

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДЕТСКИЙ САД № 45  
ПУШКИНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

**ПРИНЯТО**

Педагогическим советом  
Образовательного учреждения  
Протокол от 31.08.2023 № 1

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказом от 31.08.2023 № 82 - О

Заведующий



Е.В. Акулич

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

инструктора по физической культуре

Инструктор по физической культуре:  
Смирнова Т.М. первая квалификационная  
категория

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>1.ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</b>	<b>4</b>
<b>1.1.Целевой раздел образовательной части</b>	<b>4</b>
<b>1.1.1.Пояснительная записка</b>	<b>4</b>
<b>1.1.1.1.Цели Программы</b>	<b>4</b>
<b>1.1.1.2.Задачи Программы</b>	<b>4</b>
<b>1.1.1.3.Принципы дошкольного образования, установленные ФГОС ДО и используемые при построении обязательной части Программы</b>	<b>5</b>
<b>1.1.1.4. Планируемые результаты освоения/реализации Программы</b>	<b>5</b>
<b>1.1.1.5.Описание подходов к педагогической диагностике достижений планируемых результатов</b>	<b>6</b>
<b>1.1.1.5.1.Целеполагание,задачи,специфика и регламент педагогической диагностики</b>	<b>6</b>
<b>1.1.1.5.2. Организационные подходы к педагогической диагностике</b>	<b>6</b>
<b>1.2.Целевой раздел части, формируемой участниками образовательных отношений</b>	<b>6</b>
<b>2.СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	<b>8</b>
<b>2.1. Содержательный раздел обязательной части</b>	<b>8</b>
<b>2.1.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в пяти образовательных областях ФООП ДО и с учетом используемых методических пособий, обеспечивающих реализацию данного содержания</b>	<b>8</b>
<b>2.1.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов.</b>	<b>19</b>
<b>2.1.2.1.Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик</b>	<b>19</b>
<b>2.1.2.2. Особенности взаимодействия с семьями обучающихся</b>	<b>19</b>
<b>2.1.3. Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей, предусмотренная Программой</b>	<b>21</b>
<b>2.1.4. Рабочая программа воспитания</b>	<b>21</b>
<b>2.1.4.1. Целевой раздел рабочей программы воспитания</b>	<b>21</b>
<b>2.1.4.2. Содержательный раздел рабочей программы воспитания</b>	<b>21</b>
<b>2.1.4.3. Организационный раздел рабочей программы воспитания</b>	<b>21</b>
<b>2.2.Содержательный раздел части, формируемой участниками образовательных отношений</b>	<b>21</b>
<b>2.2.1. Реализация парциальных программ</b>	<b>21</b>

<b>2.2.2. Формы, способы, методы и средства реализации Программы</b>	<b>24</b>
<b>3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ ОТДЕЛ</b>	<b>27</b>
<b>3.1. Организационный раздел обязательной части Программы</b>	<b>27</b>
<b>3.1.1.Психолого-педагогические условия</b>	<b>27</b>
<b>3.1.2.Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды</b>	<b>27</b>
<b>3.1.3.Материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания</b>	<b>33</b>
<b>3.1.4.Примерный перечень литературных, музыкальных, художественных, анимационных произведений для реализации Программы</b>	<b>33</b>
<b>3.1.5.Кадровые условия реализации</b>	<b>33</b>
<b>3.1.6.Режим и распорядок дня в дошкольных группах</b>	<b>33</b>
<b>3.1.7.Календарный план воспитательной работы</b>	<b>33</b>
<b>3.2. Организационный раздел части Программы, формируемой участниками образовательных отношений</b>	<b>33</b>
<b>4.Календарное планирование</b>	<b>34</b>
<b>4.1. Календарное планирование в средней группе</b>	<b>34</b>
<b>5. Перечень литературных источников</b>	<b>41</b>

## **1.Целевой раздел**

### **1.1.Целевой раздел обязательной части**

#### **1.1.1. Пояснительная записка**

Рабочая Программа (далее – Программа) –это нормативно-управленческий документ, структурная и функциональная единица образовательного пространства, обеспечивающая динамическое единство субъектов педагогического процесса, системы их отношений и условий деятельности.

Данная Программа разработана на основе Образовательной программы дошкольного образования (далее ОП ДО).

Нормативно-правовое сопровождение регулируется ОП ДО.

Образование предполагает единый целенаправленный процесс воспитания и обучения. Воспитание осуществляется в соответствии с Рабочей программой воспитания и Календарным планом воспитательной работы (разработанной на основании Федерального закона от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся).

Воспитание предполагает деятельность, направленную на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации воспитанников на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у воспитанников чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Программа определяет целевые ориентиры, содержание и организацию образовательного процесса для детей дошкольного возраста, в соответствии с требованиями ФГОС ДО и направлена:

- на создание развивающей образовательной среды для детей дошкольного возраста, открывающей возможности для позитивной социализации ребёнка, его всестороннего личностного развития, развития инициативы и творческих способностей, индивидуализации на основе сотрудничества с взрослыми и сверстниками в соответствующих дошкольному возрасту видах деятельности в условиях совместного образования.

В Программе отражены содержание обучения и воспитания, особенности организации образовательной деятельности и образовательного процесса, учитывающие возраст детей и их образовательные маршруты, направленность групп, а также участие родителей (законных представителей) в реализации Программы.

Срок реализации Программы –сентябрь 2023-август 2024

#### **1.1.1.1.Цели Программы**

**Цель Программы:** разностороннее развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей русского народа, исторических и национально-культурных традиций.

#### **1.1.1.2. Задачи Программы:**

- обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;
- приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям российского народа - жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей;
- посторонние (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учёта возрастных и индивидуальных особенностей развития;
- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учётом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в т.ч. их эмоционального благополучия;
- обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребёнка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности;
- достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования;
- построение современной комфортной развивающей предметно-пространственной среды и обучающего пространства в соответствии с требованиями ФГОС ДО;
- вовлечение всех участников образовательного процесса целью оптимизации содержания образовательного процесса в рамках введения ФГОС ДО

#### **1.1.1.3. Принципы и подходы к формированию Программы**

Принципы и подходы к формированию Программы полностью соответствуют заявленным в ОП ДО

#### **1.1.1.4. Планируемые результаты освоения/реализации Программы**

Планируемые результаты освоения Программы представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка дошкольного возраста на разных возрастных этапах и к завершению дошкольного образования.

В соответствии с периодизацией психического развития ребенка согласно культурно-исторической психологии дошкольное детство подразделяется на три возраста: младенческий (первое и второе полугодия жизни), ранний (от одного года до трех лет) и дошкольный возраст (от трех до семи лет).

Степень выраженности возрастных характеристик возможных достижений может различаться у детей одного возраста по причине высокой индивидуализации их психического развития и разных стартовых условий освоения образовательной программы. Обозначенные

различия не должны быть констатированы как трудности ребенка в освоении Программы и не подразумевают его включения в соответствующую целевую группу.

**К пяти годам:**

- Ребёнок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности;
- Ребёнок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;
- Ребёнок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать своё самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;
- Ребёнок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации;
- Ребёнок познаёт правила безопасного поведения и стремится их выполнять в повседневной жизни.

**1.1.1.5 Описание подходов к педагогической диагностике достижений планируемых результатов**

Описание подходов к педагогической диагностике достижений планируемых результатов полностью соответствуют заявленным в ОП ДО

**1.1.1.5.1. Целеполагание, задачи, специфика и регламент педагогической диагностики.**

Целеполагание, задачи, специфика и регламент педагогической диагностики полностью соответствуют заявленным в ОП ДО

**1.1.1.5.2. Организационные подходы к педагогической диагностике**

Организационные подходы к педагогической диагностике полностью соответствуют заявленным в ОП ДО

**1.2.Целевой раздел части, формируемой участниками образовательных отношений**

**Реализация парциальной программы «Безопасность». Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей. ФГОС (Р.Б. Стёркина, О.Л. Князева, Н.Н. Авдеева. , «Детство-Пресс»,2017)**

<p><b>Цель:</b> способствовать формированию основ безопасности собственной жизнедеятельности и предпосылок экологического</p>	<p><b>Задачи:</b> 1. формирование представлений об опасных для человека и окружающего мира природы ситуациях и способах поведения в них; 2. приобщение к правилам безопасного для человека и окружающего мира природы поведения; 3. знакомство с правилами безопасности дорожного движения в качестве пешехода и пассажира</p>	<p>Программа предполагает решение важнейшей социально-педагогической задачи – воспитать у ребенка навыки адекватного поведения в различных неожиданных ситуациях. Содержание данной программы становится все более актуальным в наше опасное время. Программа разработана кандидатами психологических наук Н.Н. Авдеевой, О.Л. Князевой и Р.Б. Стеркиной на основе проекта государственных стандартов дошкольного образования. Авторы утверждают, что безопасный и здоровый образ жизни – это не просто</p>
---	--	---

сознания (безопасности окружающего мира).	транспортного средства; формирование навыков безопасного поведения; 4. формирование осторожного и осмотрительного отношения к потенциально опасным для человека и окружающего мира природы ситуациям.	сумма усвоенных знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных, в том числе и неожиданных ситуациях. Главной задачей программы является развитие у детей дошкольного возраста самостоятельности и ответственности за свое поведение. Программа рассчитана на детей от 3 до 7 лет.
---	--	--

**Реализация парциальной программы «Кукляндия» (Учебно-методическое пособие по театрализованной деятельности, М.И.Родина, А.И.Буренина - СПб.: изд-во «Музыкальная палитра», 2016)**

