

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 12 комбинированного вида Красносельского района Санкт-Петербурга

Принята

решением Педагогического совета

протокол от «31 августа» 2020 № 1



Утверждена

Приказом ДБДОУ детского сада

№ 12 комбинированного вида

Красносельского района

Санкт-Петербурга

«31» августа» 2020 № 199 - ахд

Рабочая программа
инструктора по физической культуре
Жироховой Ольги Анатольевны

группы компенсирующей направленности

на 2020-2021 учебный год

Оглавление:

№	Наименование разделов	Стр.
1	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Цель и задачи рабочей программы	3
1.3	Принципы и подходы формирования рабочей программы.	4
1.4	Значимые для разработки и реализации рабочей программы характеристики.	5
1.5	Планируемые результаты освоения рабочей программы.	9
1.6	Условия и методы проведения педагогической диагностики.	10
2.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	
2.1	Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в пяти образовательных областях	12
2.2	План взаимодействия с педагогами ГБДОУ по физкультурно-оздоровительной работе на 2020 - 2021 учебный год	44
2.3	Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.	45
2.4	Перспективный план досугов, праздников по физической культуре, дней здоровья на 2020-2021 учебный год	46
3.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	
3.1	Организация развивающей предметно-пространственной среды	47
3.2	Описание организации образовательной деятельности по физической культуре.	48
3.3	Учебный план	49
3.4.	Циклограмма объема работы инструктора физического воспитания	50
3.5.	Программно-методическое обеспечение образовательного процесса	51

ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 Пояснительная записка

Рабочая программа разработана инструктором по физической культуре ГБДОУ детского сада №12 комбинированного вида Красносельского района Санкт - Петербурга Жироховой О.А.

Программа разработана в соответствии с Адаптированной основной образовательной программой дошкольного образования ГБДОУ детского сада № 12 комбинированного вида Красносельского района Санкт-Петербурга для детей с ограниченными возможностями здоровья (для детей с тяжелым нарушением речи, требованиями федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования.

В соответствии с нормативными правовыми актами:

Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ;

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155).

Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13 (утверждены постановлением главного государственного санитарного врача РФ № 26 от 15 мая 2013 г.). (с изменениями на 27 августа 2015 года)

Положением о рабочей программе педагога ГБДОУ детского сада № 12 комбинированного вида Красносельского района Санкт-Петербурга

Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности по физическому развитию для детей 5 – 7 лет групп компенсирующей направленности.

Срок реализации программы – 1 учебный год (02.09.2020 -31.08.2021)

Режим работы учреждения: понедельник – пятница с 07.00 до 19.00.

Выходные дни – суббота и воскресенье.

Режим работы групп:

2,5,6 – с 7.30 до 17.30

3,4,9 – с 8.00 до 18.00

1.2 Цель и задачи рабочей программы

ЦЕЛЬ рабочей программы: построение целостной системы с активным взаимодействием всех участников педагогического процесса, обеспечивающей оптимальные условия для формирования у детей с тяжелыми нарушениями речи физических способностей и качеств с учетом их психофизического развития, индивидуальных возможностей и склонностей; обеспечивающей охрану и укрепление здоровья, формирование основ здорового образа жизни, коррекцию речедвигательных нарушений.

ЗАДАЧИ:

- Охрана жизни и укрепление здоровья ребенка
- Закаливание организма с целью укрепления сердечно - сосудистой и нервной систем, улучшения деятельности органов и нервной систем, улучшения деятельности органов дыхания, обмена веществ в организме
- Создание условий для целесообразной двигательной активности детей

- Непрерывное совершенствование двигательных умений и навыков с учетом возрастных особенностей;
- Развитие быстроты, силы, выносливости, гибкости, координационных способностей, умения сохранять равновесие;
- Формирование широкого круга игровых действий;
- Воспитание интереса к активной двигательной деятельности и потребности в ней;
- Ежедневное использование таких форм работы по физическому воспитанию детей, как утренняя гимнастика, физкультминутки, подвижные игры, физические упражнения, игры и упражнения на свежем воздухе, а так же соревновательные формы работы: игры-соревнования, эстафеты.

Оздоровительные задачи:

- ✓ формирование правильного отношения детей к физкультурным занятиям
- ✓ создание условий для удовлетворения потребности детей в движении,
- ✓ совершенствовании систем и функций организма
- ✓ формирование на доступном уровне валеологических знаний, умений и навыков.

Воспитательные задачи:

- ✓ способствовать проявлению разумной смелости и решительности, уверенности в своих силах с помощью подбора физических упражнений, соответствующих возрастным и индивидуальным особенностям детей;
- ✓ формировать потребность к регулярным занятиям физической культурой;
- ✓ способствовать развитию интереса к событиям спортивной жизни страны

Образовательные задачи:

- ✓ формировать систематизированные знания, двигательные умения и навыки;
- ✓ способствовать развитию двигательного статуса ребенка на основе его творческой активности;
- ✓ развивать двигательные и физические качества;
- ✓ прививать навыки правильной осанки, навыки гигиены, освоение специальных знаний.
- ✓ формировать и совершенствовать новые двигательные умения и навыки в спортивном направлении.

Коррекционные задачи для детей с ТНР

- ✓ Развивать речевое дыхание
- ✓ Развивать речевой и фонематический слух
- ✓ Развивать звукопроизношение
- ✓ Развивать выразительные движения
- ✓ Развивать общую и мелкую моторику
- ✓ Развивать ориентировку в пространстве
- ✓ Развивать коммуникативные функции

Успешное решение поставленных задач возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического воспитания: рациональный режим, питание, закаливание (в повседневной жизни; специальные меры закаливания) и движение (различные виды гимнастик, развивающие упражнения, спортивные игры, физкультурные ОД). Для полноценного физического развития детей, реализации потребности в движении в детском саду созданы определенные условия.

1.3. Принципы и подходы формирования программы.

- принцип *всестороннего и гармонического развития личности*. Он содействует развитию психофизических способностей, двигательных умений и навыков, осуществляемых в единстве и направленных на всестороннее — физическое,

интеллектуальное, духовное, нравственное и эстетическое — развитие личности ребенка.

- Принцип *оздоровительной направленности* решает задачи укрепления здоровья ребенка.
- Принцип *цикличности*, заключается в повторяющейся последовательности занятий, что обеспечивает повышение тренированности, улучшает физическую подготовленность ребенка.
- принцип *индивидуального* подхода – ориентирует педагога на учет индивидуальных особенностей дошкольников, связанных с их темпами биологического созревания, уровнями физического развития и двигательной подготовленности
- Принцип *осознанности и активности* направлен на воспитание у ребенка осмысленного отношения к физическим упражнениям и подвижным играм.
- Принцип *повторения* двигательных навыков является одним из важнейших. В результате многократных повторений образуются двигательные навыки, вырабатываются динамические стереотипы.
- Принцип *наглядности* — предназначен для связи чувствительного восприятия с мышлением. Он способствует направленному воздействию на функции сенсорных систем, участвующих в движении.

В Программе учитываются:

1. Индивидуальные потребности ребенка с тяжелыми нарушениями речи, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья, определяющие особые условия получения им образования (далее — особые образовательные потребности), индивидуальные потребности детей с тяжелыми нарушениями речи.

2. Возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития).

3. Построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, когда сам ребенок становится субъектом образования.

4. Возможности освоения ребенком с нарушением речи Программы на разных этапах ее реализации.

5. Специальные условия для получения образования детьми с ТНР, в том числе использование специальных методов, методических пособий и дидактических материалов, проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий и осуществления квалифицированной коррекции нарушений их развития.

1.4. Значимые для разработки и реализации рабочей программы характеристики.

ХАРАКТЕРИСТИКА ДЕТЕЙ С ТЯЖЕЛЫМ НАРУШЕНИЕМ РЕЧИ (ОНР):

У детей при ТНР отмечается позднее начало речи, скудный запас слов, аграмматизмы, дефекты произношения и фонемообразования. Речевое недоразвитие выражается в разной степени: это может быть лепетная речь, отсутствие речи и развернутая речь с элементами фонетико-фонематического или лексико-грамматического недоразвития. Психическое развитие детей с ТНР, как правило, протекает более благополучно, чем развитие речи. Первичная патология речи тормозит формирование потенциально сохраненных умственных способностей, препятствуя нормальному функционированию речевого интеллекта. Выделяют три уровня речевого развития, отражающие типичное состояние компонентов языка у детей с ОНР.

Первый уровень речевого развития. Речевые средства общения крайне ограничены. Активный словарь состоит из небольшого количества нечётко произносимых обиходных слов, звукоподражаний и звуковых комплексов. Широко используются указательные жесты, мимика. Звуковая сторона речи характеризуется

фонетической неопределённостью. Произношение звуков носит диффузный характер, обусловленный не

Второй уровень речевого развития. Общение осуществляется посредством использования постоянного, хотя все ещё искаженного и ограниченного запаса общеупотребительных слов. Словарный запас значительно отстаёт от возрастной нормы. Отмечаются грубые ошибки в употреблении грамматических конструкций.

Третий уровень речевого развития. Характеризуется наличием развёрнутой фразовой речи с элементами лексико-грамматического и фонетико-фонематического недоразвития. В 5 активном словаре преобладают существительные и глаголы. Недостаточно слов, обозначающих качества, признаки, состояния предметов и действий. В свободных высказываниях преобладают простые распространённые предложения, почти не употребляются сложные конструкции. Отмечаются аграмматизмы (ошибки в согласовании слов). Большое количество ошибок наблюдается в использовании как простых, так и сложных предлогов.

ТНР сказывается на формировании интеллектуальной, сенсорной и волевой сфер. Связь между речевыми нарушениями и другими сторонами психического развития обуславливает наличие вторичных дефектов. Так, обладая полноценными предпосылками для овладения мыслительными операциями (сравнения, классификации, анализа, синтеза), дети отстают в развитии словесно-логического мышления, с трудом овладевают мыслительными операциями.

Дети с ТНР отличаются недостаточной устойчивостью и объёмом внимания, ограниченными возможностями его распределения. При относительно сохранной смысловой, логической памяти у детей с ТНР снижена вербальная память, страдает продуктивность запоминания. Они забывают сложные инструкции, элементы и последовательность заданий.

Запоминание словесных инструкций у детей с ТНР значительно снижено, они быстро устают, нуждаются в дополнительном побуждении, затрудняются в выборе тактики.

У дошкольников с ТНР имеются нарушения общения, проявляющиеся в незрелости мотивационно-потребностной сферы. Имеющиеся трудности связаны с комплексом речевых и когнитивных нарушений. Затруднения процесса межличностного взаимодействия детей создают серьезные проблемы на пути их развития и обучения.

Дети с ТНР отстают от нормально развивающихся сверстников в воспроизведении двигательного задания по пространственно-временным параметрам, нарушают последовательность элементов действия, пропускают его составные части. Наибольшие трудности выявляются при выполнении движений по словесной инструкции. У детей с ТНР отмечается недостаточная координация движений во всех видах моторики - общей, мимической, мелкой и артикуляционной.

ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ С ЗАИКАНИЕМ:

Первоначальное развитие речи у заикающихся детей (понимание и активное пользование ею) чаще всего происходит так же, как и у не заикающихся сверстников. Отдельные слова у них появляются в возрасте года, фраза к двум годам. Заикание появляется в период овладения фразовой речью, примерно от двух до четырёх лет.

В большинстве случаев заикание наступает постепенно, начинаясь с лёгкой прерывистости речи по типу физиологических затруднений, сопровождающих переход к фразовой речи. В благоприятных условиях прерывистость речи быстро исчезает, уступая место нормальной регуляции речевого акта. В неблагоприятных условиях прерывистость речи усиливается, переходя в заикание. Чаще всего заикание возникает тогда, когда переход от общения в ситуативной наглядности к чисто словесным формам происходит недостаточно постепенно с ненормируемой активизацией этого процесса. Ребёнок овладевает речью в общении с окружающими его людьми. При этом взрослые довольно

часто не задумываются над содержанием и построением своей речи в общении с детьми. Поэтому причиной заикания нередко становится усиленное развитие речи, «подстёгиваемое родителями»: всяческое поощрение сложных недетских оборотов речи, заучивание и пересказ не по годам сложного речевого материала, ранние выступления при посторонних, в случаях, когда воспитание ведётся без учёта особенностей нервной системы, состояния возбудительных и тормозных процессов ребёнка. Заикание, возникшее в результате перенесённой психологической травмы, наблюдается гораздо реже, чем принято думать.

