

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 40  
Пушкинского района Санкт-Петербурга**

**ПРИНЯТА**

Педагогическим советом  
Образовательного учреждения  
Протокол № 1 от 31.08.2023

**УТВЕРЖДЕНА**

Приказом заведующего  
от 31.08. 2023 № 44-ОД

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**инструктора по физической культуре**  
**Зирюкиной Валерии Юрьевны**  
**для работы с воспитанниками в группах общеразвивающей направленности**  
**от 1,6 до 7 лет**  
**на 2023-2024 учебный год**

**Соответствует ФГОС ДО и ФОП ДО**

Санкт-Петербург  
2023

## Оглавление

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.1.1. Цели и задачи рабочей программы.....	3
1.1.2. Принципы и подходы к формированию рабочей программы.....	5
1.1.3. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в т.ч. характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста .....	6
1.2. Планируемые результаты (целевые ориентиры) освоения Программы .....	11
1.2.1. Планируемые результаты (целевые ориентиры) освоения Программы в раннем возрасте (к трем годам):.....	12
1.2.2. Планируемые результаты (целевые ориентиры) освоения Программы в дошкольном возрасте .....	13
1.2.3. <i>Планируемые результаты (целевые ориентиры) на этапе завершения освоения Программы (к концу дошкольного возраста): .....</i>	17
1.3. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по Программе ОО «Физическое развитие» .....	22
1.4. 22	
2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ .....	23
2.1. Задачи и содержание образования (обучения и воспитания) по образовательным областям	23
2.2. Физическое развития детей младшего и дошкольного возраст.....	24
2.3. Взаимодействие взрослых с детьми (вариативные формы, способы, методы и средства реализации программы).....	41
2.4. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.....	42
2.5. Способы и направления поддержки детской инициативы .....	47
2.6. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями обучающихся .....	51
2.7. Программа (направления) коррекционно-развивающей работы.....	54
2.8. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ .....	54
3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ .....	56
3.1. Психолого-педагогические условия реализации Программы.....	56
3.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды .....	57
3.3. Материально-техническое обеспечение РП по реализации ОО «Физическое развитие».....	58
3.4. Программно - методическое обеспечение образовательного процесса по ОО «Физическое развитие».....	59
3.5. Режим и распорядок дня.....	61
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ .....	63
ПРИЛОЖЕНИЕ .....	65

## 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.

### 1.1. Пояснительная записка

Рабочая Программа (далее – Программа) на основе Образовательной программы дошкольного образования Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 40 Пушкинского района Санкт-Петербурга (далее – ДОУ) в соответствии с ФГОС дошкольного образования и с учетом Федеральной образовательной программы дошкольного образования (далее – ФОП ДО)

Программа по развитию обучающихся обеспечивает разностороннее развитие детей в возрасте от 1,5 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям:

- социально-коммуникативное развитие
- познавательное развитие
- речевое развитие
- художественно – эстетическое развитие
- физическое развитие

Реализуемая Программа строится на принципе личностно-ориентированного взаимодействия взрослого с обучающимися. Она разработана инструктором по физической культуре Зирюкиной В. Ю.

*Срок реализации рабочей программы: 2023-2024 учебный год*

Рабочая программа реализуется на протяжении 2023-2024 учебного года.

Программа **реализуется на русском языке**, в течение всего времени пребывания ребенка в дошкольном учреждении (12 – часового пребывания), 5 дневной рабочей недели.

Включает три основных раздела (целевой, содержательный, организационный), в каждом из которых отражается обязательная часть и часть, формируемая участниками образовательных отношений, дополнительный раздел и приложения.

- *Целевой раздел* – определяет ее цели и задачи, принципы и подходы к формированию Программы, планируемые результаты ее освоения в виде целевых ориентиров.
- *Содержательный раздел* – включает содержание образовательной деятельности по образовательным областям: социально-коммуникативной, познавательной, речевой, художественно-эстетической, физической.
- *Организационный раздел* – описывает систему условий реализации образовательной деятельности, необходимых для достижения целей Программы, особенности организации образовательной деятельности, а именно описание психолого- педагогических, кадровых, материально-технических и финансовых условий, особенностей организации развивающей предметно-пространственной среды, особенностей разработки режима дня с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.
- *Дополнительный раздел* – краткая презентация Программы.
- Приложения.

#### 1.1.1. Цели и задачи рабочей программы

*Цель реализации рабочей программы:* Обеспечение физического развития детей посредством организации различных форм физкультурно-оздоровительной деятельности, охрана и укрепление здоровья детей, обеспечение их эмоционального благополучия и формирование ценностей здорового образа жизни.