Цель	Задачи	
Воспитание коммуникативной культуры, эффективное развитие речи и творческих способностей дошкольников.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-развитие сенсорики, основы чувственного познания окружающего мира;</li> <li>-развитие базовых психических процессов: внимания, мышления, памяти;</li> <li>- развитие эмоциональной сферы;</li> <li>- развитие речи и голоса;</li> <li>- развитие выразительности движений, мимики, пластики;</li> <li>- развитие воображения, фантазии, творческих способностей.</li> </ul>	<p>Отдельным блоком идут более специфические задачи по формированию навыков кукловодства, а также формированию культуры поведения на сцене. Содержание работы реализуется в играх, упражнениях, этюдах, разыгрывании маленьких сенок, которые в работе со старшими детьми можно объединить в небольшие театрализованные представления. В программе определены основные образовательные задачи и их усложнение на период работы с детьми от 3 до 7 лет.</p> <p>Основная работа по театрализованной деятельности проходит в форме подгрупповой деятельности (6-8 детей), для которой характерна следующая структура:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. приветствие (в игровой форме);</li> <li>2. подготовка (тренинг). Упражнения определенной направленности;</li> <li>3. работа над сценками и этюдами;</li> <li>4. уход из театральной студии, центра.</li> </ol> <p>Первые занятия проходят в виде кукольных представлений, которые показывает педагог, а дети в этом случае являются зрителями. Основная задача таких встреч – познакомить детей с Театральной студией, центром, вызвать интерес, теплую, доброжелательную атмосферу взаимодействия педагога с детьми. В программе даны описания театральных встреч, развивающих упражнений с использованием различных видов театра в соответствии с этапами работы. Театральные встречи проводятся в форме игры. Разнообразные позволяют повысить эмоциональный тонус, напряжение, активизировать внимание детей, сделать их жизнь увлекательной.</p>

**Программа физического развития детей 3-7 лет «Будь здоров, дошкольник!», Т.Э Токаева. (ООО ТЦ Сфера,2015)**

Цель	Задачи	
Приобщение развивающейся личности ребёнка дошкольного возраста к физической культуре ,спорту и сохранению своего здоровья.	-содействовать формированию системы представлений ребёнка о себе, своём здоровье и физической культуре; -обеспечить формирование способов физкультурно-оздоровительной деятельности; -формировать потребность в регулярных занятиях физической культурой ,воспитывать систему отношений ребёнка к своему «физическому Я», здоровью как главной ценности жизни; -содействовать развитию субъектного опыта физкультурно-оздоровительной деятельности детей 3-7 лет.	В культурологической парадигме образования, составляющей методологическую основ программы «Будь здоров, дошкольник!», физическое развитие рассматривается: - как последовательный и многоаспектовый процесс и результат социализации и культуротворчества, в ходе которого ребёнок приобщается к физической культуре и спорту и утверждает себя как субъекта физической культуры; -как процесс и результат качественных и количественных изменений, происходящих в личности ребёнка под влиянием физической культуры, обеспечивающей овладение способами поведения, характерными для той или иной культурной традиции, творческое и активное воспроизведение двигательного опыта в физкультурно-оздоровительных видах детской деятельности.

**2. Содержательный отдел**

**2.1. Содержательный раздел обязательной части**

**2.1.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в пяти образовательных областях ФООП ДО и с учетом используемых методических пособий, обеспечивающих реализацию данного содержания**

Структура физкультурного занятия общепринятая и содержит три части:

- вводную (18 % общего времени занятия);
- основную (67 % общего времени занятия);
- заключительная (15 % общего времени занятия).

Такое распределение материала соответствует возможностям детей и обеспечивает нарастание физической нагрузки в течение занятия и с последующим снижением ее к концу.

Цель первой части занятий - ввести организм в состояние подготовленности к основной части. В первой части занятия предлагаются упражнения в ходьбе, беге, построении, перестроении, несложные игровые задания. Воспитателю следует обращать особое внимание на чередование упражнений в ходьбе и беге: их однообразие утомляет детей, снижает качество упражнений, а также может привести к нежелательным последствиям (нарушению осанки, уплощению стопы и т. д.).



Вторая часть (основная) занятия наиболее продолжительна и содержит упражнения общеразвивающего характера, основные виды движений, в ней проводится подвижные игры. При этом развивающемуся организму ребенка важно получать все виды упражнений. Это часть отличается наибольшей физической нагрузкой.

Общеразвивающие упражнения направлены воздействуют на организм в целом, на отдельные мышечные группы и суставы, а также способствуют улучшению координации движений, ориентировке в пространстве, положительно влияют на сердечно-сосудистую и дыхательную функции организма. Важное значение для правильного выполнения общеразвивающих упражнений имеет исходное положение. Используют различные исходные положения: стоя, сидя, стоя на коленях, лежа на спине и животе. Изменяя исходное положение, воспитатель может усложнить или облегчить двигательную задачу.

Общеразвивающие упражнения с предметами напоминают детям игры. Они с удовольствием играют с погремушкой, мячом, флажком, куклой. В упражнениях с предметами используются также имитационные упражнения («цыплята», «воробышки» и др.).

В зависимости от того, какой инвентарь будет использован на занятии, воспитатель продумывает и планирует построение; например, в упражнениях с палками, флажками целесообразно построение в колоннах и на достаточном расстоянии друг от друга, так как построение в шеренгах не позволит достигнуть необходимой амплитуды движений и, кроме того, может привести к травмам.

В основной части занятия используются игры большой подвижности, включающие движения, которые по возможности выполняются всеми детьми одновременно (бег, прыжки, метание, ползание. Например: «Самолеты», «Наседка и цыплята», «Солнышко и дождик», «Лошадки».

Третья, заключительная часть занятия небольшая по объему; в ней проводятся игры и игровые упражнения малой интенсивности, способствующие постепенному снижению двигательной активности. В ней используют упражнения в ходьбе, несложные игровые задания. Она обеспечивает ребенку постепенный переход от возбужденного состояния к относительно спокойному, дает возможность переключиться на другую деятельность.

Подготовительная часть повышает эмоциональное состояние детей, активизирует их внимание, готовит организм к предстоящей нагрузке. В этой части занятия создается игровая мотивация и ставится игровая задача. Но на некоторых занятиях мотивировка двигательной деятельности, основанная на игре, переносится и на начало основной части, а привлечение детей к выполнению упражнений носит опосредованный характер: музыкальное сопровождение, звучание бубна, напоминающее знакомые упражнения, и др.

В основной части занятия у детей формируют навыки выполнения движений, разучивают и закрепляют их, развивают физические качества, координационные способности. Для этой части занятия характерна кульминационная насыщенность сюжета.

В заключительной части занятия происходит постепенный переход от усиленной мышечной деятельности к спокойному состоянию, продолжается общение детей с игровыми персонажами, малыши настраиваются на самостоятельную игру.

Физкультурные занятия для дошкольников проводят не менее 3 раз в неделю. Длительность занятия зависит от возраста детей и составляет:

- в средней группе - 20 мин,
- в старшей группе - 25 мин,
- в подготовительной к школе группе - 30 мин.

## **I. Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития**

**4 - 5**

Обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр.

Формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость),

- ориентировку в пространстве
- развивать координацию,
- меткость,

<p><u>Воспитывать</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>– волевые качества, самостоятельность,</li><li>– стремление соблюдать правила в подвижных играх,</li><li>– проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений.</li></ul>
<p><u>Продолжать формировать</u> интерес и положительное отношение к</p> <ul style="list-style-type: none"><li>– физической культуре и</li><li>– активному отдыху,</li><li>– формировать первичные представления об отдельных видах спорта.</li></ul>
<p><u>Укреплять здоровье</u> ребенка, опорно-двигательный аппарат,</p> <ul style="list-style-type: none"><li>– <u>формировать</u> правильную осанку,</li><li>– <u>повышать</u> иммунитет средствами физического воспитания.</li></ul>
<p><u>Формировать представления</u> о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности</p>

<b>II. Содержание образовательной деятельности.</b>
<b>4 - 5</b>
<p><u>Педагог формирует и закрепляет:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– двигательные умения и навыки,</li> <li>– развивает психофизические качества при: <ul style="list-style-type: none"> <li>– выполнении упражнений основной гимнастики,</li> <li>– а также при проведении подвижных и спортивных игр.</li> </ul> </li> </ul>
<p><u>Помогает:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– точно принимать исходное положение,</li> <li>– показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности,</li> <li>– укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками,</li> </ul>
<p><u>Педагог воспитывает/ формирует:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– умение слышать и выполнять указания,</li> <li>– умение ориентироваться на словесную инструкцию;</li> </ul> <p>Поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений</p>
<p><u>Поддерживает стремление</u> соблюдать правила в подвижной игре;</p> <p><u>поощряет проявление</u> целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.</p>
<p><u>Начинает формировать элементарные представления</u> о разных формах активного отдыха, включая туризм,</p>
<p><u>Формирует представление</u> о правилах поведения в двигательной деятельности</p>
<p>Педагог <u>способствует овладению</u> элементарными нормами и правилами здорового образа жизни.</p>
<p>Формирует и закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.</p>
<p>Воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.</p>
<b>III. Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения)</b>
<b>3.1. Основные виды движения</b>
<b>3.1.1. Бросание, катание, ловля, метание</b>
<b>4-5</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>– прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см;</li> <li>скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет;</li> <li>– подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол;</li> <li>подбрасывание и ловля мяча не менее 3 - 4 раз подряд;</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>–бросание и ловля мяча в паре;</li> <li>–бросание мяча двумя руками из-за головы стоя;</li> <li>–бросание мяча двумя руками из-за головы сидя;</li> <li>- бросание вдаль</li> </ul>
отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд;
передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях;
перебрасывание мяча друг другу в кругу;
перебрасывание мяча через сетку;
<ul style="list-style-type: none"> <li>- прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога;</li> <li>- прокатывание обруча друг другу в парах;</li> </ul>
-попадание мячом в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2 - 2,5 м.
<b>3.1.2. Ползание, лазанье</b>
<b>4-5</b>
ползание на четвереньках "змейкой" между расставленными кеглями
ползание на четвереньках по наклонной доске по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками
проползание в обручи, под дуги
ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони
влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек;
переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1 - 2 рейки,
-подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком.
<b>3.1.3. Ходьба</b>
<b>4-5</b>
ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа движения
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ходьба на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру;</li> <li>- ходьба в противоположную сторону;</li> <li>- ходьба со сменой ведущего</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ходьба, перешагивая предметы;</li> <li>- ходьба, чередуя мелкий и широкий шаг, "змейкой"</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ходьба в сторону, назад, на месте;</li> <li>- ходьба с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной).</li> </ul>
- ходьба по наклонной доске с выполнением заданий
- ходьба в чередовании с бегом, прыжками;