Заикание обычно усиливается в ситуации общения и ослабевает в условиях речи, обращённой к себе, а не к другим. По-разному протекает общение ребёнка со взрослыми и детьми, с близкими и незнакомыми, с детьми разного возраста, в коллективе или с единичными собеседниками. Вне общения ребёнок полностью освобождается от прерывистой речи. Он вовсе не заикается в речи без видимого собеседника или с мнимым собеседником, как это бывает в игре.

Проявление заикания связано с тем, что детей начинает затруднять построение речи. Они не всегда могут быстро и точно подобрать нужные для ответа слова, иногда в момент высказывания не могут вспомнить названия некоторых предметов, действий, качеств, хотя имеют достаточный запас знаний и представлений.

Даже при наличии нормального объёма активного словаря и достаточной сформированности грамматического строя речи речь заикающегося изобилует вставными словами и звуками: «ну», «вот», «как его», «и», «э» и др. В самостоятельных развёрнутых высказываниях часто встречаются незаконченные предложения, неточные, приближенные по смыслу ответы на вопросы, рассказы их бывают непоследовательны. Подробно описывая малозначащие детали, они упускают главную мысль. Некоторые заикающиеся говорят в более быстром темпе по сравнению со своими не заикающимися сверстниками. Довольно часто заикание сопровождается клоническими, тоническими или смешанными

9судорогами и сопутствующими или насильственными движениями (подёргиванием век, миганием, постукиванием пальцев, притопыванием и другими движениями). Страх речи в дошкольном возрасте встречается крайне редко.

Наряду с особенностями речи у заикающихся детей отмечаются специфические особенности общего и речевого поведения: повышенная импульсивность высказывания и в связи с этим недоучёт точного содержания речи собеседника, слабость волевого напряжения, замедленное или опережающее включение в деятельность, неустойчивость внимания, несобранность, неумение вовремя переключиться с одного объекта на другой. Всё это проявляется на фоне быстрой утомляемости, повышенной истощаемости, ведёт к различного рода ошибкам при выполнении заданий.

Некоторые из указанных особенностей свойственны и не заикающимся дошкольникам, но у заикающихся детей они выражены более ярко. У заикающихся детей чаще проявляется резкая неустойчивость внимания, пониженная саморегуляция деятельности.

У всех детей в группе проявляется тоно -клоническое заикание, средней и тяжёлой степени выраженности. Судороги смешанного вида, преимущественно: дыхательно -артикуляторные, дыхательно-голосовые. Особенно судорожность речевого аппарата наблюдается в формах неподготовленной речи: в самостоятельном рассказе, в рассказе по картине, в беседе, в пересказе текста. При чтении стихотворения, во время отражённой, сопряжённой и шёпотной речи судороги менее значительные.

У детей не сформирована речевая дыхательная функция. В речи наблюдается аритмичное дыхание, ребёнок производит дополнительный вдох после первого звука, слога, произносимого слова. Речь характеризуется ускоренным темпом дыхания, вдох укороченный или слишком глубокий, с поднятием плеч. У воспитанников характер выдоха не соответствует в норме количеству слов в произносимой фразе: для детей 5 -6

лет четыре -пять слов, для детей 6 -7 лет –пять -шесть слов во фразе с учётом предлогов, союзов. Укороченный выдох (делает дополнительный вдох во время произнесения фразы); слишком быстрый вдох после первого слова во фразе или даже первого слога, звука. Тип дыхания носит характер поверхностного верхнеключичного.

Характер общительности у большинства детей носит неустойчивый характер с проявлениями негативизма, часто требуется стимуляция со стороны взрослого.

Степень подражательности часто не полная иногда отказ от подражания.

У большинства детей нарушение моторики: моторная напряжённость, либо расторможенность. У большинства во время речи наблюдаются сопутствующие движения (притопывания ногой, закидывание головы назад и т. д.); эмболофразии: «а», «вот». В целом у детей с заиканием наблюдаются особенности эмоциональной сферы, это проявляется неадекватности эмоциональных реакций: у одних повышенная эмоциональная лабильность, у других снижение эмоциональных реакций. Часто проявления заикания напрямую зависят от эмоционального состояния ребёнка в момент речи.

По отношению к своему дефекту дети делятся на несколько групп: не фиксирует внимание на своей речи, не замечает судорог; замечает судороги, но не переживает их наличие, переживает по поводу своего деф

Дети 5-6 лет (старшая группа) Дети шестого года жизни могут распределять роли до начала игры и строить свое поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие должно сопровождаться речью, соответствующей интонационно и по содержанию, взятой роли. Дети должны начать осваивать социальные отношения и понимать подчиненность позиций в различных видах деятельности взрослых, одни роли становятся для них более привлекательными, чем другие. При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные с субординацией ролевого поведения. Действия детей в играх становятся разнообразными.

Дети могут испытывать трудности при анализе пространственного положения объектов, если сталкиваются с несоответствием формы и их пространственного расположения.

Продолжает развиваться образное мышление. Дети способны не только решить задачу в наглядном плане, но и совершить преобразования объекта, указать, в какой последовательности объекты вступят во взаимодействие и т. д. Старшие дошкольники способны применять адекватные мыслительные средства. Кроме того, продолжают совершенствоваться обобщения, что является основой словесно-логического мышления.

Дети 5-6 лет способны рассуждать и давать адекватные причинные объяснения, если анализируемые отношения не выходят за пределы их наглядного опыта.

Развитие воображения в этом возрасте позволяет детям сочинять достаточно оригинальные и последовательно разворачивающиеся истории.

Продолжают развиваться устойчивость, распределение, переключаемость внимания. Наблюдается переход от непроизвольного к произвольному вниманию.

У детей совершенствуется речь, они должны использовать практически все части речи, активно заниматься словотворчеством. Развивается связная речь. Дети могут пересказывать, рассказывать по картинке, передавая не только главное, но и детали.

Восприятие в этом возрасте характеризуется анализом сложных форм объектов; развитие мышления сопровождается освоением мыслительных средств; развиваются умение обобщать, причинное мышление, воображение, произвольное внимание, речь, образ Я.

Дети 6-7 лет (подготовительная к школе группа) В сюжетно-ролевых играх дети подготовительной группы начинают осваивать сложные взаимодействия людей, отражающие характерные значимые жизненные ситуации. Игровые действия становятся более сложными, обретают особый смысл. Дети способны отслеживать поведение партнеров и менять свое поведение. Если логика игры требует появления новой роли, то

ребенок может по ходу игры взять на себя новую роль, сохранив при этом роль, взятую ранее.

У детей продолжает развиваться восприятие, однако они не всегда могут одновременно учитывать несколько различных признаков.

Развивается образное мышление, однако воспроизведение метрических отношений затруднено. Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они в значительной степени ограничиваются наглядными признаками ситуации.

Продолжает развиваться внимание дошкольников, оно становится произвольным. В некоторых видах деятельности время произвольного сосредоточения достигает 30 минут.

У дошкольников продолжает развиваться речь. В высказываниях детей могут отражаться как расширяющийся словарь, так и характер обобщений, формирующихся в этом возрасте. Дети должны начать активно употреблять обобщающие существительные, синонимы, антонимы, прилагательные и т.д. В результате правильно организованной образовательной работы у детей развиваются диалогическая и некоторые виды монологической речи.

В подготовительной к школе группе завершается дошкольный возраст. Его основные достижения связаны с освоением мира вещей как предметов человеческой культуры; освоением форм позитивного общения с людьми; развитием половой идентификации, формированием позиции школьника. К концу дошкольного возраста ребенок обладает высоким уровнем познавательного и личностного развития, что позволяет ему в дальнейшем успешно учиться в школе.

1.5. Планируемые результаты освоения рабочей программы.

Старшая группа

- Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- Может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку.
- Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-6 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м).
- Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.
- Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.
- Ритмично исполняют стихотворный текст, согласованный с движениями. Умеют выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки.

Подготовительная группа

- Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).
- Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега — 160 см; в высоту с разбега—не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.
- Может бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-8 м, метать предметы в движущуюся цель.
- Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на «первый-второй», соблюдать интервалы во время передвижения.
- Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.
- Следит за правильной осанкой.
- Участвует в играх с элементами спорта
- Ритмично исполняют стихотворный текст, согласованный с движениями. Умеют выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки.

1.6. Условия и методы проведения педагогической диагностики.

Педагогическая диагностика развития детей позволяет осуществлять оценку динамики достижений. Диагностика проводится 3 раза в году (в сентябре, январе и в мае). Чтобы правильно организовать процесс физического образования и воспитания детей, нужно знать исходный уровень их физических способностей.

Основные методы мониторинга:

- игровые задания
- наблюдение
- беседа

Педагогическая диагностика индивидуального развития детей позволяет оценить динамику достижений в развитии ребенка на протяжении всего дошкольного возраста. Результаты педагогической диагностики используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

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

Данные о результатах мониторинга заносятся в диагностические карты в рамках образовательной программы. Содержание мониторинга тесно связано с реализуемой рабочей программой. Диагностика направлена на выявление основных показателей готовности к усвоению программы и степени ее освоения. В ходе диагностики устанавливаются особенности развития у детей физических качеств, накопленного двигательного опыта (овладения основными движениями), динамику этих показателей в течение года. Для тестирования физических качеств дошкольников используются контрольные упражнения, предлагаемые детям в игровой или соревновательной форме.

Критерии оценки:

- 3 балла – Ребенок проявляет стойкий интерес к физическим упражнениям. Осуществляет элементы контроля за действиями сверстников, замечает нарушение правил в играх. Наблюдается перенос освоенных упражнений в самостоятельную деятельность.

- 2 балла – Владеет главными элементами техники большинства движений. Способен самостоятельно выполнять упражнения на основе предварительного показа. Увлечен процессом, но не всегда обращает внимание на результат. В играх – активен, предложенные задания выполняет с частичной помощью взрослого.
- 1 балл – показатель почти не проявляется, ребенок допускает существенные ошибки в технике движений. Не соблюдает заданный темп и ритм, действует в сопровождении показа воспитателя. Нарушает правила в играх. Ошибок в действиях других не замечает.

На основании суммы данных, показанных каждым ребенком, выводится средний показатель по формуле: $\text{средний показатель} = \text{сумма баллов} / \text{количество заданий в диагностике}$.

Выбор заданий для определения физической подготовленности дошкольников

Для оценки развития физических качеств у детей дошкольного возраста используются следующие задания:

- Ходьба с выполнением различных заданий
- Челночный бег 3*10м.
- Ходьба по гимнастической скамейке с выполнением различных заданий
- Пролезание в обруч различными способами
- Прыжки в длину с места
- Метание мешочка на дальность

Учитывая эти положения, предлагаются следующие упражнения:

Ходьба:

1. Ходьба на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок
2. Приставными шагами вправо и влево
3. С высоким подниманием бедра

Бег:

1. На носках, с высоким подниманием бедра
2. Непрерывно в течение 1,5 – 2 минуты в медленном темпе
3. Челночный бег 3*10

Упражнения в равновесии:

1. Ходьба по гимнастической скамье с перешагиванием через набивные мячи
2. Ходьба по гимнастической скамье с мешочком на голове
3. Ходьба по гимнастической скамье прямо, боком, на носках

Ползание, лазание:

1. На четвереньках «Змейкой» между предметами
2. Пролезание в обруч
3. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками

Прыжки:

1. На двух ногах на месте
2. На одной ноге на месте и с продвижением вперед
3. В длину с места

Бросание, ловля, метание:

1. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками
2. Перебрасывание мяча различными способами
3. Метание предметов на дальность

2.СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в пяти образовательных областях

Рабочая программа способствует успешной социализации воспитанников через обеспечение интегративных связей физической культуры с различными видами детской деятельности. Между образовательной областью «Физическое развитие» существуют многообразные взаимосвязи с другими образовательными областями.