### *Задачи реализации рабочей программы:*

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

- - достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования.

**Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие»** направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:

- - воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;
- - формирование у ребёнка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;
- - становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;
- - воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;
- - приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;
- - формирование у ребёнка основных
- гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

### **1.1.2. Принципы и подходы к формированию рабочей программы**

***Программа построена на следующих принципах ДО, установленных ФГОС ДО:***

1. полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возрастов), обогащение (амплификация) детского развития;
2. построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
3. содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников (далее вместе - взрослые);
4. признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
5. поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
6. сотрудничество ДОО с семьёй;
7. приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
8. формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в различных видах деятельности;
9. возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
10. учёт этнокультурной ситуации развития детей.

***Основными подходами к формированию Программы являются:***

- *деятельностный подход*, предполагающий развитие ребенка в деятельности, включающей такие компоненты как самоцелеполагание, самопланирование, самоорганизация, самооценка, самоанализ;
- *интегративный подход*, ориентирующий на интеграцию процессов обучения, воспитания и развития в целостный образовательный процесс в интересах развития ребенка;

- *индивидуальный подход*, предписывающий гибкое использование педагогами различных средств, форм и методов по отношению к каждому ребенку;
- *лично-ориентированный подход*, который предусматривает организацию образовательного процесса на основе признания уникальности личности ребенка и создания условий для ее развития на основе изучения задатков, способностей, интересов, склонностей;
- *средовый подход*, ориентирующий на использование возможностей внутренней и внешней среды образовательной организации в воспитании и развитии личности ребенка.

### **1.1.3. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в т.ч. характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста**

При разработке Программы учитывались следующие значимые характеристики: национально-культурные, климатические, организационные, региональный компонент, социо-демографические условия, современная социокультурная ситуация развития ребенка, распределение воспитанников по возрасту, характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста.

#### ***Национально-культурные:***

- Содержание дошкольного образования ГБДОУ №40 включает в себя вопросы истории и культуры родного города, природного, социального и рукотворного мира, который с детства окружает маленького петербуржца.

- - Поликультурное воспитание строится на основе изучения национальных традиций семей воспитанников ДОУ. Дошкольники знакомятся с самобытностью русской и других национальных культур, представителями которых являются участники образовательного процесса.

#### **Климатические условия**

Климатические условия Северо-Западного региона имеют свои особенности: недостаточное количество солнечных дней и повышенная влажность воздуха. Исходя из этого, в образовательный процесс включены мероприятия, направленные на оздоровление детей и предупреждение утомляемости.

В холодное время года (при благоприятных погодных условиях) удлиняется прибывание детей на прогулке. В теплое время – жизнедеятельность детей организуется на открытом воздухе.

Режим дня всех возрастных групп наполняется активной двигательной, игровой деятельностью, включены бодрящая гимнастика после сна, упражнения для расслабления, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз.

В сентябре детский сад работает в режиме адаптационного периода для вновь поступающих детей.

В детском саду предусмотрены периоды для проведения педагогической диагностики (сентябрь, май).

#### ***Региональный компонент Санкт-Петербурга:***

- Реализация программы краеведческого образования детей «Петербурговедение для малышей. От 1,5 до 7 лет. Программа «Первые шаги» Алифанова Г.Т.

***Социально-демографические условия*** осуществления образовательного процесса определились в ходе статистических и социально-педагогических исследований семей воспитанников: наличие среди родителей широко представленной социальной группы

служащих молодого возраста, со средним финансовым положением, с высоким образовательным уровнем, воспитывающих 1 или 2 детей, имеются многодетные и неполные семьи.

***Современная социокультурная ситуация развития ребенка:***

- Большая открытость мира и доступность его познания для ребенка, больше источников информации;
- Культурная неустойчивость окружающего мира, смешение культур в совокупности с многоязычностью;
- Быстрая изменчивость окружающего мира;
- Агрессивность окружающей среды и ограниченность механизмов приспособляемости человеческого организма к быстро изменяющимся условиям, наличие многочисленных вредных для здоровья факторов.

***Возрастные:***

Учреждение обеспечивает получение дошкольного образования, присмотр и уход за воспитанниками в возрасте от 1,5 до 7 лет.

***Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста***

**От 1,6 до 3 лет**

Познание себя, своего образа, идентификация с именем. Начинают формироваться элементы самосознания, связанные с идентификацией имени и пола.