- ходьба приставным шагом вперед, с остановкой по сигналу
<b>3.1.4. Бег</b>
<b>4-5</b>
- бег в колонне по одному, высоко поднимая колени; - бег на месте; - бег в парах; - бег по кругу, держась за руки; - бег, оббегая предметы
- бег со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; -бег мелким шагом; -бег на носках; -бег в чередовании с ходьбой; -бег врассыпную с ловлей и увертыванием.
- непрерывный бег 1 - 1,5 мин; - медленный бег 150 - 200 м; - бег на скорость 20 м; - бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; - пробегание 30 - 40 м в чередовании с ходьбой 2 - 3 раза; - челночный бег 2х5
-перебегание подгруппами по 5 - 6 человек с одной стороны площадки на другую;
<b>3.1.5. Прыжки</b>
<b>4-5</b>
– прыжки на двух ногах на месте, – прыжки на двух ногах на месте с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь; – прямой галоп;
подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2 - 3 м;
- прыжки через 4 - 6 линий (расстояние между линиями 40 - 50 см); - прыжки из обруча в обруч (плоский) по прямой; -прыжки в длину с места ( не менее 40-50 см.)
- спрыгивание со скамейки (высота 15-20 см)
- прыжки стараясь достать предмет, подвешенный над головой;
- выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами;

- попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой	
<b>3.1.6. Упражнения в равновесии</b>	
<b>4-5</b>	
ходьба по доске до конца и обратно с поворотом;	
ходьба по доске, (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны);	
ходьба по гимнастической скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны);	
ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком;	
ходьба по шнуру с мешочком на ладони вытянутой вперёд на ладони руки;**	
ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней;	
- кружение парами, держась за руки; - "ласточка".	- кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы; -кружение после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение "ласточки".
<b>3.2. Общеразвивающие упражнения</b>	
<b>3.2.1. Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса</b>	
<b>4-5</b>	
- основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью);	
основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью);	
отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно);	
перекладывание предмета из одной руки в другую	
хлопки над головой и перед собой;	
сгибание и разгибание рук, махи руками;	
сжимание и разжимание кистей рук, вращение кистями;	
выполнение упражнений пальчиковой гимнастики;	
-повороты головы вправо и влево, наклоны головы	
<b>3.2.2. Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника:</b>	
<b>4-5</b>	
- приседания на всей стопе и на носках, держа ноги вместе или разведя колени в стороны, с различным исходным положением рук (руки вперед, к плечам, в стороны)**	
- совершенствование полученных ранее навыков**	
наклоны вперед, вправо, влево,	

повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя	повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений
сгибание и разгибание ног из положения сидя	
поднимание и опускание ног из положения лежа	
<b>3.2.3. Упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса:</b>	
<b>4-5</b>	
поднимание и опускание ног, согнутых в коленях	
- сгибание и разгибание ног; - отведение ноги вперед, в сторону, назад; - поднимание на носки и опускание на всю ступню;	
приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны;	
выставление ноги на пятку (носок);	
махи ногами;	- махи ногами из положения стоя, держась за опору, лежа на боку, сидя, стоя на четвереньках; - выпады вперед и в сторону
захватывание стопами и перекладывание предметов с места на место.	
- упражнения из разнообразных исходных положений: сидя, лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги вместе, врозь; руки вниз, на поясе, перед грудью, за спиной); - упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими)	
<b>3.3. Ритмическая гимнастика</b>	
<b>3.3.1. Музыкально-ритмические упражнения,</b>	
<b>4-5</b>	
- разученные на музыкальном занятии упражнения, педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры.	
<b>3.3.2. Рекомендуемые упражнения</b>	
<b>4-5</b>	
ритмичная ходьба и бег под музыку в разном темпе;	
на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком,	
- выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, - повороты, поочередное "выбрасывание" ног	- поочередное выбрасывание ног - вперед в прыжке, на носок, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад в сторону, кружение,
- прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по	



одному и в парах под музыку;
движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками.
<b>3.3.3. Строевые упражнения</b>
<b>4-5</b>
Построение в колонну по одному, по два, по росту, врассыпную.
Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; перестроение из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении.
Размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без них.
Повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.
<b>4. Подвижные игры</b>
<b>4-5</b>
Педагог продолжает: - закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх, - поощряет желание выполнять роль водящего, – развивает пространственную ориентировку, – самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников.
Приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре).
<b>5. Спортивные игры в соответствии с ОП ДО</b>
<b>6. Спортивные упражнения</b>
<b>4-5</b>
Педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.
<b>6.1. Катание на санках</b>
<b>4-5</b>
подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.
<b>6.2. Ходьба на лыжах:</b>
<b>4-5</b>
скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору "ступающим шагом" и "полуелочкой".
<b>6.3. Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате:</b>

<b>4-5</b>
Катание на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью
<b>6.4. Плавание в соответствии с ОП ДО</b>
<b>6.5. Катание на коньках в соответствии с ОП ДО</b>
<b>7. Формирование основ здорового образа жизни</b>
<b>4-5</b>
<u>Способствует пониманию</u> детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья
<u>Уточняет представления</u> детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него
<u>Напоминает</u> о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и другое).
<u>Формирует первичные представления</u> об отдельных видах спорта.
<b>8. Активный отдых*</b>
<b>8.1. Предлагаемое (рекомендуемое) тематическое содержание физкультурных досугов и праздников</b>
<b>4-5</b>
<b>Досуг</b>
Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, ярким спортивным событиям и достижениям выдающихся спортсменов.
<b>8.2. Физкультурные досуги</b>
<b>4-5</b>
<b>Досуг организуется 1 - 2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе</b>
Продолжительность 20 - 25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения.
<b>8.3. Физкультурные праздники</b>
<b>4-5</b>
<b>Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1 - 1,5 часов.</b>
Педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей
<b>8.4. Дни здоровья</b>
<b>4-5</b>
<b>День здоровья проводится 1 (один) раз в квартал</b>
В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.

<b>Туристские прогулки и экскурсии</b>	
<p>Педагог организует для детей непродолжительные пешие прогулки и экскурсии с постепенно удлиняющимися переходами - на стадион, в парк, на берег моря и другое. Время перехода в одну сторону составляет 30 - 40 минут, общая продолжительность не более 1,5 - 2 часов. Время непрерывного движения 20 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут.</p> <p>Педагог формирует представления о туризме как виде активного отдыха и способе ознакомления с природой и культурой родного края; оказывает помощь в подборе снаряжения (необходимых вещей и одежды) для туристской прогулки, организует наблюдение за природой, обучает ориентироваться на местности, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения, осторожность в преодолении препятствий; организует с детьми разнообразные подвижные игры во время остановки.</p>	<p>Организуются при наличии возможностей дополнительного сопровождения и организации санитарных стоянок.</p> <p>Педагог организует пешеходные прогулки. Время перехода в одну сторону составляет 35 - 40 минут, общая продолжительность не более 2 - 2,5 часов. Время непрерывного движения 20 - 30 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. В ходе туристской прогулки с детьми проводятся подвижные игры и соревнования, наблюдения за природой родного края, ознакомление с памятниками истории, боевой и трудовой славы, трудом людей разных профессий.</p> <p>Для организации детского туризма педагог формирует представления о туризме, как форме активного отдыха, туристских маршрутах, видах туризма, правилах безопасности и ориентировки на местности: правильно по погоде одеваться для прогулки, знать содержимое походной аптечки, укладывать рюкзак весом от 500 гр. до 1 кг (более тяжелые вещи класть на дно, скручивать валиком и аккуратно укладывать запасные вещи и коврик, продукты, мелкие вещи, игрушки, регулировать лямки); преодолевать несложные препятствия на пути, наблюдать за природой и фиксировать результаты наблюдений, ориентироваться на местности, оказывать помощь товарищу, осуществлять страховку при преодолении препятствий, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения во время туристской прогулки.</p>

### **2.1.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов.**

Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов полностью соответствуют заявленным в ОП ДО.

#### **2.1.2.1. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик**

Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик полностью соответствуют заявленным в ОП ДО.

#### **2.1.2.2. Особенности взаимодействия с семьями обучающихся**

Выступления на родительских собраниях	сентябрь
Консультация для родителей «Спортивная форма на занятиях физической культурой»	
Консультация для родителей «Как заинтересовать ребёнка занятиями по физической культуре»	октябрь

«Закаливание детей дошкольного возраста»	
Консультация для родителей «Правила нахождения родителей на физкультурных праздниках в детском саду» Физкультурный досуг ко дню Матери «Мама разные нужны, а спортивные - важны» - средние группы «Я для мамы всё могу!» - старшие и подготовительные к школе группы компенсирующей направленности Консультация для родителей «Утренняя гимнастика в семье - здоровая семья!»	ноябрь
Консультация для родителей «Безопасный Новый год» Участие родителей в физкультурном развлечении «Пропавшие Новогодние игрушки» - средние группы «Новогодние забавы» - старшие и подготовительные к школе группы компенсирующей направленности	декабрь
Индивидуальные беседы – консультации по запросам родителей.	в течение года
Консультация для родителей «Профилактика плоскостопия и нарушения осанки» «Подвижные игры в зимний период для детей с родителями»	январь
Консультация для родителей «Игры, которые лечат» Участие родителей в физкультурных праздниках, посвящённых Дню защитника Отечества: «Мы-будущие солдаты» - средние группы «Вот какие мы солдаты» - старшие группы и подготовительные к школе компенсирующей направленности	февраль
Консультация для родителей «Применение здоровьесберегающих технологий в повседневной жизни детей дошкольного возраста»	март
Консультация для родителей «Роль семьи в формировании у ребенка представлений о здоровом образе жизни»	апрель
Консультация для родителей «Подвижные игры в жизни ребёнка»	май

### 2.1.3. Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей, предусмотренная Программой

Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей, предусмотренная Программой полностью соответствуют заявленным в ОП ДО.