«Речевое развитие»	<ul style="list-style-type: none"> - Развитие свободного общения со взрослыми и детьми по поводу физической культуры и спорта. - Закреплять правильное, отчетливое произнесение звуков. - Отрабатывать интонационную выразительность речи. - Развивать умение поддерживать беседу о спорте. - Совершенствовать диалогическую форму речи. - Поощрять попытки высказывать свою точку зрения. - Использование игр и игровых упражнений с речевым сопровождением.
«Художественно-эстетическое развитие»	<ul style="list-style-type: none"> - Использование музыкальных произведений в качестве музыкального сопровождения для подвижных игр и общеразвивающих упражнений. - Использование продуктивных видов деятельности для обогащения содержания области «Физическое развитие», закрепления результатов восприятия музыки.
«Познавательное развитие»	<ul style="list-style-type: none"> - Способствовать развитию мышления, фантазии, памяти, слуха. - Знакомить с видами спорта, элементами спортивных игр, достижениями спортсменов. - Развивать восприятие, умение выделять разнообразные свойства предметов включая слух. - Расширять осведомленность детей в сферах человеческой деятельности (спорт). - Расширять представления о творческой деятельности, ее особенностях; - формировать умение называть виды спортивной деятельности, профессий связанных с физической культурой (спортсмен, тренер, инструктор и т. п).
«Социально - коммуникативное развитие»	<ul style="list-style-type: none"> - Формировать интерес к физической культуре. - Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми; привычку сообща выполнять действия. - Расширять представления о правилах поведения в общественных местах (на соревнованиях, олимпиадах и т.д.). - Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми, развивать умение самостоятельно объединяться для совместной деятельности, договариваться, помогать друг другу. - Воспитывать организованность, дисциплинированность. - Формировать умение слушать, не перебивать. - Воспитывать творческую самостоятельность. - Развивать в игре сообразительность, умение самостоятельно решать поставленную задачу. -Развивать умение организовывать подвижные игры, исполнять роль ведущего.

Программные задачи по физическому развитию Старшая группа

Основные движения

Ходьба и бег.

- Совершенствовать навыки ходьбы на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево.
- Совершенствовать навыки ходьбы в колонне по одному, по двое, по трое, с выполнением заданий педагога, имитационные движения.
- Обучать детей ходьбе в колонне.
- Совершенствовать навыки бега на носках, с высоким подниманием колена (бедра), в колонне по одному, по двое; змейкой, враспынную, с преодолением препятствий, по наклонной доске вверх и вниз на носках.
- Совершенствовать навыки ходьбы с чередованием с бегом, бега с различной скоростью, с изменением скорости, челночного бега.

Ползание, лазанье.

- Совершенствовать умение ползать на четвереньках с опорой на колени и ладони, змейкой между предметами толкая головой перед собой мяч (расстояние 3 – 4 м)
- ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, на коленях.
- Обучать вползанию и сползанию по наклонной доске, ползанию на четвереньках по гимнастической скамейке назад; пролезанию в обруч, переползанию через скамейку.

Прыжки.

- Совершенствовать умение выполнять прыжки на двух ногах на месте с продвижением вперед.
- Обучать прыжкам разными способами: ноги скрестно – ноги врозь, одна нога вперед — другая назад
- Учить перепрыгивать предметы с места высотой до 30 см, перепрыгивать последовательно на двух ногах 4 – 5 предметов высотой 15 – 20, перепрыгивать на двух ногах боком вправо и влево невысокие препятствия (канат, мешочки с песком, веревку и т.п.)
- Обучать впрыгиванию на мягкое покрытие 20 см двумя ногами, спрыгиванию с высоты 30 см на мат.
- Учить прыгать в длину с места и с разбега; в высоту с разбега.
- Учить прыгать через короткую скакалку на двух ногах вперед и назад, прыгать через длинную скакалку: неподвижную (3-5 см), качающуюся, вращающуюся; с одной ноги на другую вперед и назад на двух ногах шагом и бегом.

Катание, бросание, ловля.

- Закрепить и совершенствовать навыки катания предметов (обручей, мячей разного размера, диаметра) различными способами.
- Обучать прокатыванию предметов в заданном направлении на расстояние до 5м (по гимнастической скамейке, по узкому коридору шириной 20 см и в указанную цель: кегли, кубики и т.п.) с помощью двух рук.
- Учить прокатывать мячи прямо, змейкой, зигзагообразно с помощью палочек, дощечек разной длины и ширины; прокатывать обручи индивидуально, шагом и бегом.
- Совершенствовать умение подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками и с хлопками; бросать мяч о землю и ловить его двумя руками.
- Формировать умение отбивать мяч об пол на месте (10 – 15 раз) с продвижением шагом вперед (3 – 5 м), перебрасывать мяч из одной руки в другую, подбрасывать и ловить мяч одной рукой правой и левой (3 – 5 раз подряд, перебрасывать мяч

друг другу и ловить его из разных исходных положений, разными способами, в разных построениях.

- Учить бросать вдаль мешочки с песком и мячи. Метать предметы в горизонтальную и вертикальную цель (расстояние до мишени 3 – 5 м).

Строевые упражнения.

- Совершенствовать умение строиться в колонну по одному, парами, в круг, в одну шеренгу, в несколько кругов, в рассыпную. Закрепить умение перестраиваться из колонны по одному в колонну по два, в круг, несколько кругов, из одной шеренги в две шеренги.
- Обучать детей расчету в колонне и в шеренге «по порядку», «на первый, второй»; перестроению из колонны по одному в колонну по два, по три во время ходьбы;
- Размыканию и смыканию с места, в различных построениях (колоннах, шеренгах, кругах), размыканию в колоннах на вытянутую вперед руки, на одну вытянутую вперед руку, с определением дистанции на глаз; размыканию в шеренгах на вытянутые в стороны руки; выполнение поворотов направо, налево, кругом на месте в движении различными способами (переступанием, прыжками), равнению в затылок в колонне.

Общеразвивающие упражнения

- Осуществлять дальнейшее совершенствование движений рук и плечевого пояса.
- Учить разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову; поднимать вверх руки со специальными в замок пальцами; поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы.
- Учить выполнять упражнения для развития и укрепления мышц спин, поднимать и опускать руки, стоя у стены; поднимать и опускать поочередно прямые ноги, взявшись руками за рейку гимнастической стенки на уровне пояса; наклониться вперед и стараться коснуться ладонями пол.
- Учить наклоняться в стороны, не сгибая ноги в коленях; поворачиваться, разводя руки в стороны; поочередно разводить ноги в стороны из упора присев; подтягивать ноги и голову к груди, лежа; подтягиваться на гимнастической скамейке.
- Учить выполнять упражнения для укрепления мышц брюшного пресса и ног; приседать, поднимая руки вверх, в стороны, совершая движение руками; катать и захватывать предметы пальцами ног. При выполнении упражнений использовать различные исходные положения (сидя, стоя, лежа, стоя на коленях, и др.).
- Учить выполнять упражнения как без предметов, так и различными предметами (гимнастические палки, мячи, обручи, кегли..)

Спортивные упражнения

- Совершенствовать умение катать друг друга на санках.
- Скатываться на санках с горки, тормозить при спуске с нее, подниматься с санками на гору.
- Учить самостоятельно, кататься на двухколесном велосипеде прямо и с поворотом направо и налево.

Спортивные игры

Формировать умение играть в спортивные игры: баскетбол (элементы), футбол (элементы), хоккей (элементы).

Подвижные игры

С бегом. «Пятнашки», «Пятнашки со скакалкой», «Бег с препятствиями», «Птицы и клетки» «Лиса и зайцы», «Сорви шапку», «Поймай дракона за хвост», «Коршун и наседка», «Палочка - выручалочка», «Рыбки», «Заяц без домика», «Караси и щука», «Воробы и вороны», «Бездомный заяц», «паровоз и вагоны», «Мы веселые ребята», «Хитрая лиса», «Успей пробежать»,.

С прыжками. «Прыжки по кочкам», «Цапля», «скакалка», «Кот и воробей», «Поймай лягушку». Игры с мячом: «Стой!», «Догони мяч», «Попрыгунчики», «Мяч - соседу», «Чемпионы скакалки», «Бой петухов», «Солнечные зайчики», «Ворон-синица», «Тройной прыжок», «Лови, не лови», «Кто быстрее», «Пастух и стадо», «Удочка».

С обручем. «Бег сороконожек», «Догони обруч», «Прокати обруч», «Пробеги сквозь обруч», «Мячом в обруч», «Колодец», «Попади в обруч», «Кто быстрее», «Успей встать в обруч», «Эстафета с препятствиями».

Игры малой подвижности. « Кто летает», «Съедобное –несъедобное» , «Найди и промолчи», « Море волнуется», «Свободное место»

Словесные игры. «И, мы!», «Много друзей», «Закончи слово», «Дразнилки», «Цапки», «Назови правильно», «Повтори-ка», «Подражание», «Путаница», «Назови дни недели», «Кого нет», «Маланья», «Наоборот», «Чепуха».

Зимние игры. «Снеговик», «Гонки снежных комков», «Медведи», «Сумей поймать», «Снежки», «Снежком в цель», «Палочку в цель», «Засада», «Защита», «Два мороза»

Игровые поединки. «Попади в бутылку», «Кто дальше», «Наступи на ногу», «Точный поворот», «Собери яблоки».

Эстафеты. «Эстафета гвоздь», «Эстафета с поворотами», «Эстафета с загадками», «Палочка», «Круговая эстафета».

Подготовительная группа

Основные движения

Ходьба и бег.

- Совершенствовать навыки ходьбы, сформированные в предыдущих группах (на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена, в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево). Совершенствовать навыки ходьбы в колонне по одному, по двое, по трое, с выполнением заданий педагога, имитационные движения.
- Обучать ходьбе приставным шагом вперед и назад, скрестным шагом. Выпадами вперед, спиной вперед
- Развивать навыки бега, сформированные в предыдущих группах (бега на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по двое; змейкой, враспынную, с преодолением препятствий, по наклонной доске вверх и вниз на носках)
- Учить бегать, сильно сгибая ноги в коленях, широкими шагами, бегать на скорость, в играх - эстафетах

Ползание, лазанье.

- Совершенствовать и закреплять навыки разнообразных способов ползания и лазания
- Совершенствовать навыки ползания на четвереньках по гимнастической скамейке, ползание на животе и скольжение на спине по скамейке
- Закрепить навыки пролезания в обруч и подлезания под дугу

Прыжки.

- Совершенствовать навыки выполнения всех видов прыжков
- Формировать умение выполнять прыжки с зажатым между ног мешочком с песком

- Учить перепрыгивать предметы с места высотой до 30 см, перепрыгивать последовательно на двух ногах 4 – 5 предметов высотой 15 – 20, перепрыгивать на двух ногах боком вправо и влево невысокие препятствия (канат, мешочки с песком, веревку и т.п.)
- Обучать прыгиванию на мягкое покрытие 20 см двумя ногами, прыгиванию с высоты 30 см на мат.
- Учить прыгать в длину с места и с разбега; в высоту с разбега.

Катание, бросание, ловля.

- Совершенствовать и закреплять навыки всех способов катания, бросания и ловли, метание вдаль и в цель
- Совершенствовать навыки перебрасывания мяча друг другу из-за головы, снизу, от груди, сверху, из положения сидя, на месте и во время передвижения
- Формировать навыки ведения мяча в разных направлениях, перебрасывание набивных мячей
- Метания из разных положений в вертикальную и горизонтальную цель

Строевые упражнения.

- Совершенствовать сформированные ранние навыки выполнения построений и перестроений
- Совершенствовать умение рассчитываться по порядку, ровняться в колонне, в шеренге, размыкаться и смыкаться в колонне

Спортивные упражнения

- Совершенствовать сформированные ранние и развивать навыки езды на двухколесном велосипеде, самокате, санках

Спортивные игры

Совершенствовать навыки игры: баскетбол (элементы), футбол (элементы), футбол (элементы), хоккей (элементы).

Подвижные игры

С бегом. «Бездомный заяц», «Горелки», «Палочка-выручалочка», «Эстафета по кругу», «Два мороза», «Совушка», «Жмурки», «ловишка в кругу», «Перемени предмет». Мы – веселые ребята»

С прыжками. «Волк во рву», «Классы», «Не попадись», «Охотник и зайцы», «Лягушки и цапли»

Игры малой подвижности: «Тише едешь – дальше будешь», «Найди – и промолчи», «Угадай где спрятано», «Затейники», «летает- не летает», «Овощи и фрукты», «Запрещенное движение»

Словесные игры. «Кого нет», «Наоборот», «Чепуха»

Зимние игры. «Снеговик», «Гонки снежных комков», «Медведи», «Сумей поймать», «Снежки», «Снежком в цель», «Палочку в цель», «Засада», «Защита», «Два мороза»

Игровые поединки. «Попади в бутылку», «Кто дальше», «Наступи на ногу», «Точный поворот», «Собери яблоки».

