. лазание по гимн.скам. с мешочком на спине «Кто быстрее?» 15. прыжки через скакалку произвольным способом 16. ходьба по рейке гимн.скам 17. ходьба боком приставным шагом, по канату 18. прыжки в длину с разбега	26. игровые задания 27. «Кто быстрее соберется?» 28. «перебрось-поймай» 29. «Передал-садись» 30. дни недели 31. эстафеты 32. бег со скакалкой 33. «Рыбак и рыбки» 34. мяч через сетку 35. «Быстроразложи-быстро собери» 36. «Мышеловка» 37. «Ловишки с ленточкой»	Игра – эстафета «Ловкие ребята»
Подвижные игры	«Ловля обезьян»	Игра «Гонки катеров» Игра «Кто быстрее» Игра «Ловишки с поплавком». Игра «Зеркало».	«Охотники и утки»		Упражнение на дыхание. Игра «Водное поло».
Малоподвижные игры	«Пройди – не задень»	Диагностика на конец года	Ходьба с выполнением задания руками		Психогимнастика «Покажи по названию» (маляр, повар, врач)
<b>Учебные недели</b> <b>Тема недели</b> <b>Май</b>	<b>33</b> <b>Ягоды</b>	<b>34</b> <b>День Победы. Рода войск российской армии</b>	<b>35</b> <b>Комнатные растения. Цветы</b>	<b>36</b> <b>Педагогическая диагностика</b>	<b>Игры по желанию детей</b>
Задачи	Разучить: бег на скорость; бег со средней скоростью до 100 м. Упражнять: в прыжках в длину с разбега; в перебрасывании мяча в шеренгах; в равновесии в прыжках; в забрасывании мяча в корзину двумя руками. Повторить: упражнение «Крокодил»; прыжки через скакалку, ведение мяча.				Игровые задания: «Маскировка» «Расставь посты» «Доставь пакет»
1-я часть: Вводная	Повторить разные виды ходьбы и бега; ходьба и бег с перешагиванием через предметы; строевые упражнения				Игра «Салки с мячом». Игра «Водолазы».
ОРУ	С м.мячом	Игровые задания «Кто дальше прыгнет?» «Кто быстрее добежит?»	С большим мячом	С обручами	
№ занятия	1-2	Свободное плавание	5-6	7-8	
2-я часть: Основные виды движений	9. ходьба по скамейке с мячом в руках; на каждый шаг передача мяча перед собой и за спиной 10. прыжки в длину с разбега 11. метание набивного мяча 12. ходьба по гимнастической скамейке с выполнением хлопка под коленом на каждый шаг	Игра «Берегитесь, муравьи»	11. прыжки через скакалку 12. п/и «Передача мяча в колонне» 13. бег со средней скоростью 100м 14. ведение мяча и забрасывание в корзину 15. переползание на 2 руках «Крокодил»	24. игровые задания 25. «Крокодил» 26. прыжки разными способами через скакалку 27. «Кто выше прыгнет?» (в высоту) 28. эстафета «Мяч водящему» 29. эстафеты 30. кто быстрее? (бег) 31. детский волейбол ( через сетку 2 мячами) 32. ловкие футболисты 33. комбинированная эстафета: ползание по скамейке, подтягиваясь руками; прыжки через скакалку; ползание под дугой; перепрыгивание через рейку 34. «Кто дальше прыгнет?»	Игра – эстафета «Передай шляпу». «Кот в сапогах»
Подвижные игры	«Мышеловка»	Игра «Море волнуется раз...». Игра «Волейбол по кругу».	«Прыгни-присядь»		Игра «Смелые ребята»
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному	Игра «Мы венки плели»			Игра упражнение «Метко в цель» (попадание снежками между деревьями)
		Игра по желанию детей.			

**Диагностика уровня развития двигательных навыков и физической подготовленности детей**

**Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов**

Педагогический анализ знаний и умений детей (диагностика) проводится 2 раза в год: первоначальная - сентябрь, итоговое обследование - май. Оценка физической подготовленности осуществляется по методике Г. Лесковой, Н. Ноткиной, по трех балльной шкале : максимальное выполнение ребенком нормативов оценивается в 3 балла; 2 балла – выполняет установленные нормативы не в полном объеме; 1 балл – не выполняет установленные нормативы.

**План спортивных мероприятий на 2020-2021 учебный год**

Месяц	Младшая группа Средняя группа	Старшая группа Подготовительная группа
сентябрь	«Веселые зайчики»	«Осень, осень в гости просим!»
октябрь	«Кот Мурлыка-Весельчак пригласил к себе ребят»	«Осенний марафон»
ноябрь	«Кто-кто в теремочке живет	«Веселый космодром»
декабрь	«Мы растем здоровыми»	«Путешествие на остров невезения»
январь	«Зимние гуляния»	
февраль	«Маленькие гномики»	«Школа молодого бойца»
март	«Проводы зимы»	
апрель	«Мой веселый звонкий мяч	«Дружно весело играем и здоровья приобщаем»
май	«Моя спортивная семья-это папа, мама, я	«Дню победы посвящается»