#### 2.1.4. Рабочая программа воспитания

Рабочая программа воспитания полностью соответствует заявленным в ОП ДО.

##### 2.1.4.1. Целевой раздел рабочей программы воспитания

Целевой раздел рабочей программы воспитания полностью соответствует заявленным в ОП ДО.

##### 2.1.4.2. Содержательный раздел рабочей программы воспитания

Содержательный раздел рабочей программы воспитания полностью соответствует заявленным в ОП ДО

##### 2.1.4.3. Организационный раздел рабочей программы воспитания

Организационный раздел рабочей программы воспитания полностью соответствует заявленным в ОП ДО

### 2.2. Содержательный раздел части, формируемой участниками образовательных отношений

Содержательный раздел части, формируемой участниками образовательных отношений полностью соответствует заявленным в ОП ДО

#### 2.2.1. Реализация парциальных программ

*Реализация парциальной программы «Безопасность»  
(Р.Б. Стёркина, О.Л. Князева, Н.Н. Авдеева)*

Содержание работы	Формы работы
<p><u>по разделу «Ребёнок и другие люди»</u> знает, как можно защититься в ситуации насильственных действий незнакомого взрослого на улице; знает, что нельзя входить в подъезд дома с незнакомым взрослым; нельзя одному входить в подъезд, лифт; знает, как правильно вести себя, если чужой пытается войти в квартиру, при разговоре с незнакомым по телефону; умеет сказать «нет» приятелям, пытающимся вовлечь его в опасную ситуацию; знает, что доверять можно только близким людям; лучше не вступать в разговор с незнакомцем, нельзя поддаваться на его уговоры, идти с ним куда-либо, садиться в машину.</p> <p><u>по разделу «Ребёнок и природа»</u> различает и правильно называет съедобные ягоды и ядовитые растения; знает, что</p>	<p><u>Тема «Ребёнок и другие люди».</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Беседы</li><li>• Д/и</li></ul> <p><u>Тема: «Ребёнок и природа».</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Беседы по картинкам и плакатам; наблюдения на участке во время прогулок и экскурсий.</li><li>• Д/и (про насекомых, ядовитые растения, грибы, ягоды).</li><li>• Моделирование игровых обучающих ситуаций.</li><li>• Рассматривание иллюстраций, чтение стихотворений</li></ul>

нельзя трогать незнакомые цветы, кустарники;  
имеет представление о том, какие действия вредят природе, портят её, а какие способствуют её восстановлению;  
знает правила поведения при контакте с животными.

**по разделу «Ребёнок дома»**

называет предметы, которыми детям пока нельзя пользоваться. А также предметы, которыми следует пользоваться осторожно;

имеет представление о том, что опасные предметы должны храниться в специально отведённых местах;

знает правила поведения при пожаре; имеет представление об истории пожарной службы;

умеет вызывать «скорую медицинскую помощь»;

знает, что нельзя самим открывать окна и выглядывать из них, выходить на балкон и играть там.

**по разделу «Здоровье ребёнка»**

знает о пользе витаминов и их значении для здоровья человека;

знает, что такое здоровье и болезнь, что необходимо своевременно обращаться к врачу, о важности прививок для профилактики заболеваний;

имеет представление о назначении и работе пищеварительной системы, о назначении мышц, костей, суставов, их ролью в строении тела человека, а также о возможностях движения различных частей тела;

понимает, что здоровье зависит от правильного питания; называет полезные продукты;

имеет представление о характерных особенностях профессиональной одежды; об основном назначении одежды человека, в зависимости от времени года, его занятий в данное время;

знает, что для того, чтобы чувствовать себя бодрым и здоровым, нужно соблюдать правильный режим дня;

имеет представление о видах спорта и пользе занятий ими для здоровья.

**по разделу " Эмоциональное благополучие ребенка "**

осознанно воспринимает свои чувства, желания, выражает их понятным другим людям образом знает способы выхода из конфликтных ситуаций, не доводя дело до их силового решения.

- С/р игра «Мой дом – моя крепость».
- Чтение р. н. с. «Волк и семеро козлят», «Кот, петух и лиса».
- Инсценирование игровых ситуаций

**Тема: «Ребёнок один дома».**

- Занятие-практикум «Спешим на помощь».
- Д/и
- Беседы
- Творческое задание
- Итоговое занятие
- Чтение

**Тема: «Здоровье ребёнка»**

- Д/и (что вредно, а что полезно, об органах человека, их функциях).
- Занятия, беседы, наблюдения.
- Чтение художественной литературы
- Театрализованное представление по стих. А. Барто «Девочка чумазая».
- Загадывание загадок о туалетных принадлежностях.

**Тема: «Эмоции»**

- Беседы
- Д/и
- Рисование свободное и тематическое.
- С/р игра «Детский сад», «Дом», «Семья».
- Чтение художественной литературы
- Разучивание хороводных игр
- Обсуждение с детьми ситуаций, из-за которых происходят споры.
- Разучивание пословиц

**Тема: «Ребёнок на улицах города»**

- Занятие-практикум
- С/р игры

<p><b><u>по разделу «Ребёнок на улице»</u></b>  имеет представление о правилах этичного и безопасного поведения в городском транспорте;  соблюдает элементарные правила поведения на улице, элементарные правила дорожного движения;  понимает значения сигналов светофора, сигналы регулировщика;  узнает и называет дорожные знаки «Пешеходный переход», «Дети», «Остановка общественного транспорта», «Подземный пешеходный переход», «Пункт медицинской помощи»;  различает проезжую часть, тротуар, подземный пешеходный переход, пешеходный переход «Зебра»;  знает, где можно кататься на велосипеде, а где нельзя, и какие правила при этом нужно соблюдать знает, что если потерялся на улице, то обращаться за помощью можно не к любому взрослому, а только к полицейскому, военному, продавцу.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Д/и</li> <li>• Изготовление макета улицы, дорожных знаков (продуктивная деятельность).</li> <li>• Чтение художественной литературы</li> <li>• Просмотр видеофильмов по теме «Безопасность на дороге»</li> </ul>
--	--

***Реализация парциальной программы «Куляндия» (М.И.Родина, А.И.Буренина)***

<b>Содержание работы</b>	<b>Формы работы</b>
<p>Построение и содержание занятий с использованием различных видов театра:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Театр игрушек;</li> <li>• Пальчиковый театр;</li> <li>• Куклы – прыгунки;</li> <li>• Варежковый театр;</li> <li>• Куклы – говорунчики;</li> <li>• Платковые куклы;</li> <li>• Театр теней.</li> <li>• Куклы - марионетки</li> <li>• Упражнения и этюды на создание игрового образа на</li> </ul>	<p>Показ кукольного представления детьми друг для друга.  Игры на сплочение коллектива  Игры на организацию внимания  <b>Перчаточные куклы.</b> Упражнение. Упражнения на развитие речи — скороговорки, чистоговорки, исполнение стихов с атрибутами («глазки», одевающиеся на палец).  Упражнения в манипуляции с <b>варежковой куклой</b> «для двоих», «Ворона».  Сценки: «Необычная планета» (1 и 2-й варианты), «Ворона Кара-Кара».  <b>Куклы-марионетки.</b>  <b>Ростовые куклы.</b> Двигательные импровизации детей с ростовыми куклами» для двоих л для троих» (куклы: Заяц, Кот-артист, Леопардик и др.). Сценки «Леопардик», «Хороший день» и др.  <b>Упражнения с атрибутами.</b>  Упражнения на релаксацию.</p>

<p>координацию речи и движения.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игры - сказки, сказки – импровизации.</li> </ul>	<p>Этюды на память физических действий.  <b>Упражнения на развитие мимики.</b>  <b>Тактильные игры.</b>  <b>Игры на внимание.</b>  <b>Речевые и двигательные игры</b> с музыкальным сопровождением: скороговорки, «Ипподром» и т. п.  <b>Игры на развитие фантазии, творчества:</b> сочинение рассказов (небылиц), «Киноплёнка».  <b>Музыкально-ритмические упражнения</b> (с атрибутами).  <b>Теневого театр.</b> Сценки «Живые картинки» (инсценировки с куклами для теневого театра), Упражнения на импровизацию.  Танцевальные импровизации с <b>платковыми куклами.</b>  Разыгрывание диалогов или сенок для будущей постановки.  Релаксационные упражнения.</p>
---	---

### 2.2.2. *Формы, способы, методы и средства реализации Программы*

<i>Формы работы по видам детской деятельности</i>
---

<b>Образовательная область</b>	<b>Детская деятельность</b>	<b>Формы реализации задач</b>	<b>Форма организации</b>
<b>Физическое развитие</b>	Двигательная	Подвижные дидактические игры Подвижные игры с правилами Игровые упражнения Соревнования	Групповая Подгрупповая Индивидуальная

### *Методы образования дошкольников, применение их в образовательном процессе*

<i>Название метода</i>	<i>Определение метода</i>	<i>Рекомендация по их применению</i>
<u>Методы по источнику знаний</u>		