Эстафеты. «Эстафета гвоздь», «Эстафета с поворотами», «Эстафета с загадками», «Палочка», «Круговая эстафета».

План – график освоения основных движений, упражнений в течении в течении 2020- – 2021 учебного года
Старшая группа

Разделы программы	сентябрь				октябрь				ноябрь				декабрь				январь				февраль				март				апрель				май			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4				
Теорет. сведения				×	×		×	×	×		×	×	×		×	×	×		×	×	×	×		×	×	×	×	×		×	×	×	×			
Построение перестроение	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×		×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×			
ОРУ	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×		×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×			
Ходьба, бег	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×			
Равновесие	×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×			
Прыжки		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		
Катание, метание, бросание	×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×			
Ползание, лазание		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		
Подвижные игры	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×		×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×		
Контрол. упр.	×	×																															×	×		

Подготовительная группа

Разделы программы	сентябрь				октябрь				ноябрь				декабрь				январь				февраль				март				апрель				май			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Теорет. сведения				×	×		×	×	×		×	×	×		×	×				×	×		×	×	×		×	×	×		×	×	×			×
Построение перестроение	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×		×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
ОРУ	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×		×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
Ходьба, бег	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
Равновесие	×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×	
Прыжки		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×
Катание, метание, бросание	×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×	
Ползание, лазание		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×
Подвижные игры	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×		×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
Контрол. упр.	×	×																																	×	×

Календарное планирование непрерывной образовательной деятельности по физической культуре на 2020 -2021учебный год

СТАРШАЯ ГРУППА

Сентябрь.

- Обучать детей ходьбе в колонне; впрыгиванию на мягкое покрытие 20 см двумя ногами, прыгиванию с высоты 30 см на мат.
- Закрепить и совершенствовать навыки катания предметов (обручей, мячей разного размера, диаметра) различными способами.
- Совершенствовать умение подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками
- Воспитывать дружеское отношение друг к другу

№ занятия	1 неделя. Занятия № 1,2,3		2 неделя Занятия №3,4,5	
1 часть	Ходьба по кругу друг за другом в чередовании с выполнением и.п.д. «Мышка», «Цыпленок», «Медведь». Бег по кругу друг за другом на носках		Ходьба и бег в колонне по одному, придерживаясь определенного направления	
ОРУ	«Птички – невелички»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «В огороде у ребяток»	«Цыплята» с кольцами	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Я люблю свои игрушки»
Основн. часть	- Ходьба по линии с мешочком с песком на ладони вытянутой руки - Прокатить мяч в заданном направлении двумя руками на расстоянии до 5 м.		-Вспрыгивать на мягкое покрытие высотой 20 см, прыгивать на мат с высоты 30 см. - Ползание на четвереньках «змейкой» между предметами.	
Подвиж. игра	«Кто быстрее возьмет игрушку?»	«Пчелки и ласточки»	«Поменяй предмет»	«Садовник»
Заключ. часть	М.п. – «Летает – не летает»		М.п. – «Зоопарк»	

№ занятия	3 неделя. Занятия № 7,8,9		4 неделя Занятия №10,11,12	
1 часть	Ходьба и бег приставным шагом вправо и влево (прямо и боком)		Ходьба в колонне по кругу, выполняя руками различные движения (в стороны, руки вверх, к плечам). Бег по кругу друг за другом с высоким подниманием коленей.	
ОРУ	«В гости к игрушкам»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Ветерок»	«У медведя во бору» с мячами	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Курочка»
Основн. часть	- Пройти по шнуру с мешочком с песком на ладони вытянутой руки - подбрасывание мяча вверх и ловля его - бросать мяч об землю и ловля его двумя руками		- Прыжок в длину с места - Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками	
Подвиж. игра	«Целься лучше»	«Соберитесь у мячей»	«Забрось мяч в корзину»	«Шишки, желуди, орехи»
Заключ. часть	М. п. – «жмурка с колокольчиком»		М. п. - «петрушка»	

Октябрь.

- Учить бросать вдаль мешочки с песком и мячи,
- Упражнять в прыжках через короткую скакалку на двух ногах вперед и назад
- Совершенствовать навыки переползания через скамейку.
- Развивать внимательность, глазомер, умение действовать в коллективе

№ занятия	1 неделя. Занятия № 1,2,3		2 неделя Занятия №3,4,5	
1 часть	Ходьба и бег по кругу друг за другом со сменой ведущего		Ходьба по кругу друг за другом «змейкой» без ориентиров. Бег быстро 8-10 м. (3-4 раза) с перерывами.	
ОРУ	«Осень золотая»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением « Улетают журавли»	«Как то вечером на грядке» с кеглями	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Репка»
Основн. часть	- Ходьба прямо с мешочком на голове - Бросок мяча вдаль поочередно правой и левой рукой		- Прыжки через скакалку - Подлезание под веревку, дугу 40 см прямо, правым и левым боком	
Подвиж. игра	«Прыжки по кочкам»	«Ветер в желтые листочки»	«Успей встать в обруч»	«Посади овощи и собери урожай»
Заклуч. часть	М. п. – «осенний букет»		«Съедобное – несъедобное»	
№ занятия	3 неделя. Занятия № 7,8,9		4 неделя Занятия №10,11,12	
1 часть	Ходьба по кругу друг за другом в чередовании с выполнением и.п.д. «Мышка», «Цыпленок», «Медведь» Бег по кругу друг за другом на носках		Ходьба и бег в колонне по одному, придерживаясь определенного направления	
ОРУ	«Помощники»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «яблоки – веники»	«По грибы» с кубиками	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Гуляла девочка в лесу»
Основн. часть	- Ходьба по доске до конца, повернуться, идти назад -Бросок вдали мешочков с песком поочередно правой и левой рукой		- Прыжки на двух ногах на месте в чередовании с ходьбой - Переползание через препятствие (мягкое бревно, гимнастическая скамейка, кубы)-	
Подвиж. игра	«Веселое яблоко»	«Сторож и дети»	«Мухомор	«Поймай грибок»
Заклуч. часть	М. п. – «Ау- ау!»		М.п. – «овощи, ягоды и грибы»	

Ноябрь.

- Обучать ходьбе по гимнастической скамейке
- Совершенствовать умение выполнять прыжки на двух ногах на месте с продвижением вперед.
- Формировать умение перебрасывать мяча из одной руки в другую,
- Развивать меткость

№ занятия	1 неделя. Занятия № 1,2,3		2 неделя Занятия №3,4,5	
1 часть	Ходьба и бег приставным шагом вправо и влево (прямо и боком)		Ходьба в колонне по кругу, выполняя руками различные движения (в стороны, руки вверх, к плечам). Бег по кругу друг за другом с высоким подниманием коленей.	
ОРУ	«Поход»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Что купили в магазине»	«Ботинки у Аринки» с гимнастическими палками	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Шла гулять сороконожка»
Основн. часть	- Ходьба по гимнастической скамейке до конца, затем спуститься с нее - Прокатывание мячей друг другу		- Прыжки на двух ногах с продвижением вперед - Подъем и спуск по лесенке	
Подвиж. игра	«Попади мячом в шляпу»	«Забавные шляпы»	«Угадай, чьи следы?»	«Жмурки»
Заключ. часть	М.п. – «Чтоб не мерзнуть никогда»		М.п. – «Краски»	

№ занятия	3 неделя. Занятия № 7,8,9		4 неделя Занятия №10,11,12	
1 часть	Ходьба и бег по кругу друг за другом со сменой ведущего		Ходьба по кругу друг за другом «змейкой» без ориентиров. Бег быстро 8-10 м. (3-4 раза) с перерывами.	
ОРУ	«Очень любим мы игрушки»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «наездники»	«Обед мы с бабушкой сварили» с малыми обручами	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Трали-вали»
Основн. часть	- Стоять на носках, руки вверх - Перебрасывание мяча с одной руки в другую, перебрасывание мячей друг другу.		- Прыжки на одной ноге на месте - Пролезание в обруч (взять обруч двумя руками, поднять над головой, надеть на себя, опустить на пол, выйти из обруча)	
Подвиж. игра	«Мы веселые ребята»	«Бездомный заяц»	«Перенеси шарик в ложке»	«Чашки, ложки, самовары»
Заключ. часть	М. п. – «Много игрушек у нашей Арины»		М.п.- «Звонкие ложки»	

Декабрь.

- Обучать прокатыванию предметов в заданном направлении на расстояние до 5м (по гимнастической скамейке, по узкому коридору шириной 20 см и в указанную цель: кегли, кубики и т.п.) с помощью двух рук.
- Упражнять вползанию и сползанию по наклонной доске
- Совершенствовать навыки бега на носках, с высоким подниманием колена (бедра), в колонне по одному, по двое; змейкой, враспынную, с преодолением препятствий, по наклонной доске вверх и вниз на носках.
- Умение принимать на себя роль ведущего, воспитывать дружеские отношения

№ занятия	1 неделя. Занятия № 1,2,3		2 неделя Занятия №3,4,5	
1 часть	Ходьба в колонне по одному в чередовании с выполнением и.п.д. «Аист», «Лошадка», «Паучок». Бег между предметами на носках, мелким и широким шагом.		Ходьба и бег в колонне по одному, по два, придерживаясь определенного направления.	
ОРУ	«Веселые синицы»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Воробей»	«Дружная зарядка» с мячами	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Коровушки»
Основн. часть	- Разойтись вдвоем на лежащей на полу доске - Прокатывание мяча двумя руками по гимнастической скамейке		- Прыжки последовательно через 4-6- линий (расстояние 40-50 см) - Ползание по наклонной доске вверх и вниз	
Подвиж. игра	«Воробьи и вороны»	«Ловлю птиц на лету»	«Кот и мыши»	«Коза и волк»
Заклуч. часть	М.п. – «найди и промолчи»		М.п. – «Шаловливые котята»	

№ занятия	3 неделя. Занятия № 7,8,9		4 неделя Занятия №10,11,12	
1 часть	Ходьба и бег по кругу друг за другом, меняя темп		Ходьба и бег с поворотом по сигналу	
ОРУ	«Мишка в гости приглашает»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением « По лужайки скачут зайки»	«Что за чудо – Новый год» с шнурочками	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «К нам приходит Новый год»
Основн. часть	-Вбегать и сбегать по наклонной доске. - Прокатывание мяча двумя руками по узкому коридору шириной 20 см. в цель (кегля, куб)		- Прыжки на двух ногах через 4-5 предметов высотой 15-20 см. - Ползание по гимнастической скамейке с опорой на колени и предплечья	
Подвиж. игра	«Заяц без домика»	«Хитрая лиса»	«Попади в обруч»	«В зимнем парке карусели»
Заклуч.ч	М.п. – «Грустный зайка»		М.п. – «Что висит на елке?»	

Январь.

- Учить прыгать в длину с разбега
- Совершенствовать навыки ходьбы на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок,
- Обучать пролезанию в обруч,
- Формировать умение подбрасывать и ловить мяч одной рукой правой и левой (3 – 5 раз) подряд,

№ занятия	1 неделя. Занятия № 1,2,3		2 неделя Занятия №3,4,5	
1 часть	Ходьба по кругу друг за другом в полуприседе, перекатом с пятки на носок. Непрерывный бег в течение 1- 1,5 мин.		Ходьба с перешагиванием через кубики, обручи. Бег с перестроение в пары, звенья	
ОРУ	«Зимние забавы»		«Новоселье» с мячами	
Основн. часть	- Перешагивание одной за другой рейки приподнятые на высоту 20 см. -Бросок мяча вверх, об землю и ловля его двумя руками		- Прыжки в длину с разбега - Лазание по лесенке с изменением темпа	
Подвиж. игра	«Бег по кругу»		«Волшебная скамейка»	
Заклуч. часть	М.п. – «Если весело живется»		М.п. – «Займи свободный стульчик»	
№ занятия	3 неделя. Занятия № 7,8,9		4 неделя Занятия №10,11,12	
1 часть	Ходьба в колонне по одному в чередовании с выполнением и.п.д. «Аист», «Лошадка», «Паучок». Бег между предметами на носках, мелким и широким шагом.		Ходьба и бег в колонне по одному, по два, придерживаясь определенного направления.	
ОРУ	«В гости с мамой»		«В трамвае» с мягкими мячами	
Основн. часть	- Ходьба по ребристой доске, ступая на реки носками - Бросок мяча вверх и ловля его одной рукой		- Прыжки на одной ноге на месте и с продвижением вперед - Пролезание в обруч различными способами	
Подвиж. игра	«Чей самолет взлетит»		«Кондуктор»	
Заклуч.ч.	М.п.- «угадайте, угадайте!»		М.п. – «машинист»	

Февраль.