Детям характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Они легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников.

Дети этого возраста соблюдают элементарные правила поведения, обозначенные словами «можно», «нельзя», «нужно».

Совершенствуется ходьба, основные движения, расширяется ориентировка в ближайшем окружении. Ребенок проявляет большую активность в познании окружающего мира. Возникает потребность более глубокого и содержательного общения со взрослым.

В этом возрасте интенсивно формируется речь. Речевое общение со взрослым имеет исключительно важное значение в психическом развитии.

Развивается сенсорное восприятие. Формируются зрительные и слуховые ориентировки. К 3 годам дети воспринимают все звуки родного языка, но произносят их с большим искажением.

Основная форма мышления – наглядно-действенная.

Внимание неустойчивое, легко переключается. Память произвольная.

Развивается предметная деятельность. Появляется способность обобщения, которая позволяет узнавать предметы, изображения.

Формируются навыки самообслуживания.

**От 3 до 4 лет**

Отделение себя от взрослого - характерная черта кризиса 3 лет.

Эмоциональное развитие ребёнка этого возраста характеризуется проявлениями таких чувств и эмоций, как любовь к близким, привязанность к воспитателю, доброжелательное отношение к окружающим, сверстникам.

Поведение ребёнка произвольно, действия и поступки ситуативны.

Дети 3-4 лет усваивают некоторые нормы и правила поведения, связанные с определёнными разрешениями и запретами, могут увидеть несоответствие поведения другого ребёнка нормам и правилам поведения.

В 3 года ребёнок начинает осваивать гендерные роли и гендерный репертуар: девочка-женщина, мальчик-мужчина.

У нормально развивающегося трёхлетнего человека есть все возможности овладения навыками самообслуживания.

В этот период высока потребность ребёнка в движении (его двигательная активность составляет не менее половины времени бодрствования).

Накапливается определённый запас представлений о разнообразных свойствах предметов, явлениях окружающей действительности и о себе самом.

В 3 года складываются некоторые пространственные представления.

Представления ребёнка четвёртого года жизни о явлениях окружающей действительности обусловлены, с одной стороны, психологическими особенностями возраста, с другой - его непосредственным опытом.

Внимание детей четвёртого года жизни непроизвольно. Память детей 3 лет непосредственна, непроизвольна и имеет яркую эмоциональную окраску.

Мышление трёхлетнего ребёнка является наглядно-действенным.

В 3 года воображение только начинает развиваться, и прежде всего это происходит в игре.

В младшем дошкольном возрасте ярко выражено стремление к деятельности.

В 3-4 года ребёнок начинает чаще и охотнее вступать в общение со сверстниками ради участия в общей игре или продуктивной деятельности.

Главным средством общения со взрослыми и сверстниками является речь.

В 3-4 года в ситуации взаимодействия с взрослым продолжает формироваться интерес к книге и литературным персонажам.

Интерес к продуктивной деятельности неустойчив.

Музыкально-художественная деятельность детей носит непосредственный и синкретический характер.

Совершенствуется звукоразличение, слух.

### **От 4 до 5 лет**

Дети 4-5 лет социальные нормы и правила поведения всё ещё не осознают, однако у них уже начинают складываться обобщённые представления о том, как надо (не надо) себя вести.

Поведение ребёнка 4-5 лет не столь импульсивно и непосредственно, как в 3-4 года.

В этом возрасте детьми хорошо освоен алгоритм процессов умывания, одевания, купания, приёма пищи, уборки помещения.

Появляется сосредоточенность на своём самочувствии, ребёнка начинает волновать тема собственного здоровья.

Дети 4-5 лет имеют дифференцированное представление о собственной гендерной принадлежности, аргументируют её по ряду признаков.

К 4 годам основные трудности в поведении и общении ребёнка с окружающими, которые были связаны с кризисом 3 лет (упрямство, строптивость, конфликтность и др.), постепенно уходят в прошлое. Развивается моторика дошкольников.

В возрасте от 4 до 5 лет продолжается усвоение детьми общепринятых сенсорных эталонов, овладение способами их использования и совершенствование обследования предметов.

В среднем дошкольном возрасте связь мышления и действий сохраняется, но уже не является такой непосредственной, как раньше.

К 5 годам внимание становится всё более устойчивым, в отличие от возраста 3 лет (если ребёнок пошёл за мячом, то уже не будет отвлекаться на другие интересные предметы).