<b>Словесные</b>	Словесные методы подразделяются на следующие виды: рассказ, объяснение, беседа.	Словесные методы позволяют в кратчайший срок передать информацию детям.
<b>Наглядные</b>	Под наглядными методами образования понимаются такие методы, при которых ребенок получает информацию, с помощью наглядных пособий и технических средств. Наглядные методы используются во взаимосвязи со словесными и практическими методами обучения. Наглядные методы образования условно можно подразделить на две большие группы: метод иллюстраций и метод демонстраций.	<i>Метод иллюстраций</i> предполагает показ детям иллюстративных пособий: плакатов, картин, зарисовок на доске и пр. Метод демонстраций связан с показом мультфильмов, диафильмов и др. Такое подразделение средств наглядности на иллюстративные и демонстрационные является условным. Оно не исключает возможности отнесения отдельных средств наглядности как к группе иллюстративных, так и демонстрационных. В современных условиях особое внимание уделяется применению такого средства наглядности, как компьютер индивидуального пользования. Компьютеры дают возможность воспитателю моделировать определенные процессы и ситуации, выбирать из ряда возможных решений оптимальные по определенным критериям, т.е. значительно расширяют возможности наглядных методов в образовательном процессе при реализации ПООП дошкольного образования.
<b>Практические</b>	Практические методы обучения основаны на практической деятельности детей и формируют практические умения и навыки.	Выполнение практических заданий проводится после знакомства детей с тем или иным содержанием и носят обобщающий характер. Упражнения могут проводиться не только в организованной образовательной деятельности, но и в самостоятельной деятельности.
<u>Методы по характеру образовательной деятельности детей</u>		
<b>Информационно-рецептивный</b>	Воспитатель сообщает детям готовую информацию, а они ее воспринимают, осознают и фиксируют в памяти.	Один из наиболее экономных способов передачи информации. Однако при использовании этого метода обучения не формируются умения и навыки пользоваться полученными знаниями.
<b>Репродуктивный</b>	Суть метода состоит в многократном повторении способа деятельности по заданию воспитателя.	Деятельность воспитателя заключается в разработке и сообщении образца, а деятельность детей – в выполнении действий по образцу.

<b>Проблемное изложение</b>	Воспитатель ставит перед детьми проблему – сложный теоретический или практический вопрос, требующий исследования, разрешения, и сам показывает путь ее решения, вскрывая возникающие противоречия. Назначение этого метода – показать образцы научного познания, научного решения проблем.	Дети следят за логикой решения проблемы, получая эталон научного мышления и познания, образец культуры развертывания познавательных действий.
<b>Частично-поисковый</b>	Суть его состоит в том, что воспитатель расчленяет проблемную задачу на подпроблемы, а дети осуществляют отдельные шаги поиска ее решения.	Каждый шаг предполагает творческую деятельность, но целостное решение проблемы пока отсутствует.
<b>Исследовательский</b>	Этот метод призван обеспечить творческое применение знаний.	В процессе образовательной деятельности дети овладевают методами познания, так формируется их опыт поисково-исследовательской деятельности.
<b>Активные методы</b>	Активные методы предоставляют дошкольникам возможность обучаться на собственном опыте, приобретать разнообразный субъективный опыт.	Активные методы обучения предполагают использование в образовательном процессе определенной последовательности выполнения заданий: начиная с анализа и оценки конкретных ситуаций, дидактическим играм. Активные методы должны применяться по мере их усложнения. В группу активных методов образования входят дидактические игры – специально разработанные игры, моделирующие реальность и приспособленные для целей обучения.

*Соотношение видов детской деятельности и форм образовательной деятельности*

**Двигательная деятельность**

<b>Формы образовательной деятельности</b>		
<b>Непрерывная образовательная деятельность</b>	<b>Деятельность в режимных моментах</b>	<b>Самостоятельная деятельность детей</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• игровая беседа с элементами движений;</li> <li>• интегративная деятельность;</li> <li>• утренняя гимнастика;</li> <li>• совместная деятельность взрослого и детей тематического характера;</li> <li>• игра;</li> <li>• контрольно-диагностическая деятельность;</li> <li>• экспериментирование;</li> <li>• физкультурное занятие;</li> <li>• спортивные и физкультурные досуги;</li> <li>• спортивные состязания, эстафеты;</li> <li>• проектная деятельность</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• игровая беседа с элементами движений;</li> <li>• интегративная деятельность;</li> <li>• утренняя гимнастика;</li> <li>• совместная деятельность взрослого и детей тематического характера;</li> <li>• игра;</li> <li>• контрольно-диагностическая деятельность;</li> <li>• экспериментирование;</li> <li>• физкультурное занятие;</li> <li>• спортивные и физкультурные досуги;</li> <li>• спортивные состязания;</li> <li>• проектная деятельность</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• двигательная активность в течение дня;</li> <li>• игра;</li> <li>• самостоятельные спортивные игры и упражнения и др.</li> </ul>

### **3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ ОТДЕЛ**

#### **3.1. Организационный раздел обязательной части Программы**

Организационный раздел обязательной части Программы полностью соответствует заявленным в ОП ДО.

##### **3.1.1. Психолого-педагогические условия реализации Программы**

Психолого-педагогические условия реализации Программы полностью соответствует заявленным в ОП ДО.

##### **3.1.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды**

РППС рассматривается как часть образовательной среды и фактор, обогащающий развитие детей. РППС ГБДОУ выступает основой для разнообразной, разносторонне развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребенка деятельности

РППС создает возможности для учета особенностей, возможностей и интересов детей, коррекции недостатков их развития.

РППС включает организованное пространство:

- территория ГБДОУ;
- групповые комнаты;
- специализированные, технологические, административные и иные помещения.

Территория образовательного учреждения включает в себя: групповые площадки, 2 спортивные площадки, игровую площадку для обеспечения профилактики детского дорожно-транспортного травматизма и безопасности дорожного движения, научно-экспериментальную метеоплощадку.

Зал для гимнастических занятий:

- физкультурные занятия, индивидуальная работа по физическому воспитанию;
- развитие физических способностей детей, их эмоционально–волевой сферы;
- обучение детей дошкольного возраста работе на спортивном оборудовании;
- развитие основных движений в процессе групповой, подгрупповой и индивидуальной работы;
- консультационная работа по вопросам физического воспитания для родителей и педагогов;
- спортивные праздники;
- физкультурные досуги, развлечения.

Задачи работы	Вид помещений	Оснащение
Виды деятельности детей		
<i><b>Двигательная деятельность</b></i>		
<p><i><b>- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации)</b></i></p>	<p>Физкультурный и музыкальный зал Игровые помещения групп Участок учреждения Бассейн</p>	<p>Музыкальный центр Оборудование: - для ходьбы, бега, равновесия; - прыжков; - катания, бросания, ловли; - ползания и лазания; - общеразвивающих упражнений Набор «Кузнечик» Картотеки подвижных игр Картотека «Игры, которые лечат» Игры на ловкость (Кегли, «Поймай рыбку» и т.д.)</p>
<p><i><b>- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями)</b></i></p>		

		<p>Тренажеры (велосипед и др.)  Атрибуты для спортивных игр (хоккей, бадминтон и др.)  Игровые комплексы (горка)  Качели, Карусели  Материалы, учитывающие интересы мальчиков и девочек</p>
<p><b>- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании</b></p>	<p>Физкультурный и музыкальный зал  Игровые помещения всех групп  Участок учреждения  Бассейн</p>	<p>Оборудование:  - для ходьбы, бега, равновесия;  - прыжков;  - катания, бросания, ловли;  - ползания и лазания;  - общеразвивающих упражнений  Настольно-печатные игры («Виды спорта» и др.)  Игры на ловкость (Кегли, «Поймай рыбку» и т.д.)  Тренажеры (велосипед и др.)  Фитболы  Атрибуты для спортивных игр (хоккей, бадминтон и др.)  Игровые комплексы (горка)  Качели  Карусели</p>
<p><b>- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей</b></p>	<p>Все пространство учреждения  Участок учреждения</p>	<p>Развивающие игры  Художественная литература  Игры на ловкость  Дидактические игры на развитие психических функций - мышления, внимания, памяти, воображения  Оборудование:  - для ходьбы, бега, равновесия;  - прыжков;  - катания, бросания, ловли;  - ползания и лазания;  - общеразвивающих упражнений  Набор «Кузнечик»  Картотеки подвижных игр</p>

<p><b>- воспитание культурно-гигиенических навыков</b></p>	<p>Все помещения групп Участок учреждения</p>	<p>Картотека «Игры, которые лечат» Тренажеры (велосипед и др.) Атрибуты для спортивных игр (хоккей, бадминтон и др.) Игровые комплексы (горка)</p> <p>Алгоритмы для запоминания последовательности культурно-гигиенических навыков Художественная литература Игрушки-персонажи Игрушки - предметы оперирования Маркеры игрового пространства Настольные игры соответствующей тематики Иллюстративный материал, картины, плакаты</p>
<p><b>- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни</b></p>	<p>Все помещения групп Участок учреждения</p>	<p>Иллюстративный материал, картины, плакаты Настольные игры соответствующей тематики Художественная литература для чтения детям и рассматривания самими детьми Игрушки-персонажи Игрушки - предметы оперирования Физкультурно-игровое оборудование Оборудование: - для ходьбы, бега, равновесия; - прыжков; - катания, бросания, ловли; - ползания и лазания; - общеразвивающих упражнений Набор «Кузнечик» Картотеки подвижных игр Картотека «Игры, которые лечат»</p>