- Обучать прыжкам разными способами: ноги скрестно – ноги врозь, одна нога вперед — другая назад
- Упражнять перепрыгивать предметы с места высотой до 30 см
- Совершенствовать умение ползать на четвереньках с опорой на колени и ладони, змейкой между предметами толкая головой перед собой мяч (расстояние 3 – 4 м)
- Формировании умение действовать в команде

№ занятия	1 неделя. Занятия № 1,2,3		2 неделя Занятия №3,4,5	
1 часть	Ходьба и бег по кругу друг за другом, меняя темп		Ходьба и бег с поворотом по сигналу	
ОРУ	«Детский сад, детский сад! Очень много здесь ребят»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Маленькие прачки»	«В доме моды» с обручами	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «раз, два, три повтори»
Основн. часть	- Стойка на одной ноге, руки вверху, вторая нога поднята коленом вперед - Метание в горизонтальную цель мячей и мешочков с песком с расстояния 3-5 м.		- Прыжки на месте : ноги скрестно- ноги врозь, одна нога вперед – другая назад - Ползание на четвереньках с одновременным толканием мяча головой перед собой	
Подвиж. игра	«Бег с препятствиями»	«Поможем повару»	«Кто больше?»	«Челнок»
Заклоч. часть	М.п.- «Что нам делать покажи»		М.п. – «Иголка и нитки»	
№ занятия	3 неделя. Занятия № 7,8,9		4 неделя Занятия №10,11,12	
1 часть	Ходьба по кругу друг за другом в полуприседе, перекатом с пятки на носок. Непрерывный бег в течение 1- 1,5 мин.		Ходьба с перешагиванием через кубики, обручи. Бег с перестроение в пары, звенья	
ОРУ	«Аты – баты, шли солдаты»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Пограничник на границе»	«На стройке» с кеглями	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Кто строил дом»
Основн. часть	- Стойка на одной ноге, вторая в сторону, руки вверх - перебрасывание мяча из одной руки в другую		- прыжки с места через предметы высотой 30 см. - Переползание через несколько препятствий подряд	

Подвиж. игра	«Морская азбука»	«Веселая маршировка»	«Высокие башни»	«Мы теперь водители»
Заклуч. часть	М.п.- «Ловкие солдаты»		М.п. – «Тик- так – тук»	

Март.

- Учить прокатывать мячи прямо, змейкой, зигзагообразно с помощью палочек, дощечек разной длины и ширины; прокатывать обручи индивидуально, шагом и бегом. Учить прыгать в высоту с разбега.
- Совершенствовать навыки ходьбы в колонне по одному, по двое, по трое, с выполнением заданий педагога, имитационные движения.
- Упражнять ползанию на четвереньках по гимнастической скамейке назад;
- Формировать зрительное внимание, поощрять проявления находчивости и взаимовыручки.
-

№ занятия	1 неделя. Занятия № 1,2,3		2 неделя Занятия №4,5,6.	
1 часть	Ходьба и бег по кругу друг за другом в чередовании с выполнении и.п.д. «Пингвины», «Разведчик», «Маугли», «Обезьянки»		Ходьба и бег в колонне по два, три, придерживаясь определенного направления	
ОРУ	«Поздравляем с праздником»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Праздник мам»	«В группе на окошке» с кубиками	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Наши дежурные»
Основн. часть	- Перешагивание один за другим 5-6 кубиков ,набивных мячей - прокатывание мячей по прямой, «змейкой» с помощью палочек, дощечек		- Прыжки на двух ногах боком вправо-влево через невысокие препятствия (веревка) - Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке назад	
Подвиж. игра	«Птицелов»	«Зима и весна»	«Кто быстрее?»	«Цветные горшочки»
Заклуч. часть	М.п. –Путаница»		М.п. – Роза, фиалка, кактус»	

№ занятия	3 неделя. Занятия № 7,8,9		4 неделя Занятия №10,11,12	
1 часть	Ходьба по кругу друг за другом, выполняя задания педагога. Бег притавным шагом вправо и влево (прямо и боком)		Ходьба на прямых ногах, не сгибая колени; гимнастическим шагом, ставя ногу с носка. Бег «змейкой» между предметами, расставленными по одной линии.	
ОРУ	«Как – то утром на пруду»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением « Что я видел под водой»	«Прогулка по городу» с мячами	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Дивный город Петербург»
Основн. часть	- Ходьба по скамейке гимнастическим шагом - бросок мяча вверх и ловля его двумя руками с хлопком		- Прыжку в высоту с разбега - Ползание на четвереньках «змейкой» между предметами в чередовании с ходьбой, бегом	
Подвиж. игра	«Караси и щука»	«Веселые караси»	«Пятнашки»	«Разгрузите корабли»
Заклуч. часть	М.п. – «Кто живет в речке?»		М.п. – «Найди свой остров»	

Апрель.

1. Обучать прыжкам через короткую скакалку, ходьбе скрестным шагом.
2. Закреплять умение принимать исходное положение для метания.
3. Совершенствовать навык пролезания через препятствие
4. Развивать скоростные качества (бег на скорость).

№ занятия	1 неделя. Занятия № 1,2,3		2 неделя Занятия №3,4,5	
1 часть	Ходьба в колонне, выполняя различные движения с разными предметами (гимнастические палки, обручи, мячи). Бег под длинной крутящейся скакалкой.		Ходьба с закрытыми глазами 3-4 м. Челночный бег 3 раза по 8-10 м.	
ОРУ	«Полюшко»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Хлебушко»	«Космонавтами мы станем» с гимнастическими палками	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Мы мечтаем»
Основн. часть	Ходьба по гимнастической скамейке, ставя ногу с носка, руки в стороны - Метание мешочка с песком, мяча в горизонтальную ель с расстояния 3-5 м.		- Прыжки через короткую, длинную скакалку - Пролезание боком через обручи поставленные друг за другом	
Подвиж. игра	«Кто скорее?»	«Огородники»	«Поймай дракона за хвост»	«Земляне и инопланетяне»
Заклуч. часть	М.п. – «Мы приехали на дачу»		М.п.- «Земля и луна»	
№ занятия	3 неделя. Занятия № 7,8,9		4 неделя Занятия №10,11,12	
1 часть	Ходьба и бег по кругу друг за другом в чередовании с выполнении и.п.д. «Пингвины», «Разведчик», «Маугли», «Обезьянки»		Ходьба и бег в колонне по два, три, придерживаясь определенного направления	
ОРУ	«Снег растаял на полях»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Руки человека»	«Посылка» со скакалкой	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Я пишу тебе письмо»
Основн. часть	- Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы - бросок мяча вверх, об землю и ловля его двумя руками не менее 10 раз		- прыжки на одной ноге на месте и с продвижением вперед - Ползание по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони	
Подвиж. игра	«Золотое зернышко»	«Птицы и пугало»	«Почтальон»	«Опустите письма в почтовый ящик»
Заклуч. часть	М.п. – «Поле пройдем»		М.п.- «Почта»	

Май.

- Совершенствовать навыки ходьбы с чередованием с бегом, бега с различной скоростью, с изменением скорости, челночного бега.
- Обучать, прыгать через длинную скакалку: неподвижную (3-5 см), качающуюся, вращающуюся; с одной ноги на другую вперед и назад на двух ногах шагом и бегом.
- Формировать умение перебрасывать мяч друг другу и ловить его из разных исходных положений, разными способами, в разных построениях.
- Воспитывать выдержку, дружеские отношения в детском коллективе

№ занятия	1 неделя. Занятия № 1,2,3		2 неделя Занятия №3,4,5	
1 часть	Ходьба по кругу друг за другом, выполняя задания педагога. Бег притавным шагом вправо и влево (прямо и боком)		Ходьба на прямых ногах, не сгибая колени; гимнастическим шагом, ставя ногу с носка. Бег «змейкой» между предметами, расставленными по одной линии.	
ОРУ	«Цветущий, яркий, звонкий май»		«Светофор» с мячами	
Основн. часть	- После бега по сигналу встать на скамейку, удерживая равновесие - Бросок мяча вверх и ловля одной рукой не менее 4-6 раз, перебрасывание мяча из одной руки в другую	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением « С поля, с моря»	- Прыжки с ноги на ногу на месте с продвижением вперед - Ползание по гимнастической скамейке на животе	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением « Это я, это я, это все мои друзья»
Подвиж. игра	«Палочка – выручалочка»	«Золотые ворота»	«Пешеходный переход»	«Перекресток»
Заклучит	М.п.- «Веселые солнышки»		М.п.- «Зеленый, желтый, красный»	

№ занятия	3 неделя. Занятия № 7,8,9		4 неделя Занятия №10,11,12	
1 часть	Ходьба в колонне, выполняя различные движения с разными предметами (гимнастические палки, обручи, мячи). Бег под длинной крутящейся скакалкой.		Ходьба с закрытыми глазами 3-4 м. Челночный бег 3 раза по 8-10 м.	
ОРУ	«Муравьишка- муравей»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением « Бабочки весной»	«Здравствуй, лето!» с мячами	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Ручеек»
Основн. часть	- Кружение на месте в одну сторону и обратную сторону - Перебрасывание мяча друг другу из разных исходных положений, разными способами, в разных построениях		- Прыжки в длину с места и разбега - Влезание и спуск с лесенки	
Подвиж. игра	«Медведи и пчелы»	«Паук и мухи»	«Эстафета с поворотами»	«На зеленом на лугу»
Заключ. часть	М.п.- Шмель»		М.п.- «Хороши мои дела»	

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА

Сентябрь

- Развивать навыки бега, сформированные в предыдущих группах (бега на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по двое; змейкой, врассыпную, с преодолением препятствий, по наклонной доске вверх и вниз на носках)
- Учить перепрыгивать предметы с места высотой до 30 см, перепрыгивать последовательно на двух ногах 4 – 5 предметов высотой 15 – 20, перепрыгивать на двух ногах боком вправо и влево невысокие препятствия (канат, мешочки с песком, веревку и т.п.)
- Совершенствовать навыки броска мяча вдаль

№ занятия	1 неделя. Занятия № 1,2,3		2 неделя Занятия №3,4,5	
1 часть	Ходьба в колонне в чередовании с выполнением и.п.д. «Мышка», «Цыпленок», «Медведь», «Утенок». Бег по кругу друг за другом на носках, сильно сгибая ноги в коленях назад		Ходьба в колонне по два, по три вдоль границ зала с поворотами. Бег в колонне по одному с различными положениями рук (на поясе, в сторону)	
ОРУ	«Очень любим мы игрушки»		«Мишка в гости приглашает» с гимнастическими палками	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Это я, это я, это все мои друзья»
Основн. часть	- Пройти по веревке прямо и боком, по канату (д=5-6см.) - Перебрасывание мяча другу другу из разных исходных положений, разными способами, в разных построениях	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением м «репка»	-Прыжки на двух ногах боком вправо- влево через невысокие препятствия, веревка, канат) - Ползание по гимнастической скамейке с опорой на колени и предплечья	
Подвиж. игра	«Кот и мыши»	«хитрая лиса»	«Попади в обруч»	«Ловлю птиц на лету»
Заклуч. часть	М.п.- «Съедобное – несъедобное»		М.п.- «найди и промолчи»	

№ занятия	3 неделя. Занятия № 6,7,8		4 неделя Занятия № 9,10,11	
1 часть	Ходьба по кругу друг за другом боком в правую и левую стороны приставным шагом. Бег по кругу друг за другом приставным шагом вправо и влево (прямо и боком).		Ходьба и бег в колонне по одному вдоль границ зала боком в правую и левую сторону скрестным шагом	
ОРУ	«Муравьишка - муравей»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Хлебушко»	«Что же это? Это осень» с кубиками	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Деревья осенью»
Основн. часть	- Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом - бросок мяча вдаль из положения сидя ноги скрестно		- Прыжки через короткую скакалку на месте и с продвижением вперед - Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками	
Подвиж. игра	«бег с препятствиями»	«Золотые ворота»	«Чье звено быстрее соберется?»	«Не намочи ног»
Заключ. часть	М.п.- «Тик- так- тук»		М.п.- «Осень наступила»	

Октябрь.