Важным показателем развития внимания является то, что к 5 годам в деятельности ребёнка появляется действие по правилу - первый необходимый элемент произвольного внимания.

Именно в этом возрасте дети начинают активно играть в игры с правилами.

В дошкольном возрасте интенсивно развивается память ребёнка.



Особенности образов воображения зависят от опыта ребёнка и уровня понимания им того, что он слышит от взрослых, видит на картинках и т.д.

В этом возрасте происходит развитие инициативности и самостоятельности ребенка в общении со взрослыми и сверстниками.

У детей наблюдается потребность в уважении взрослых, их похвале.

В процессе общения со взрослыми дети используют правила речевого этикета. Речь становится более связной и последовательной.

В возрасте 4-5 лет дети способны долго рассматривать книгу, рассказывать по картинке о её содержании.

Цепкая память позволяет ребёнку 4-5 лет многое запоминать, он легко выучивает наизусть стихи и может выразительно читать их на публике.

В среднем дошкольном возрасте активно развиваются такие компоненты детского труда, как целеполагание и контрольно-проверочные действия на базе освоенных трудовых процессов.

В музыкально-художественной и продуктивной деятельности дети эмоционально откликаются на художественные произведения, произведения музыкального и изобразительного искусства.

Важным показателем развития ребёнка-дошкольника является изобразительная деятельность. К 4 годам круг изображаемых детьми предметов довольно широк.

Конструирование начинает носить характер продуктивной деятельности.

### **От 5 до 6 лет**

Ребёнок 5-6 лет стремится познать себя и другого человека как представителя общества (ближайшего социума), постепенно начинает осознавать связи и зависимости в социальном поведении и взаимоотношениях людей.

В этом возрасте в поведении дошкольников происходят качественные изменения - формируется возможность саморегуляции, т.е. дети начинают предъявлять к себе те требования, которые раньше предъявлялись им взрослыми.

В возрасте от 5 до 6 лет происходят изменения в представлениях ребёнка о себе.

В 5-6 лет у ребёнка формируется система первичной гендерной идентичности.

Существенные изменения происходят в этом возрасте в детской игре, а именно в игровом взаимодействии, в котором существенное место начинает занимать совместное обсуждение правил игры. Усложняется игровое пространство.

Более совершенной становится крупная моторика.

Представления об основных свойствах предметов ещё более расширяются и углубляются.

Дети хорошо усваивают названия тех дней недели и месяцев года, с которыми связаны яркие события. Внимание детей становится более устойчивым и произвольным.

Объём памяти изменяется не существенно. Улучшается её устойчивость.

В 5-6 лет ведущее значение приобретает наглядно-образное мышление, которое позволяет ребёнку решать более сложные задачи с использованием обобщённых наглядных средств (схем, чертежей и пр.) и обобщённых представлений о свойствах различных предметов и явлений.

Возраст 5-6 лет можно охарактеризовать как возраст овладения ребёнком активным (продуктивным) воображением, которое начинает приобретать самостоятельность, отделяясь от практической деятельности и предвзята её.

На шестом году жизни ребёнка происходят важные изменения в развитии речи. Для детей этого возраста становится нормой правильное произношение звуков. Словарь активно пополняется. Дошкольники могут использовать в речи сложные случаи грамматики. Строят игровые и деловые диалоги.

Круг чтения ребёнка 5-6 лет пополняется произведениями разнообразной тематики, в том числе связанной с проблемами взаимоотношений со взрослыми, сверстниками, с историей страны.

Повышаются возможности безопасности жизнедеятельности ребенка 5-6 лет.

В старшем дошкольном возрасте активно развиваются планирование и самооценивание трудовой деятельности (при условии сформированности всех других компонентов детского труда).

В процессе восприятия художественных произведений, произведений музыкального и изобразительного искусства дети способны осуществлять выбор того (произведений, персонажей, образов), что им больше нравится, обосновывая его с помощью элементов эстетической оценки.

Происходит существенное обогащение музыкальной эрудиции детей. Совершенствуется качество музыкальной деятельности.

В продуктивной деятельности дети могут изобразить задуманное.

Конструируют по условиям, заданным взрослым, но уже готовы к самостоятельному творческому конструированию из разных материалов.

### **От 6 до 7 лет**

В целом, ребёнок 6-7 лет осознаёт себя как личность, как самостоятельный субъект деятельности и поведения.

К 6-7 годам ребёнок уверенно владеет культурой самообслуживания.

В основе произвольной регуляции поведения лежат не только усвоенные (или заданные извне) правила и нормы.