<p><i>Зал для гимнастических занятий</i></p>	<p>Контейнер для хранения мячей передвижной – 2шт., стеллажи для хранения инвентаря. Щит для метания в цель, щит баскетбольный, стенка гимнастическая – 4 шт., скамья гимнастическая – 4 шт., велотренажер – 2 шт., бревно гимнастическое-2 шт., дорожка-балансир, напольная дорожка «Гусеница», детский мат «Дорожка»-4 шт., доска гладкая с зацепами, доска ребристая – 3 шт., дуга для подлезания большая и малая – 3 шт., канат гладкий, канат с узлами, коврик массажный от плоскостопия, лестница деревянная с зацепами, мягкий модульный конструктор, ролик гимнастический, батут детский, гантели мягкие. Музыкальный центр, канат, дорожка-балансир, стенка гимнастическая, лестница деревянная с зацепами, доска ребристая, скамейка гимнастическая, спортивный уголок, бревно гимнастическое, велотренажёр детский, беговая дорожка, тележка для физкультурных принадлежностей, доска интерактивная, кронштейн для проектора, стеллаж «Регулировщик», музыкальный центр, облучатель циркулирующий, мягкий модуль «сказочный дом», мягкий модуль «Тоннель лабиринт», вестибулярная платформа, вибродорожка тип 1, вибродорожка тип 2, виброкамейка. Гибкий модуль большой ТИСА, горка корректирующая, каток, лестница деревянная с верёвками, щит для метания. Кольцо баскетбольное, дуга металлическая (высота 45), дуга металлическая (высота 55), обруч (диаметр 90), обруч (диаметр 60), коврики для ОРУ, набор кеглей, ленточки на кольцах, гантели, мешочки с песком, стойки для подлезания, набор геометрических форм, дуги для прокатывания мячей -10 шт, мячи массажные, мячи резиновые (диаметр 7 см), мячи резиновые (диаметр 10см), мячи резиновые (диаметр 20см), кольцоброс, бубен, палка гимнастическая, наклонная доска, канат с узлами, дорожка мат, дорожка змейка, мат гимнастический малый.</p>
--	---

РППС создается как единое пространство, все компоненты которого, как в помещении, так и вне его, согласуются между собой по содержанию, масштабу, художественному решению.

При проектировании РППС учитывается:

- местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно-климатические условия,
- возраст, уровень развития детей и особенности их деятельности, содержание образования;
- задачи образовательной программы для разных возрастных групп;

возможности и потребности участников образовательной деятельности (детей и их семей, педагогов и других сотрудников, участников сетевого взаимодействия и других участников образовательной деятельности)

С учетом возможности реализации Программы в различных организационных моделях и формах РППС соответствует:

- требованиям ФГОС ДО;
- образовательной программе ДОО;
- материально-техническим и медико-социальным условиям пребывания детей в ДОО;
- возрастным особенностям детей;

– воспитывающему характеру обучения детей в ДОО;  
требованиям безопасности и надежности.

РППС обеспечивает возможность реализации разных видов индивидуальной и коллективной деятельности:

- игровой,
- коммуникативной,
- познавательно-исследовательской,
- двигательной,
- продуктивной и прочее

в соответствии с потребностями каждого возрастного этапа детей, охраны и укрепления их здоровья, возможностями учета особенностей и коррекции недостатков их развития.

В соответствии с ФГОС ДО РППС в физкультурном зале:

1) содержательно-насыщенная – включает средства обучения (в том числе технические и информационные), инвентарь, игровое, спортивное и оздоровительное оборудование, которые позволяют обеспечить игровую, познавательную, исследовательскую; двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях; эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением; возможность самовыражения детей;

2) трансформируемая – обеспечивает возможность изменений РППС в зависимости от образовательной ситуации, в том числе меняющихся интересов, мотивов и возможностей детей;

3) полифункциональная – обеспечивает возможность разнообразного использования составляющих РППС (матов, мягких модулей, нестандартного оборудования, спортивного инвентаря) в том числе в разных видах детской активности;

4) доступная – обеспечивает свободный доступ воспитанников (в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья) к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;

5) безопасная – все элементы РППС соответствует требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования, такими как санитарно-эпидемиологические правила и нормативы и правила пожарной безопасности.

В физкультурном зале обеспечена доступность предметно-пространственной среды для воспитанников, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья.

РППС физкультурного зала обеспечивает условия для физического и психического развития, охраны и укрепления здоровья, коррекции и компенсации недостатков развития детей.

Для этого в физкультурном зале достаточно пространства для свободного передвижения детей, а также выделены зоны для разных видов двигательной активности детей – бега, прыжков, лазания, метания и др.

В физкультурном зале достаточно оборудования, инвентаря для развития крупной моторики и содействия двигательной активности, пособия для развития мелкой моторики.



РППС в физкультурном зале обеспечивает условия для эмоционального благополучия детей и комфортной работы педагогических сотрудников.

РППС обеспечивает условия для художественно - эстетического развития детей. Помещения физкультурного зала оформляются для каждого мероприятия с художественным вкусом в соответствии с темой.

В физкультурном зале созданы условия для информатизации образовательного процесса.

Для этого в физкультурном зале имеется оборудование для использования информационно-коммуникационных технологий в образовательном процессе (мобильные компьютеры, интерактивное оборудование, принтеры и т. п.). Обеспечено подключение мобильных компьютеров к сети Интернет с учетом регламентов безопасного пользования Интернетом.

Компьютерно - техническое оснащение физкультурного зала используется для различных целей:

- для демонстрации детям познавательных, мультипликационных фильмов;
- для поиска в информационной среде материалов, обеспечивающих реализацию основной образовательной программы;
- для предоставления информации о Программе семье, всем заинтересованным лицам, вовлеченным в образовательную деятельность, а также широкой общественности;
- для обсуждения с родителями (законными представителями) детей вопросов, связанных с реализацией Программы и т. п.

РППС обеспечивает условия для эмоционального благополучия детей и комфортной работы педагогических и учебно-вспомогательных сотрудников.

### **3.1.3. Материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания**

Материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания полностью соответствует ОП ДО.

### **3.1.4. Примерный перечень литературных, музыкальных, художественных, анимационных произведений для реализации Программы**

Примерный перечень литературных, музыкальных, художественных, анимационных произведений для реализации Программы полностью соответствует ОП ДО.

### **3.1.5. Кадровые условия реализации**

Кадровые условия реализации полностью соответствуют ОП ДО.

### **3.1.6. Режим и распорядок дня в дошкольных группах**

Режим и распорядок дня в дошкольных группах полностью соответствует ОП ДО.

### **3.1.7 Календарный план воспитательной работы**

Календарный план воспитательной работы реализуется в соответствии с ОП ДО.

## **3.2. Организационный раздел части Программы, формируемой участниками образовательных отношений**

Организационный раздел части Программы, формируемой участниками образовательных отношений

#### 4.Календарное планирование

##### 4.1. Планирование образовательной деятельности ОО «Физическое развитие» в средней группе СЕНТЯБРЬ

Программное содержание	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры, упражнять в энергичном отталкивании от пола и мягком приземлении при подпрыгивании.	Построение в шеренгу, обычная ходьба в колонне по одному, обычный бег в колонне по одному.	Комплекс ОРУ без предметов Основные движения: Равновесие-ходьба и бег между линиями Прыжки -подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом вправо и влево. *Ходьба между двумя линиями *Прыжки на двух ногах, продвигаясь до кубика Подвижная игра «Найди себе пару»	Ходьба в колонне по одному с платочком (ленточкой) <b>Пензулаева,стр.19,занятия № 1,2</b>
Учить энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета, упражнять в прокатывании мяча	Построение в шеренгу, ходьба и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу педагога, ходьба с заданием	Комплекс ОРУ флажками Основные движения: «Достань до предмета»-прыжки на месте на двух ногах доставая до предмета. Прокатывание мячей друг другу, стоя на коленях, сидя на пятках *«Достань до предмета»-прыжки на месте на двух ногах доставая до предмета. *Ползание на четвереньках по прямой Подвижная игра «Самолёты»	Ходьба в колонне по одному <b>Пензулаева,стр.22,занятия №4,5</b>
Упражнять в ходьбе колонной по одному, беге враспынную, в прокатывании мяча, лазанье под шнур.	Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному между двумя линиями, бег враспынную.	Комплекс ОРУ с мячом Основные движения: Прокатывание мячей друг другу двумя руками, стойка на коленях Лазание под шнур, не касаясь руками пола. *Лазание под дугу, не задевая верхнего края. *Прыжки на двух ногах между кубиками «змежкой» *Броски мяча в вверх и ловля его двумя руками. Подвижная игра «Огуречик, огуречик»	Ходьба обычная в колонне по одному в чередовании с ходьбой на носках. <b>Пензулаева,ст.26,занятия № 7,8</b>
Продолжать учить останавливаться по сигналу педагога во время ходьбы, закреплять умение группироваться при лазанье под шнур, упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры.	Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному с заданием «Воробышки!», бег враспынную.	Комплекс ОРУ с малыми обручами Основные движения Лазание под шнур, не касаясь руками пола. Ходьба на носках по доске, лежащей на полу. * Ходьба на носках по доске, лежащей на полу с перешагиванием через кубики. *Лазание под дугу с опорой на ладони и колени. Подвижная игра «У медведя во бору»	Игра малой подвижности «Где постучали» <b>Пензулаева,стр.30,занятия № 10,11</b>

##### ОКТАБРЬ

Программное содержание	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на	Ходьба в колонне по одному с	Комплекс ОРУ с косичкой Упражнение в равновесии-ходьба по гимнастической скамейке, на середине	Ходьба в колонне по одному на носках. как мышки, «за котом».