- Формировать навыки ведения мяча в разных направлениях, перебрасывание набивных мячей
- Обучить прыжкам через длинную скакалку
- Совершенствовать навыки ползания по гимнастической скамейке.
- Развивать внимательность и сообразительность

№ занятия	1 неделя. Занятия № 1,2,3		2 неделя Занятия № 4,5,6	
1 часть	Ходьба в колонне с ускорением и замедлением темпа. Бег медленно непрерывно 2-3 мин.		Ходьба по прямой лицом и спиной вперед. Челночный бег 3-4 раза по 8-10 м.	
ОРУ	«Урожай»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Овощи»	«Помощники» с короткими скакалками	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Я – главный повар»
Основн. часть	-Ходьба по гимнастической скамейке, поднимая поочередно прямые ноги - Отбивание мяча поочередно правой и левой рукой на месте.		- Прыжки через длинную скакалку - Ползание по гимнастической скамейке на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами	
Подвиж. игра	«Овощи, фрукты и сюрприз»	«Собери овощи»	«Поймай мяч»	«Яблоки, груши и сливы»
Заключ. ч.	М.п.- «Огород»		М.п.- «Эхо»	

№ занятия	3 неделя. Занятия № 6,7,8		4 неделя Занятия № 9,10,11	
1 часть	Ходьба в колонне в чередовании с выполнением и.п.д. «Мышка», «Цыпленок», «Медведь», «Утенок». Бег по кругу друг за другом на носках, сильно сгибая ноги в коленях назад		Ходьба в колонне по два, по три вдоль границ зала с поворотами. Бег в колонне по одному с различными положениями рук (на поясе, в сторону)	
ОРУ	«На лесной полянке»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением м «Добрый жук»	«Перелетные птицы» с лентами	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Цапли»
Основн. часть	- Ходьба по гимнастической скамейке, поднимая поочередно прямые ноги, выполняя под ногой хлопок - Отбивание мяча поочередно правой и левой рукой с продвижением вперед		- Прыжки на месте: ноги скрестно – ноги врозь, одна нога вперед – другая назад. - Ползание по лесенке вверх и вниз	
Подвиж. игра	«Веселые друзья «	«Медведи и пчелы»	«охотники и утки»	«Гуси лебеди»
Заключ. часть	М.п.- «Кузнечики, пчелы, жуки»		М.п.- «Ловушка»	

Ноябрь.

- Формировать умение выполнять прыжки с зажатым между ног мешочком с песком
- Закрепить навыки пролезания в обруч и подлезания под дугу
- Совершенствовать пролезать под несколькими дугами подряд
- Воспитывать находчивость, выдержку, дружеские отношения.

№ занятия	1 неделя. Занятия № 1,2,3		2 неделя Занятия №3,4,5	
1 часть	Ходьба по кругу друг за другом боком в правую и левую стороны приставным шагом. Бег по кругу друг за другом приставным шагом вправо и влево (прямо и боком).		Ходьба и бег в колонне по одному вдоль границ зала боком в правую и левую сторону скрестным шагом	
ОРУ	«Как хорошо, как весело»		«Щенячий футбол с мячами	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Котят»
Основн. часть	- Пройти по узкой стороне гимнастической скамейке прямо - отбивание мяча на месте с хлопком, с поворотом		-прыжки с зажатым между ногами мешочком с песком прямо и «змейкой» - пролезать в обруч разными способами	

Подвиж. игра	«Грибник»	«Ежик в лесу»	«Перемени предмет»	«Веселая собачка»
Заклуч. часть	М.п.- «Мухомор»		М.п.- «Кошка»	

№ занятия	3 неделя. Занятия № 6,7,8		4 неделя Занятия № 9,10,11	
1 часть	Ходьба в колонне с ускорением и замедлением темпа. Бег медленно непрерывно 2-3 мин.		Ходьба по прямой лицом и спиной вперед. Челночный бег 3-4 раза по 8-10 м.	
ОРУ	«В зоологическом саду»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «У всех своя зарядка»	«Осенняя прогулка» с малыми мячами»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «перчатки»
Основн. часть	- Стоять на одной ноге руки в стороны - Перебрасывание мяча друг другу через сетку		- Прыжок в верх из глубокого приседа - Пролезать под несколькими дугами подряд	
Подвиж. игра	«Волк во рву»	«Забавные лисята»	«Не намочи ног»	«Ты меня поймай!»
Заклуч. часть	М.п.- «У белки в дупле»		М.п.- «Большая потеря»	

Декабрь.

- Обучать лазание по лесенке с переходом на гимнастическую скамейку
- Упражнять введение мяча в разных направлениях одной рукой
- Совершенствовать навыки прыжков через длинную скакалку парами
- Развивать ловкость, сообразительность. Воспитывать дружеские отношения

№ занятия	1 неделя. Занятия № 1,2,3	2 неделя Занятия №3,4,5
1 часть	Ходьба в колонне в чередовании с выполнением и.п.д. «Балерина», «Белка», «Лягушки». Бег по кругу друг за другом, выполняя и.п.д. «Волк», выбрасывая прямые ноги вперед	Ходьба в колонне по три, по четыре вдоль границ зала с поворотом. Бег в колонне по одному с различным положением рук (на пояс, в стороны)

ОРУ	«Белоснежная зима»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Свиристы»	«день рождения» с гимнастическими палками	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Кем быть?»
Основн. часть	- пройти по веревке с остановкой по середине и поворотом. - броски мяча вверх, об землю и ловля его двумя руками не менее 10 раз подряд		- прыжки через короткую скакалку разными способами - лазание по лесенке с переходом на гимнастическую скамейку	
Подвиж. игра	«Бездомный заяц»	«Совушка»	«Ловишка с мячом»	«Ключи»
Заключ. часть	М.п.- «Зима - невидимка»		М.п.- «У столяра Афанасия...»	

№ занятия	3 неделя. Занятия № 6,7,8		4 неделя Занятия № 9,10,11	
1 часть	Ходьба по кругу друг за другом с высоким подниманием колен, широким шагом. Бег по кругу, перепрыгивая через набивные мячи, препятствия (10-15 см.)		Ходьба в колонне по одному вдоль границ зала приставным шагом вперед, спиной вперед (назад). Бег с ускорением 20 м. 2-3 раза	
ОРУ	«приглашение на чай»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Пузатый чайник»	«В зимнем лесу» с мячами	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Дед Мороз»
Основн. часть	- ходьба по гимнастической скамейке с остановкой посередине и поворотом - Введение мяча в разных направлениях одной рукой		- Прыжки через длинную скакалку парами - Лазать по лесенке с изменением темпа	
Подвиж. игра	«Кто быстрее?»	«Чайные пары»	Займи место»	«Новогодние шары»
Заключ. часть	М.п.- «Что хотите, то купите»		М.п.- «Не урони снежки»	

Январь.

- Обучать впрыгиванию на мягкое покрытие 20 см двумя ногами
- Упражнять в прыжках через большой обруч
- Совершенствовать навыки подлезания под несколькими дугами (35-50 см) подряд прямо и боком
- Развивать слуховое и зрительное внимание

№ занятия	1 неделя. Занятия № 1,2,3		2 неделя Занятия №3,4,5	
1 часть	Ходьба и бег в колонне по одному с поворотами в разные стороны		Ходьба по прямо с ритмическим притоптыванием во время ходьбы. Бег по кругу друг за другом с высоким подниманием колен, широким шагом	
ОРУ	«Чудесный день»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Физкульт-ура!»	«Веселое путешествие» на гимнастической скамейке	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Машины разные нужны, машины разные важны»
Основн. часть	- Ходьба по гимнастической скамейке с остановкой посередине и перешагивание через предмет - Броски набивных мячей друг другу (вес не более 1 кг)		- Прыжки через большой обруч - подлезание под несколькими дугами (35-50 см) подряд прямо и боком	
Подвиж. игра	«Горелки»	«Новогодние шары»	«Найди свой поезд»	«Растяпа»
Заключ. часть	М.п.- «Веселые друзья»		М.п.- «Колеса»	

№ занятия	3 неделя. Занятия № 6,7,8		4 неделя Занятия № 9,10,11	
1 часть	Ходьба в колонне в чередовании с выполнением и.п.д. «Балерина», «Белка», «Лягушки». Бег по кругу друг за другом, выполняя и.п.д. «Волк», выбрасывая прямые ноги вперед		Ходьба в колонне по три, по четыре вдоль границ зала с поворотом. Бег в колонне по одному с различным положением рук (на пояс, в стороны)	
ОРУ	«Чем пахнут ремесла»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «разговор о мамах»	«Зимой на селе» с кеглями	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Будут на зиму дрова»
Основн. часть	- Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком с песком на голове - Метание мяча, мешочка с песком в движущуюся цель		- впрыгивание на мягкое покрытие высотой 20 см двумя ногами - Сидя на полу продвигаться вперед без помощи рук	
Подвиж. игра	«Школа мяча»	«Мячи в кругу»	«Разноцветные клубки»»	«Зимняя рыбалка»
Заключ. часть	М.п.- «Угадай - ка подскажи»		М.п.- «Охотники»	

Февраль.

- Обучать метания из разных положений в вертикальную и горизонтальную цель
- Обучать прыгиванию с высоты 30 см на мат.
- Упражнять прыгать в высоту с разбега.
- Совершенствовать навыки метания мешочка в вертикальную цель из разных положений

№ занятия	1 неделя. Занятия № 1,2,3		2 неделя Занятия №3,4,5	
1 часть	Ходьба по кругу друг за другом с высоким подниманием колени, широким шагом. Бег по кругу, перепрыгивая через набивные мячи, препятствия (10-15 см.)		Ходьба в колонне по одному вдоль границ зала приставным шагом вперед, спиной вперед (назад). Бег с ускорением 20 м. 2-3 раза	
ОРУ	«В деревне у дедушки»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «инструменты»	«джунгли» с мячами	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Через джунгли»
Основн. часть	- ходьба по узкой стороне гимнастической скамейки боком - Метание мяча, мешочка с песком в горизонтальную цель из разных положений		- прыгивание с высоты 30 см на мат с последующим выполнением 4-5 прыжков с продвижением вперед - Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на кисти рук и ступни ног	
Подвиж. игра	«Выбери правильно»	«Скворечники»	«Зверюшки – наострите ушки»	«Ловцы и обезьяны»
Заклуч. часть	М.п.- «Найди молоточек»		М.п.- «Попугай»	

№ занятия	3 неделя. Занятия № 6,7,8		4 неделя Занятия № 9,10,11	
1 часть	Ходьба и бег в колонне по одному с поворотами в разные стороны		Ходьба по прямо с ритмическими притоptyваниями во время ходьбы. Бег по кругу друг за другом с высоким подниманием колени, широким шагом	
ОРУ	«Зеленые крошки»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «В горшочек посажу росток»	Обитатели морей и океанов» с мешочками	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Морские путешествия»
Основн. часть	- Кружиться на месте с закрытыми глазами - метание мяча, мешочка с песком в вертикальную цель из разных положений		- Прыжок в высоту с разбега - Подлезать под гимнастическую скамейку разными способами	

Подвиж. игра	«Мы – веселые ребята»	«Цветик - семицветик»	«Сети»	«Мы – веселые дельфины»
Заключ. часть	М.п.- «Ко раньше дойдет до цветка»		М.п.- «Море волнуется»	

Март.

- Учить прыгать в длину с места и с разбега; в высоту с разбега.
- Упражнять ходьба по веревке, продвигаясь вперед прыжками на двух ногах
- Совершенствовать навыки лазание по лесенке чередующим шагом разноименным способом
- Развивать наблюдательность, внимание и находчивость.