**План оздоровительных мероприятий на 2020-2021 учебный год**

№ п/п	Наименование процедур	IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
1.	Утренняя гигиеническая гимнастика с оздоровительным бегом	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
2.	Точечный массаж по методике Уманской	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
3.	Элементы дыхательной гимнастики по методике А.Н. Стрельниковой, А.Г. Ипполитовой	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
4.	Полоскание полости рта прохладной водой	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
5.	Фитонцидопрофилактика (чесночные медальоны, кашлица)			x	x	x	x						
6.	Контрастное обливание ног	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
7.	Контрастные воздушные ванны «пульсирующий микроклимат»	x	x	x	x	x	x	x	x	x			
8.	Босохождение	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
9.	Воздушные ванны	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
10.	Солнечные ванны										x	x	x
11.	Плавание	x	x	x	x	x	x	x	x	x			

*Длительность образовательных ситуаций по физическому развитию в разных возрастных группах в течение года*

Возрастная группа	Количество подгрупп	Число детей в подгруппе	Длительность занятий, мин.
			В одной подгруппе
Средняя(4-5лет)	1	25	20 мин
Старшая(5-6лет)	1	25	25 мин
Старшая(6-7лет)	1	25	30 мин
Старшая(5-6лет)ТНР	1	25	25 мин
Старшая(6-7лет)ТНР	1	25	30мин

Приложение  
Учебный план занятий

№	Наименование образовательной области	Название непосредственной образовательной деятельности	группа для детей среднего дошкольного возраста общеразвивающей направленности (с 4-х до 5-ти лет)			группа для детей старшего дошкольного возраста общеразвивающей и компенсирующей направленности (с 5-ти до 6-ти лет)			группа для детей старшего дошкольного возраста общеразвивающей и компенсирующей направленности (с 6-ти до 7-ми лет)		
			в неделю	в месяц	в ГОД	в неделю	в месяц	в ГОД	в неделю	в месяц	в ГОД
Количество непосредственной образовательной деятельности											
1	Физическое развитие	Физическое развитие	1	4	36	1	4	36	2	8	72

## Расписание занятий по физическому развитию на 2019-2020 учебный год

	№4 Ср.гр.	№7 Ср.гр.	№10 Ср.гр.	№3 Ст.гр.	№8 Ст.гр.	№12 Ст.гр.	№9 Подг.гр.	№11 Подг.гр.
Понедельник				16.00-16.20				16.30-17.00
Вторник		16.00-16.20	10.00-10.20		16.30-16.55			
Среда		15.40-16.00	16.00-16.20			16.30-16.55		
Четверг				16.00-16.20			16.30-17.00	
Пятница	16.00-16.20				10.10-10.35	16.30-16.55	10.50-11.20	16.30-17.00

**Приложение**  
**годовой календарный учебный график на 2020-2021 учебный год**

Начало учебного года: 01.09.2020 г.  
Окончание учебного года: 31.05.2021  
Летний период: 01.06.2021-31.08.2021  
Количество учебных недель : 36 недель, 4 дня  
Количество учебных дней: 184 дня

у	учебный день
в	выходной день
п	праздничный день
л/п	летний период

4 ноября - День народного единства  
1,2,3,4,5,6,7,8 января - праздничные дни Новый год  
23 февраля - День защитника Отечества  
8 марта - Международный женский день  
1 мая - Праздник весны и труда  
9 мая - День Победы  
12 июня - День России  
4 ноября - День народного единства

Месяц	Сентябрь																															
Неделя	1					2					3					4					5											
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
	у	у	у	у	в	в	в	в	у	у	у	в	в	в	в	у	у	у	в	в	в	в	у	у	у	в	в	у	у	у		
Кол-во учдней	4					5					5					5					3					22						
Месяц	Октябрь																															
Неделя	5				6					7					8					9												
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	
Кол-во учдней	2		5					5					5					5					22									
Месяц	Ноябрь																															
Неделя	10					11					12					13					14											
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
	в	у	у	п	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у		
Кол-во учдней	4				5					5					5					1	20											
Месяц	Декабрь																															
Неделя	14				15					16					17					18												
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	
Кол-во учдней	4				5					5					5					4					23							
Месяц	Январь																															
Неделя											18					19					20											
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
	п	в	в	п	п	п	п	п	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	
Кол-во учдней											5					5					5					15						
Месяц	Февраль																															
Неделя	21					22					23					24																
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28				
	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	п	у	у	у	у	в	в			

Кол-во уч.дней	5					5					5					4										19						
Месяц	Март																															
Неделя	25					26					27					28					29					4 нед 2 д						
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
	у	у	у	у	у	в	в	п	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	
Кол-во уч.дней	5					4					5					5					3					22						
Месяц	Апрель																															
Неделя	29				30					31					32					33					4 нед 2 д							
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	
Кол-во уч.дней	2		5					5					5					5					22									
Месяц	Май																															
Неделя	34							34							35							36							3 нед 4д			
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
	п	в	в	у	у	у	у	в	п	в	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	у	у	
Кол-во учебных дней	4				4							5							5							1	19					
Месяц	Июнь																															
Неделя																																
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	-	
	летний оздоровительный период																															
Месяц	Июль																															21
Неделя																																
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
	летний оздоровительный период																															
Месяц	Август																															22
Неделя																																
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
	летний оздоровительный период																															