повышенной опоре, упражнять в энергичном отталкивании от пола и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперёд.	перешагиванием через шнуры, бег с перепрыгиванием через шнуры.	присесть, пройти до конца скамейки. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд до предмета. *Упражнение в равновесии- ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. *Прыжки на двух ногах до косички, перепрыгнуть. Подвижная игра «Кот и мыши»	Пензулаева, стр.35, занятия 13,14
Учить детей находить своё место в шеренге после ходьбы и бега, упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч, закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения.	Построение в шеренгу, обычная ходьба в колонне по одному с заданием, ходьба и бег враспынную	Комплекс ОРУ без предметов Основные движения: Прыжки-перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах. Прокатывание мячей друг другу * Прыжки-перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах *Прокатывание мячей между предметами Подвижная игра «Автомобили»	Ходьба в колонне по одному («автомобили поехали в гараж») <b>Пензулаева, стр.38, занятия № 16,17.</b>
Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски, упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу.	Построение в шеренгу, ходьба с перешагиванием через бруски, бег враспынную.	Комплекс ОРУ с мячом Основные движения: Лазание под шнур, не касаясь руками пола. Прокатывание мяча в прямом направлении. *Лазание под дугу. *Прыжки на двух ногах через 4-5 линий *Подбрасывание мячей вверх и ловля двумя руками Подвижная игра «У медведя во бору»	Игра малой подвижности «Угадай, где спрятано» <b>Пензулаева, ст.41, занятия № 19,20</b>
Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге враспынную, повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола, упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры.	Построение в шеренгу, ходьба и бег в колонне по одному, ходьба и бег враспынную.	Комплекс ОРУ с кеглей Основные движения: Подлезание под дугу, не касаясь руками пола. Ходьба по доске, перешагивая через кубики. Прыжки на двух ногах между кубиками. *Лазание под шнур с мячом в руках *Прокатывание мяча в прямом направлении Подвижная игра «Кот и мыши»	Игра «Угадай, кто позвал?» <b>Пензулаева, стр.44, занятия № 22,23</b>

## НОЯБРЬ

Программное содержание	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в прыжках на двух ногах. закреплять умение удерживать равновесие при ходьбе на повышенной опоре.	Ходьба и бег между кубиками, поставленными враспынную по всему залу. Построение около кубиков.	Комплекс ОРУ с кубиком Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. Прыжки на двух ногах «змейкой» *Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. *Прыжки на двух ногах через 5-6 линий. Подвижная игра «Салки»	Игра малой подвижности «Найди и промолчи» Пензулаева, стр.49, занятия № 25,26.

Упражнять в ходьбе и беге по кругу, на носках в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках, в прокатывании мяча.	Построение в шеренгу, обычная ходьба в колонне по одному, ходьба с поворотом в другую сторону ходьба и бег враспынную, ходьба на носках.	Комплекс ОРУ без предметов Прыжки на двух ногах через 5-6 линий Прокатывание мячей друг другу *Перебрасывание мячей друг другу *Прыжки на двух ногах «змейкой» Подвижная игра «Самолёты»	Ходьба в колонне по одному, впереди звено, победившее в игре «Самолёты» <b>Пензулаева, стр.52, занятия № 28,29</b>
Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения, в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками, повторить ползание на четвереньках.	Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному с изменением направления, с высоким подниманием колен, ходьба и бег враспынную.	Комплекс ОРУ с мячом Броски мяча о землю и ловля его двумя руками. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. *Броски мяча о пол одной рукой и ловля его двумя руками после отскока. *Ползание в шеренгах в прямом направлении спорой на ладони и ступни. Подвижная игра «Лиса и куры»	Ходьба в колонне по одному <b>Пензулаева, стр.55, занятия № 31,32.</b>
Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу, в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость.	Построение в шеренгу, ходьба и бег в колонне по одному, враспынную с дополнительным заданием	Комплекс ОРУ с флажками Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. Прыжки на двух ногах до кубика *Ходьба по гим. скамейке боком приставным шагом, на середине присесть. *Прыжки на двух ногах до кубика Подвижная игра «Цветные автомобили»	Ходьба в колонне по одному <b>Пензулаева, стр.58, занятия № 34,35.</b>
Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге, ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие, упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Ходьба и бег в колонне по одному, ходьба и бег враспынную, по сигналу найти место в колонне	Комплекс ОРУ с платочком. Ходьба по шнуру, приставляя пятку одной ноги к носку другой. Прыжки через 4-5 брусков. * Ходьба по шнуру, положенному по кругу. *Прокатывание мяча между 4-5 предметами «змейкой» Подвижная игра «Лиса и куры»	Игра малой подвижности «Найдём цыплёнка» <b>Пензулаева, стр.62, занятия № 37,38.</b>

## ДЕКАБРЬ

Программное содержание	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
Упражнять в перестроении в пары на месте, в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги, развивать газомер при прокатывании мяча между предметами.	Построение в шеренгу, обычная ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары, бег враспынную	Комплекс ОРУ с мячом Основные движения: Прыжки со скамейки на мат Прокатывание мяча между предметами *Прыжки со скамейки на мат *Прокатывание мяча между предметами *Бег по дорожке Подвижная игра «У медведя во бору»	Игра малой подвижности по выбору воспитателя <b>Пензулаева, стр.65, занятия № 40,41</b>
Упражнять в ходьбе колонной по одному, развивать ловкость и глазомер при перебрасывании	Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному, бег	Комплекс ОРУ без предметов Основные движения: Перебрасывание мячей друг другу снизу двумя руками	Игра малой подвижности «Где спрятался зайка?» <b>Пензулаева, стр.68, занятие №43,44</b>

мяча друг другу, повторить ползание на четвереньках.	врассыпную с заданием	Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени *Перебрасывание мячей друг другу из-за головы двумя руками *Ползание «по-медвежьему» *Ходьба с перешагиванием через кубики Подвижная игра «Зайцы и волк»	
Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге, учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе, повторить упражнения в равновесии.	Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную с дополнительным заданием	Комплекс ОРУ с кубиками Основные движения: Ползание по наклонной доске. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки за головой. *Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. *Прыжки на двух ногах до лежащего обруча, прыжок в обруч, из обруча. Подвижная игра «Птички и кошка»	Ходьба обычная в колонне по одному <b>Пензулаева, стр.72, занятие № 46,47</b>
Упражнять в ходьбе и беге между предметами, не задевая их, формировать устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, повторить упражнения в прыжках	Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному, ходьба и бег между предметами, поставленными по всему залу, ходьба и бег «змейкой»	Комплекс ОРУ с обручем Основные движения: Ходьба по канату: пятки на канате, носки на полу. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд вдоль каната и перепрыгивая через него справа и слева. * Ходьба по канату: пятки на полу, носки на канате. *Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками *Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд вдоль каната и перепрыгивая через него справа и слева. Подвижная игра «Кролики»	Игра малой подвижности «Найдём воробышка» <b>Пензулаева, стр.76, занятия № 49,50.</b>

## ЯНВАРЬ

Программное содержание	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, в прыжках и перебрасывании мяча друг другу	Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному со сменой ведущего, ходьба и бег врассыпную.	Комплекс ОРУ с мячом Основные движения: Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу. Прыжки с гимнастической скамейки на мат *Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд-прыжком ноги вместе-ноги врозь. *Ходьба на носках между предметами «змейкой» *Отбивание малого мяча об пол и ловля двумя руками. Подвижная игра «Найди себе пару»	Ходьба в колонне по одному. <b>Пензулаева, стр.79, занятия № 52,53.</b>
Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их ползание по гимнастической скамейке на четвереньках	Построение в шеренгу, ходьба «змейкой», ходьба с перешагиванием через шнуры, ходьба и бег врассыпную.	Комплекс ОРУ с косичкой Основные движения: Отбивание мяча об пол Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни *Прокатывание мячей в парах *Ползание «по-медвежьему» Подвижная игра «Лошадки»	Ходьба в колонне по одному <b>Пензулаева, стр.81, занятия №55,56</b>

Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен ,в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение правильно подлезать под шнур.	Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному со сменой ведущего, бег врассыпную.	Комплекс ОРУ с обручем Основные движения: Лазание под шнур боком, не касаясь руками пола. несколько раз подряд Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. *Лазание под шнур, не касаясь руками пола прямо и боком. *Прыжки на двух ногах «змейкой» Подвижная игра «Автомобили»	Ходьба обычная в колонне по одному («автомобили поехали гараж») <b>Пензулаева,стр.84,занятие №58,59</b>
Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в равновесии, повторить задание в прыжках.	Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному, ходьба и бег «змейкой», ходьба и бег врассыпную.	Комплекс ОРУ без предметов Основные движения: Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом кругом Прыжки через бруски *Ходьба с перешагиванием через мячи-мякиши *Перебрасывание мячей двумя руками снизу *Прыжки через шнур справа и слева, продвигаясь вперёд. Подвижная игра «Котята и щенята»	Игра малой подвижности по выбору педагога <b>Пензулаева,стр.88,занятие № 61,62</b>

## ФЕВРАЛЬ

Программное содержание	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по команде педагога, в прыжках из обруча в обруч. развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами.	Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному с дополнительными заданиями «Аист», «Лягушки», бег врассыпную.	Комплекс ОРУ с кубиком (стр72) Основные движения: Прыжки из обруча в обруч Прокатывание мячей между кубиками. *Прыжки на двух ногах через короткие шнуры. *Прокатывание мячей друг другу стоя на коленях Подвижная игра «У медведя во бору»	Ходьба в колонне по одному с хлопком в ладоши на каждый четвёртый счёт. <b>Пензулаева, стр.91,занятия №64,65</b>
Упражнять в ходьбе и беге врассыпную между предметами, в ловле мяча двумя руками, закреплять навык ползания на четвереньках.	Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному с заданием для рук, ходьба на носках, бег врассыпную.	Комплекс ОРУ с мячом Основные движения: Перебрасывание мячей друг другу снизу Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. *Метание мешочков в вертикальную цель от плеча. *Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. Подвижная игра «Воробышки и автомобиль»	Ходьба обычная в колонне по одному. <b>Пензулаева,стр.93,занятие №67,68</b>
Физкультурно-музыкальный праздники ко Дню защитника Отечества			
Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами.	Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному, ходьба с изменением направления движения, ходьба и бег врассыпную.	Комплекс ОРУ с гимнастической палкой Основные движения: Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени Прыжки на правой и левой ноге до кубика *Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через мячи-мякиши *Ползание «по-медвежьему» Подвижная игра «Перелёт птиц»	Ходьба в колонне по одному <b>Пензулаева,стр.96,занятие № 70,71</b>