№ занятия	1 неделя. Занятия № 1,2,3		2 неделя Занятия №3,4,5	
1 часть	Ходьба в колонне в чередовании с выполнением и.п.д. «Мышка», «Медведь», «Крокодил». Бег по кругу друг за другом, выполняя и.п.д. «Тигр и лев», приставным шагом (В правую и левую стороны)		Ходьба в колонне по одному, по два, по три, по четыре, в шеренге. Бег в колонне по одному спиной вперед, по диагонали.	
ОРУ	«С утра сияет солнышко»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Весна пришла»	«родной край» с шнурами	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Нива»
Основн. часть	- Ходьба по веревке, продвигаясь вперед прыжками на двух ногах - Метание мешочка с песком вдаль правой и левой руками на соревнование		-Прыжок в длину с места - Лазание по лесенке чередующим шагом одноименным способом	
Подвиж. игра	«Воробьи – попрыгунчики»	«Платки»	«Заря»	«Петушиный бой»
Заключ. часть	М.п.- «Тюльпан»		М.п.- «Прогулка»	

№ занятия	3 неделя. Занятия № 6,7,8		4 неделя Занятия № 9,10,11	
1 часть	Ходьба по кругу друг за другом в приседе и полуприседе. Бег по кругу через линии, из кружка в кружок		Ходьба в колонне по одному с выпадами вперед, перекатом с пятки на носок. Сочетание бег с ходьбой, прыжками, подлезанием	
ОРУ	«Красная площадь»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Москва-великий город»	«любимый город» с кубиками	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «На невесте»
Основн. часть	- Ходьба по гимнастической скамейке, продвигаясь вперед прыжками на двух ногах - Катание мячей правой и левой ногой по прямой, между предметами		- Прыжки в длину с разбега - Лазание по лесенке чередующим шагом разноименным способом	
Подвиж. игра	«Успей поймать»		«По Москве шагай, смотри не зевай»	
Заклуч. часть	М.п.- Салют»		М.п.- «В летнем саду»	

Апрель

- Обучать в прыгивание на мягкое покрытие 20 см двумя ногами с разбега
- Упражнять в перебрасывании набивных мячей двумя руками снизу, от груди, сверху
- Совершенствовать навыки перебрасывания мяча друг другу из-за головы, снизу, от груди, сверху, из положения сидя, на месте и во время передвижения
- Развивать интерес к соревновательной деятельности

№ занятия	1 неделя. Занятия № 1,2,3		2 неделя Занятия №3,4,5	
1 часть	Ходьба в колонне по одному с остановкой, с приседанием, с поворотами. Бег по кругу друг за другом на носках, сильно сгибая ноги в коленях назад, с высоким поднятием коленей		Ходьба по кругу, чередуя ходьбу с прыжками и бегом. Челночный бег 3-4 раза по 8-10 м.	
ОРУ	«терем - теремок»		«Герои сказок в гостях у ребят» на гимнастической скамейке	
	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «В зоопарке»		УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Муха –Цокотуха»	

Основн. часть	- Продвигаясь вперед прыжками по наклонной доске - Перебрасывание набивных мячей двумя руками снизу, от груди, сверху		- Прыжки в высоту с разбега - Ползание по гимнастической скамье на спине, подтягиваясь руками хватом за головой и отталкиваясь ногами	
Подвиж. игра	«Передача мяча по кругу»	«Багаж»	«Котауси и мауси»	«Бармалей»
Заклуч. часть	М.п.- «Веселая пантомима»		М.п.- «Кто последний?»	

№ занятия	3 неделя. Занятия № 6,7,8		4 неделя Занятия № 9,10,11	
1 часть	Ходьба в колонне в чередовании с выполнением и.п.д. «Мышка», «Медведь», «Крокодил». Бег по кругу друг за другом, выполняя и.п.д. «Тигр и лев», приставным шагом (В правую и левую стороны)		Ходьба в колонне по одному, по два, по три, по четыре, в шеренге. Бег в колонне по одному спиной вперед, по диагонали.	
ОРУ	«Цирк»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Мы едем, едем, едем»	«Скворцы прилетели» с мячами	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Если б я был дельфином»
Основн. часть	- Ходьба по гимнастической скамейке спиной вперед - Перебрасывание мячей другу другу с отскоком от земли из за головы, от груди на месте		- Впрыгивание на мягкое покрытие 20 см двумя ногами с разбега - Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками	
Подвиж. игра	«Поросята и волк»	«Велосипедисты»	«Эстафета с длинной скакалкой»	«Веревочка»
Заклуч. часть	М.п.- Если свет зажегся красным»		М.п. – «Удивительная птица»	

Май

- Учить стоять на носках на гимнастической скамейке
- Упражнять ползанию по гимнастической скамье на спине, подтягиваясь руками хватом за головой и отталкиваясь ногами
- Совершенствовать введение мяча в разных направлениях одной рукой
- Воспитывать у детей ответственность и взаимопомощь

№ занятия	1 неделя. Занятия № 1,2,3		2 неделя Занятия №3,4,5	
1 часть	Ходьба по кругу друг за другом в приседе и полуприседе. Бег по кругу через линии, из кружка в кружок		Ходьба в колонне по одному с выпадами вперед, перекатом с пятки на носок. Сочетание бег с ходьбой, прыжками, подлезанием	
ОРУ	«Веселая пора»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Верба – вербочка»	«Под солнышком весенним» с обручами	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением м «Возвращаются певцы»
Основн. часть	- Стоять на носках на гимнастической скамейке - Перебрасывание мячей друг другу от груди во время ходьбы и бега		- Прыжок вверх из глубокого приседа на месте и с продвижением вперед - Ползание по гимнастической скамье на спине, подтягиваясь руками хватом за головой и отталкиваясь ногами	
Подвиж. игра	«Эстафета по кругу»	«Разноцветные планеты»	«Перелет птиц»	«Веселые мотыльки»
Заключ. часть	М.п.- Подарки тетюшки»		М.п.- Дни недели»	
№ занятия	3 неделя. Занятия № 6,7,8		4 неделя Занятия № 9,10,11	
1 часть	Ходьба в колонне по одному с остановкой, с приседанием, с поворотами. Бег по кругу друг за другом на носках, сильно сгибая ноги в коленях назад, с высоким подниманием коленей		Ходьба по кругу, чередуя ходьбу с прыжками и бегом. Челночный бег 3-4 раза по 8-10 м.	
ОРУ	«путешествие в сказку»	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «Рыбка золотая»	«Скоро в школу с мячами	УЛИЦА: Игра с речевым сопровождением «первый раз в первый класс»
Основн. часть	- стоять на набивных мячах со страховкой педагога - Вести мяч в разных направлениях одной рукой		- Прыжки через большой обруч - Пролезание под шнуром натянутым между стойками	
Подвиж. игра	«Не урони орешек»	«Невод и золотые рыбки»	«Стой!»	«Перемена»
Заключ. часть	М.п.- Подскажи словечко»		М.п.- Замечательный класс»	

Планирование работы по физическому развитию на летний период 2021 года.

Структура физкультурно-оздоровительной работы В ГБДОУ на летний период

- закаливание;
- гигиенические процедуры;
- сбалансированное питание;
- подвижные, спортивные игры и игры- эстафеты на улице;
- индивидуальная работа по формированию двигательных навыков;
- самостоятельная двигательная деятельность детей;
- утренняя гимнастика на улице;
- организованная деятельность по физическому воспитанию;
- физкультурные досуги и праздники.

Задачи работы по физическому развитию на летний период 2021 года

Старшая группа

1. Упражнять в челночном, непрерывном беге на выносливость, в беге между предметами, не задевая их; в умении убегать от ловящего, догонять убегающих; в прыжках через длинную и короткую скакалку.
2. Продолжать знакомить детей с летними видами спорта, познакомить с игрой в городки, упражнять в подготовительных упражнениях для игры в бадминтон, баскетбол.
3. Закреплять умение забрасывать мяч в кольцо одной и двумя руками, ловить мяч и перебрасывать его друг другу; ходить по уменьшенной площади опоры с мешочком на голове.
4. Совершенствовать умение лазать по гимнастической стенке с переходом на другой пролет, умение отбивать мяч от пола несколько раз подряд.
5. Поддерживать и поощрять самостоятельность в реализации потребности детей в двигательной деятельности, умении самостоятельно организовывать свой досуг.

Подготовительная группа

1. Совершенствовать умение ходить и бегать с преодолением препятствий, бегать наперегонки, перебрасывать в умении перебрасывать мяч через веревку, натянутую выше головы ребенка различными способами.
2. Закреплять умение прыгать в длину с места и с разбега; бросать мешочки на дальность правой и левой рукой, перебрасывать мяч друг другу одной, двумя руками; отбивать мяч от пола; перебираться на другую сторону гимнастической лестницы.
3. Упражнять в умении выполнять элементы спортивных игр: футбол, баскетбол, бадминтон, городки. Продолжать учить правилам спортивных игр.
4. Развивать спортивные качества: ловкость, быстроту, координацию движений, выносливость; приучать к участию в соревнованиях.
5. Воспитывать желание добиваться наилучших результатов, ответственность за результат совместной деятельности

2.2 План взаимодействия с педагогами ГБДОУ

по физкультурно-оздоровительной работе на 2020 - 2021 учебный год

Сроки	Тема, содержание	Форма взаимодействия	Примечание
Сентябрь 2020	«Исходное физическое состояние детей. Определение индивидуальной работы по развитию движений и формированию физических качеств по результатам диагностики и состоянию здоровья детей»	Консультации по вопросам диагностики. ПМПК в группах компенсирующей направленности	Во всех группах
Октябрь 2020	«Зона физического развития в группах. Особенности наполняемости пособиями в разных возрастных группах»	Практическая помощь.	Все группы
Ноябрь 2020	«Гигиенические и методические требования к проведению утренней гимнастики, бодрящей гимнастики после дневного сна»	Проведение индивидуальных консультаций с воспитателями.	Все группы
Декабрь 2020	«Организация двигательной активности в каникулярное время»	Подборка подвижных игр.	Все группы
Январь 2021	«Особенности работы по развитию движений с гиперактивными детьми» Определение дальнейшей индивидуальной работы по развитию движений и формированию физических качеств по результатам диагностики и состоянию здоровья детей»	Письменные рекомендации. ПМПК в группах компенсирующей направленности	Подготовительные группы Все группы
Февраль 2021	«Особенности организации режима двигательной активности у младших дошкольников»	Беседы	Младшие и средние группы
Март 2021	«Значение подвижных игр (игр - эстафет) для развития физических качеств детей»	Практическое занятие для педагогов.	Подготовительная группа
Апрель 2021	«Логоритмические упражнения для самых маленьких»	Подборка игр по лексическим темам.	Младшие и средние группы
Май 2021	«Физическая готовность детей к обучению в школе. Итоги физкультурно-оздоровительной работы за учебный год»	Итоговый педагогический совет. ПМПК в группах компенсирующей направленности	Подготовительная группа Все группы.
Июнь 2021	«Особенности организации физкультурно-образовательной работы в летний период»	Методические рекомендации	Все возрастные группы.

Физическое развитие в образовательной деятельности включенное педагогами и специалистами ГБДОУ для оптимизации и обогащения образовательного процесса.

№	Мероприятия	Группа ДОУ	Периодичность	Ответственный
1.	Определение уровня физической подготовленности детей	Все	3 раза в год (в сентябре, декабре и мае)	Инструктор по физ.культуре, воспитатели групп
2	Утренняя гимнастика	Все	Ежедневно	Воспитатели групп
3	Физическая культура	Все	Ежедневно	Инструктор по физкультуре
4	Подвижные игры	Все	Ежедневно	Воспитатели групп
5	Гимнастика после дневного сна		Ежедневно	Воспитатели групп
6	Физкультурные досуги	Все	1 раз в месяц	Инструктор по физкультуре
7	Физкультурные праздники	Все	2 раза в год	Инструктор по физкультуре, муз. руководитель, воспитатели групп
8	День здоровья	Все	4 раза в год	Инструктор по физкультуре, муз. руководитель, воспитатели групп
9.	Динамические паузы	Все группы	ежедневно	Инструктор по физкультуре, муз. руководитель, воспитатели групп

2.3 Особенности взаимодействия с семьями воспитанников

Вырастить ребенка сильным, крепким, здоровым – желание родителей и одна из ведущих задач, стоящих перед педагогами образовательного учреждения. Семья и детский сад – социальные структуры, определяющие уровень здоровья ребенка. Поступая в ДОУ, многие дети имеют отклонения в физическом развитии: нарушение осанки, излишний вес, слаборазвитые двигательные навыки (быстроту, ловкость, координацию движений).

Наша задача – помочь родителям в приобретении необходимых теоретических и практических знаний (познакомить с упражнениями и подвижными играми, способствующими развитию у детей двигательных навыков, а также освоить приемы обучения этим упражнениям).

Один из путей решения задач – совместная спортивная деятельность детей и взрослых, как в детском саду, так и в семье. В нашем дошкольном учреждении разработаны формы тесного взаимодействия детей и взрослых. В детском саду проводятся: физкультурные занятия, развлечения и праздники, приобщение к здоровому образу жизни.