## МАРТ

Программное содержание	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге враспынную, повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Ходьба в колонне по одному, переход к ходьбе по кругу с поворотом кругом, бег в колонне по одному. Ходьба и бег враспынную с остановкой по сигналу педагога..	Комплекс ОРУ без предметов Основные движения: Упражнения в равновесии –ходьба на носках «змейкой» Прыжки через шнур справа и слева, продвигаясь вперёд *Упражнение в равновесии- ходьба и бег по наклонной доске *Прыжки на двух ногах через короткую скакалку Подвижная игра «Перелёт птиц»	Игра малой подвижности «Найди и промолчи» Пензулаева,стр.99,занятия 73,74.
Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по команде педагога, в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку, повторить ходьбу и бег враспынную.	Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному с дополнительными заданиями «Лошадки», «Мышки», ходьба и бег враспынную.	Комплекс ОРУ с обручем Основные движения: Прыжки в длину с места Перебрасывание мячей через шнур *Прыжки в длину с места *Прокатывание мячей друг другу сидя ноги врозь Подвижная игра «Бездомный заяц»	Ходьба в колонне по одному <b>Пензулаева, стр.102,занятия №76,77</b>
Упражнять в ходьбе и беге по кругу, ходьбе и беге с выполнением задания, в ползании на животе по скамейке. повторить прокатывание между предметами,	Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному ,ходьба на носках, ходьба в полуприседе, бег обычный в колонне по одному.	Комплекс ОРУ с мячом Основные движения: Прокатывание мяча между предметами Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. *Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени с мешочком на спине Прокатывание мячей между предметами. Подвижная игра «Самолёты»	Игра малой подвижности по выбору педагога <b>Пензулаева,стр.105,занятие № 79,80</b>
Упражнять в ходьбе и беге враспынную, с остановкой по сигналу педагога, повторить ползание по скамейке «по-медвежьему», упражнения в равновесии и прыжках.	Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному, ходьба и бег враспынную по сигналу остановиться.	Комплекс ОРУ с флажками Основные движения: Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни «по-медвежьему» Прыжки через 5-6 шнуров *Ходьба по доске на носках *Лазание по гимнастической и передвижение по третьей рейке Подвижная игра «Бездомный заяц»	Игра «Найдём зайку» <b>Пензулаева,стр.108,,занятие № 82,83</b>

## АПРЕЛЬ

Программное содержание	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге враспынную, повторить задания в равновесии и прыжках..	Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному с перешагиванием через бруски, ходьба и бег враспынную.	Комплекс ОРУ без предметов Основные движения: Ходьба по доске с мешочком на голове. Прыжки через 5-6 брусков на двух ногах. *Метание мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой *Прыжки на двух ногах через шнуры Подвижная игра «Пробеги тихо»	Игра малой подвижности «Угадай, кто позвал?» <b>Пензулаева,стр.112,занятия № 85,86</b>

Упражнять в ходьбе и беге по кругу, враспынную, метании мешочков с песком в горизонтальную цель, закреплять умение занимать правильное и.п в прыжках в длину с места	Ходьба в колонне по одному, ходьба по кругу, взявшись за руки с поворотом в другую сторону, ходьба и бег враспынную	Комплекс ОРУ подарком (стр.116) Основные движения: Прыжки в длину с места Метание мешочков в горизонтальную цель *Прыжки в длину с места *Отбивание мяча одной рукой несколько раз подряд и ловля двумя. Подвижная игра «Совушка»	Ходьба в колонне по одному, на носках, переход на обычный шаг. <b>Пензулаева,стр.115,занятия № 88,89</b>
Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по команде педагога, развивать ловкость и газомер при метании и дальность, повторить ползание на четвереньках.	Построение в шеренгу, ходьба и бег в колонне по одному с дополнительными заданиями «Лягушки», «Бабочки».	Комплекс ОРУ с мячом Основные движения: Метание мешочков на дальность Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. *Метание правой и левой рукой на дальность *Прыжки на двух ногах Подвижная игра «Совушка»	Ходьба в колонне по одному <b>Пензулаева, стр.118,занятия №91.92</b>
Упражнять в ходьбе и беге враспынную, повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному, ходьба и бег враспынную, ходьба высоко поднимая колени, ходьба на носках.	Комплекс ОРУ с косичкой Основные движения: Ходьба по доске приставляя пятку одной ноги к носку другой. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. *Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с дополнительным заданием *Прыжки на двух ногах между предметами «змейкой» Подвижная игра «Птички и кошка»	Ходьба колонне по одному. <b>Пензулаева,стр.121,занятие № 94.95</b>

## МАЙ

Программное содержание	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
Упражнять в ходьбе парами, в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры, повторить прыжки в длину с места.	Ходьба и бег парами, враспынную. Построение в три колонны.	Комплекс ОРУ без предметов Ходьба по доске, приставляя пятку одной ноги к другой. Прыжки в длину с места через 5-6 шнуров. *Ходьба по гим. скамейке боком, приставным шагом. На середине присесть, продолжить ходьбу *Прокатывание мяча между кубиками «змейкой» Подвижная игра «Котята и щенята»	Игра малой подвижности по выбору воспитателя <b>Пензулаева,стр.124, занятия № 97,98</b>
Повторить ходьбу со сменой ведущего, упражнять в прыжках в длину с места, развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Ходьба и бег в колонне по одному со сменой ведущего, ходьба и бег враспынную по всему залу.	Комплекс ОРУ с кубиком Прыжки в длину с места Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди *Перебрасывание мячей друг другу от груди *Метание мешочков на дальность Подвижная игра «Котята и щенята»	Игра малой подвижности по выбору детей Пензулаева,стр.127,занятия № 100,101
Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в беге враспынную, в ползании по скамейке, повторить метание в	Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному, с заданием «Лошадки», с перешагиванием через шнуры, бег враспынную	Комплекс ОРУ с гимнастической палкой Метание мешочков в вертикальную цель Ползание по гимнастической скамейке на животе *Метание правой и левой рукой в вертикальную цель *Прыжки через короткую скакалку	Игра «Найдём зайку» <b>Пензулаева, стр.145,занятия №103,104</b>



вертикальную цель.	между предметами.	Подвижная игра «Зайцы и волк»	
Упражнять в сохранении у равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках, повторить ходьбу и бег с выполнением заданий	Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному, в полуприседе, высоко поднимая колени, мелким шагом, бег в колонне по одному.	Комплекс ОРУ с мячом Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева, продвигаясь вперёд. *Ходьба по доске на носках *Лазанье на гимнастическую стенку и спуск с неё. Подвижная игра «У медведя во бору»	Ходьба колонне по одному. <b>Пензулаева, стр.133, занятие № 106,107</b>
Упражнять в ходьбе парами, в сохранении равновесия на повышенной опоре, в прыжках.	Построение в шеренгу, перестроение в две колонны ходьба и бег парами, врассыпную.	Комплекс ОРУ с кубиками Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. Прыжки на двух ногах: ноги вместе, ноги врозь. *Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине перешагнуть через кубик *Прыжки на правой и левой ноге Подвижная игра «Лиса и куры»	Игра малой подвижности «Найдём воробышка» <b>Пензулаева, стр.136, занятие № 109,110.</b>

## 5. Перечень литературных источников.

1. Федеральная образовательная программа дошкольного образования.
2. Образовательная программа дошкольного образования государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 45 Пушкинского района Санкт-Петербурга.
3. Анисимова Т.Г, Ерёмкина Р.А, Ульянова С.А. Формирование правильной осанки. Коррекция плоскостопия у дошкольников. Издательство «Учитель».
4. Гаврилова В.В. Занимательная физкультура для детей 4-7 лет. Издательство «Учитель», 2016.
5. Еромыгина М.В. «Картотека упражнений для самомассажа пальцев и кистей рук. Зрительная гимнастика». Санкт-Петербург. ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2018.
6. Калинина Т.С., Николаева С.В. Павлова О.В., Смирнова И.Г. Пальчиковые игры и упражнения для детей 2-7 лет. Соответствует ФГОС.
7. Коновалова Н.Г. Профилактика нарушения осанки у детей. Издательство «Учитель», Волгоград, 2015.
8. Лапшина Г.А. Календарные и народные праздники в детском саду. Издательство «Учитель».
9. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. 4-5 лет. Издательство МОЗАИКА – СИНТЕЗ, Москва, 2020 Соответствует ФГОС.
10. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. 4-5 лет. Соответствует ФГОС. Издательство МОЗАИКА – СИНТЕЗ, Москва, 2021.
11. Попова М.Н. Навстречу друг другу. ЛОИРО, 2004.
12. Соколова Л.А. Комплексы сюжетных утренних гимнастик для дошкольников. Санкт – Петербург. ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2017.
13. Токаева Т.Э. Программа физического развития детей 3-7 лет «Будь здоров, дошкольник». Издательство «ТЦ Сфера», 2015. Соответствует ФГОС.
14. Утробина К.К. Подвижные игры для детей 3-5 лет. Москва, Издательство «ГНОМ», 2022г. Соответствует ФГОС.

15. Утрбина К.К Подвижные игры для детей 5-7 лет. Москва. Издательство ГНОМ, 2019.
16. Шорыгина Т.А. Спортивные сказки. М. ТЦ Сфера, 2018
17. Шорыгина Т.А. Безопасные сказки- М. ТЦ Сфера, 2018
18. Яковлева Л.В., Юдина Р.А. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет часть 2. Москва.Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС, 2014.
- 19.Яковлева Л.В., Юдина Р.А. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет часть 3. Москва. Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС, 2014.