В работе с семьей стараемся приобщить родителей проводить с детьми в домашних условиях: утреннюю гимнастику, подвижные игры, игровые упражнения, комплексы по профилактике нарушений осанки и развития плоскостопия, упражнения в домашней ванне, профилактику простудных заболеваний. В работе с родителями используются традиционные формы (родительские собрания, консультации, беседы, открытые занятия).

**План взаимодействия с семьями воспитанников
по физкультурно-оздоровительной работе ГБДОУ № 12 на 2020-2021 учебный год**

Формы работы	Содержание	сроки
Собрания	-Содержание работы по развитию движений в течение года. Гигиенические требования и значение спортивной формы. -Итоги работы по музыкальному развитию воспитанников на конец учебного года	Сентябрь 2020 Май 2021
Консультации	-«Влияние игр с мячом на речевое развитие детей». - Рекомендуемые игры. «Мама и я со спортом друзья» -«Особенности организации двигательной активности детей старшего возраста (5-7 лет)» - «Профилактика нарушений осанки и плоскостопия как залог успешного обучения в школе» - «Играем с пальчиками и развиваем речь»	В течении учебного года
Оформление информационных уголков в группах	- «Организация двигательной активности ребенка дома». - «Что вы знаете о здоровом образе жизни» - «Значение подвижных игр для физического и психического развития детей»	В течении учебного года
Праздники, развлечения, досуги	- Дни здоровья - Спортивные развлечения - Спортивно-музыкальные праздники	В течении учебного года

2.4. Перспективный план праздников и развлечений по физическому воспитанию на 2020-2021 учебный год

Дата проведения	Название	Участники	Место проведения
февраль	«Мы парни brave»	Старшие и подготовительные группы	Спортивно-музыкальный зал
Апрель	Спортивный праздник «День здоровья»	Старшие и подготовительные группы	Спортивная площадка
Август	Спортивно-музыкальный праздник ко дню защиты детей»	Все группы	Спортивная площадка
Август	Спортивно – музыкальный праздник «Веселое лето»	Все группы	Спортивная площадка

План проведения Дней здоровья в 2020-2021 учебном году

Дата проведения	Участники	Место проведения
20 ноября	Старшие и подготовительные группы	Спортивно-музыкальный зал
19 февраля	Старшие и подготовительные группы	Спортивно-музыкальный зал
21 май	Все группы	Спортивно-музыкальный зал
21 август	Все группы	Спортивная площадка

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Организация развивающей предметно-пространственной среды:

Развивающая предметно-пространственная среда музыкально-спортивного зала, групповых помещений и участка обеспечивает полноценное развитие личности детей во всех основных образовательных областях.

Для осуществления физкультурной деятельности оборудован музыкально-спортивный зал. Для создания предметно-развивающего пространства в зале имеются спортивное оборудование и мелкий инвентарь:

- гимнастические скамейки 2 шт
- гимнастическое бревно 1 шт
- крупные мягкие модули разного размера формы для трансформации развивающего пространства (прямоугольные 2 шт, цилиндрические 2 шт)
- набор кузнечик 1 шт
- складные коврики 12 шт
- мягкая тактильная складная дорожка 1 шт
- детская массажная дорожка 1шт
- приставная лестница 1 шт
- приставная доска 1 шт
- гимнастические маты 3 шт
- дуги для пролезания 1 шт
- мячи резиновые 20 шт
- набивные мячи 4 шт
- футбольные мячи 6 шт
- гимнастические палки 25 шт
- балансиры 5 шт
- обручи разных размеров 10 шт
- ракетки для бадминтона 12 шт
- гимнастические скакалки; 25 шт
- мячи-фитболы 10 шт
- канаты 2 шт
- хоккейные клюшки 6 шт
- шайбы 12 шт
- кольцобросы 2шт
- мешочки с песком для метания 25 шт

- кубики 25 шт
 - малые мягкие мячики 15 шт
 - кегли большие 6ш
 - кегли малые 20 шт
 - массажные мячики, 10 шт
 - погремушки, 15 шт
 - платочки 25 шт
 - флажки разноцветные 25 шт
- информационно - наглядный материал.

В группах оборудованы спортивные уголки, оснащенные спортивным инвентарем. Работа всех специалистов скоординирована наличием единого тематического планирования.

3.2. Описание организации образовательной деятельности по физической культуре

Занятия физической культурой – основная форма организации физвоспитания дошкольников. Физкультурные занятия проводятся 2 раза в неделю в помещении, 1 раз на улице.

Физкультурные занятия, упражнения и подвижные игры на свежем воздухе являются незаменимыми средством физического развития дошкольников. Их содержание зависит от возраста детей, времени года, пройденного материала. В зависимости от этого осуществляется подбор упражнений и выбирается методика их проведения. Они проводятся со всей группой одновременно.

Подбор упражнений подчинен тем же требованиям (обеспечение нагрузки на все группы мышц, подбор игр разной интенсивности с постепенным повышением нагрузки и снижением ее в конце).

Физкультурные занятия на улице представляют собой комплекс игр. При составлении комплексов необходимо учитывать принцип целесообразности чередования игр разного характера, т.е. игры с высокой двигательной активностью должны чередоваться с менее активными играми.

Структура физкультурного занятия

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

Основная часть - включающая в себя тренировку разных групп мышц, совершенствование всех физиологических функций организма детей и состоит из общеразвивающих упражнений и основных видов движений по теме. Итогом основной части занятия является – тематическая подвижная игра высокой активности.

Заключительная часть, в ходе которой выравнивается функциональное состояние организма детей. В ней дети выполняют коррекционные и дыхательные упражнения, направленные на снижение двигательной активности, восстановление дыхания.

Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:

- в старшей группе – не более 25 мин;
- в подготовительной группе – не более 30 мин.

Формы и методы работы по физическому развитию детей с ТНР

Оптимальное сочетание различных видов ежедневных занятий физическими упражнениями и подвижными играми помогает обеспечить рациональную двигательную активность детей.

Для решения образовательных, воспитательных, оздоровительных и специальных задач физического развития детей с ОНР используются следующие различные формы:

- Утренняя гимнастика.
- Физкультурные занятия.
- Физминутки.
- Подвижные игры в помещении и на прогулке.
- Прогулки.
- Самостоятельная двигательная деятельность.
- Физкультурные досуги и праздники.

Коррекция нарушений речи проводится с учетом ведущей деятельности. У детей дошкольного возраста она осуществляется в процессе игровой деятельности, которая становится средством развития аналитико-синтетической деятельности, моторики, сенсорной сферы, обогащения словаря, усвоения языковых закономерностей, формирования личности ребенка.

С этой целью используются следующие методы.

1. Практические методы.

Практические методы применяются для создания мышечно-двигательных представлений о физических упражнениях и закрепления двигательных навыков и умений.

Повторение упражнений. Сначала, для того чтобы создать мышечные ощущения, целесообразно повторять упражнения без изменения в целом. На фоне такого целостного выполнения идет освоение элементов техники.

Проведение упражнений в игровой форме. Этот метод применяется для закрепления двигательных навыков и развития физических качеств в изменяющихся условиях (например, внезапные изменения ситуаций по ходу игры побуждают действовать быстрее, более ловко).

Проведение упражнений в соревновательной форме. При выполнении физических упражнений в соревновательной форме возникает особый физиологический и эмоциональный фон, что усиливает воздействие упражнений на организм ребенка, способствует проявлению максимальных функциональных возможностей и психических сил. При этом предъявляются более высокие требования к физическим и морально-волевым качествам (решительность, честность, благородство и т.д.).

Но соревновательным методом следует пользоваться осторожно. Он может вызвать сильное нервное возбуждение, отрицательно сказаться на самочувствии и поведении детей.

2. Наглядные методы.

К этой группе методов относятся показ физических упражнений, использование наглядных пособий (рисунки, фотографии), имитации (подражания), зрительные ориентиры (предметы, разметка зала), звуковые сигналы.

3. Словесные методы.

К данной группе методов относятся: название упражнений, описание, объяснения, указания, распоряжения, команды, вопросы к детям, рассказ, беседа и др.

В работе с детьми с ОНР словесные методы сочетаются и используются вместе с практическими и наглядными. Словесные методы активизируют мышление ребенка, внимание, память, способствуют созданию более точных зрительных представлений о движении.

С помощью слова детям сообщают знания, дают задания, повышают интерес к их выполнению, анализируют и оценивают достигнутые результаты.

Отличительными чертами работы с детьми с ОНР являются большое количество повторений при показе упражнений; более продолжительный показ и неоднократное объяснение при показе фотографий, рисунков, схем и т.д.; более длительное запоминание расположения в зале зрительных ориентиров, часто замедленная реакция на звуковые сигналы; более детальные объяснения, описания упражнений и т.д.

3.3. Учебный план

Возраст детей	Номер групп	Количество занятий в неделю	Количество занятий в учебном году (сентябрь-май)	Продолжительность занятий
Старшая 5-6 лет	№5,9	3 раза	108	25 минут
Подготовительная 6-7 лет	№2,3,4,6,	3 раза	108	30 минут

Расписание непрерывной образовательной деятельности по физической культуре

	Гр № 2 Подгот .гр.	Гр № 4 Подгот. гр.	Гр № 5 Старш. гр.	Гр № 6 Подгот .гр.	Гр № 3 Подгот .гр.	Гр № 9 Старш. .гр.
Понедельник	15.10-15.40 зал	15.55 – 16.25 зал			Улица 11.45-12.15	Улица 11.15-11.40
Вторник			11.45-12.10 Улица	15.55-16.25 зал	15.10-15.40 зал	
Среда	8.45 – 9.15 зал	10.00 – 10.30 зал	12.05–12.30 зал	10.40-11.10 зал		11.30-11.55 зал
Четверг	10.50-11.20 Улица	11.20 – 11.50 Улица	10.20–10.45 зал		15.50 -16.20 зал	15.10-15.35 зал
Пятница				11.00 –11.30 улица		

3.4. Циклограмма объема работы инструктора физического воспитания

понедельник

11.15 - 12.15 - физкультурно - образовательная деятельность с детьми
 12.30 – 13.30 – работа с документацией
 13.30 - 15.00 - консультация для педагогов
 15.00 – 17.15 - физкультурно - образовательная деятельность с детьми

вторник

11.00 - 12.30 - физкультурно - образовательная деятельность с детьми
 12.30 - 14.00 - разработка совместных праздников, досуговой деятельности
 14.00 - 15.00 - работа с документацией, подготовка к образовательной деятельности (обработка игрового оборудования)
 15.00 – 17.00 - физкультурно - образовательная деятельность с детьми

среда

9.00 - 12.30 - физкультурно - образовательная деятельность с детьми

12.30 -13.30 - работа с документацией, подготовка к образовательной деятельности (обработка игрового оборудования)

13.30 – 14.00- подготовка пособий, игрового материала к занятиям

14.00 - 15.00 - консультационная работа с родителями

четверг

10.30 -12.30 - физкультурно - образовательная деятельность с детьми

12.30 - 14.00 - разработка совместных праздников, досуговой деятельности

14.00 - 15.00 - работа с документацией, подготовка к образовательной деятельности (обработка игрового оборудования)

15.00-16.30 - физкультурно - образовательная деятельность с детьми

пятница

09.00 – 12.30- физкультурно - образовательная деятельность с детьми

12.30 -13.00 - подготовка пособий, игрового материала к занятиям

13.00 - 14.00 - работа с документацией, подготовка к образовательной деятельности (обработка игрового оборудования)

14.00 - 15.00 - консультационная работа с родителями

3.5 Программно-методическое обеспечение образовательного процесса

Перечень методических пособий, педагогических технологий обеспечивающих реализацию непосредственно организованной образовательной деятельности по физическому воспитанию.

УМК Нищева Н.В. «Комплексная образовательная программа дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7 лет». – СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2015.

Образовательные области	Методические пособия, педагогические технологии
Физическое воспитание	Н.П. Недовесова «Профилактика и коррекция плоскостопия у детей»
	Н.В. Нищева «Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики»
	Е.И. Гуменюк, Н.А. Слисенко «Недели здоровья в детском саду»
	Ю.А. Кириллова « Картотека подвижных игр в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР с 6 до 7 лет»
	Ю.А. Кириллова «Комплексы общеразвивающих упражнений в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР» с 5 до 7 лет
	Ю.А. Кириллова «Парциальная программа физического развития в группе компенсирующей направленности для детей с тяжелыми нарушениями речи(ОНР) с 3 до 7 лет»
	Ю.А. Кириллова « Картотека подвижных игр в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР с 5 до 6 лет»