К концу дошкольного возраста происходят существенные изменения в эмоциональной сфере. Эмоции глубоки и разнообразны. Формируются эмоциональные представления, что позволяет дошкольникам предвосхищать последствия своих действий, что влияет на эффективность произвольной регуляции поведения.

Сложнее и богаче по содержанию становится общение ребёнка со взрослым. Большую значимость для детей 6-7 лет приобретает общение между собой.

Дети владеют обобщёнными представлениями (понятиями) о своей гендерной принадлежности, устанавливают взаимосвязи между своей гендерной ролью и различными проявлениями мужских и женских свойств.

В играх дети 6-7 лет способны отражать достаточно сложные социальные события.

Продолжается дальнейшее развитие моторики ребёнка, наращивание и самостоятельное использование двигательного опыта.

В возрасте 6-7 лет происходит расширение и углубление представлений детей о форме, цвете, величине предметов.

К концу дошкольного возраста существенно увеличивается устойчивость непроизвольного внимания, что приводит к меньшей отвлекаемости детей.

В 6-7 лет у детей увеличивается объём памяти, что позволяет им непроизвольно (т. е. без специальной цели) запоминать достаточно большой объём информации.

Воображение детей данного возраста становится, с одной стороны, богаче и оригинальнее, а с другой — более логичным и последовательным.

В этом возрасте продолжается развитие наглядно-образного мышления.

Речевые умения детей позволяют полноценно общаться с разным контингентом людей (взрослыми и сверстниками, знакомыми и незнакомыми). В процессе диалога ребёнок старается исчерпывающе ответить на вопросы, сам задаёт вопросы, понятные собеседнику, согласует свои реплики с репликами других.

К концу дошкольного детства ребёнок формируется как будущий самостоятельный читатель.

Музыкально-художественная деятельность характеризуется большой самостоятельностью в определении замысла работы, сознательным выбором средств выразительности, достаточно развитыми эмоционально-выразительными и техническими умениями.

Развитие познавательных интересов приводит к стремлению получить знания о видах и жанрах искусства (история создания музыкальных шедевров, жизнь и творчество композиторов и исполнителей).

Художественно-эстетический опыт позволяет дошкольникам понимать художественный образ, представленный в произведении, пояснять использование средств выразительности, эстетически оценивать результат музыкально-художественной деятельности.

Дети способны создавать различные постройку.

### ***Характеристика ребенка перед поступлением в школу***

Характерная черта старшего дошкольника - устойчивое положительное отношение к себе, уверенность в своих силах, открытость внешнему миру. Ребенок проявляет инициативность и самостоятельность в разных видах детской деятельности - игре, общении, конструировании, рисовании, лепке, в сфере решения элементарных социальных и бытовых задач.

Он активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, организует их. Способен договариваться, учитывать интересы других, сдерживать свои эмоции. Ребенок проявляет доброжелательное внимание к окружающим, отзывчив к переживаниям другого человека, обладает чувством собственного достоинства, уважает достоинство других. В ходе совместной деятельности обсуждает возникающие проблемы, правила, может поддержать разговор на интересную для него тему.

Находясь в обществе сверстников в предметно насыщенной среде, ребенок легко выбирает себе род занятий, партнеров и обнаруживает способность к порождению и воплощению разнообразных, сменяющих друг друга замыслов. Способность ребенка к фантазии, воображению особенно выпукло выступает в ролевой и режиссерской игре, которая к концу дошкольного периода характеризуется наличием оригинального замысла, гибкостью развертывания сюжетной линии согласно условиям и обстоятельствам. Творческие способности детей также проявляются в рисовании, придумывании сказок, танцах, пении. Дети любят фантазировать вслух, играть звуками и словами. Эта способность тесно связана с развитием речи и свидетельствует о возникновении внутреннего плана действия, развитии функции воображения и становлении произвольности предметного действия.

Особым объектом освоения становятся для ребенка собственное тело и телесные движения; детские движения приобретают произвольный характер.

Волевое начало в действиях ребенка проявляется в продуктивной деятельности, где он обнаруживает способность достигать цели, стараться сделать продукт качественно, переделывать, если не получилось. Произвольность также проявляется в социальном поведении: ребенок может выполнять инструкцию педагога, следовать установленным правилам.

В дошкольном детстве получают развитие познавательные способности ребенка. Он проявляет широкую любознательность, задает вопросы, касающиеся близких и далеких предметов и явлений, интересуется причинно-следственными связями (как? почему? зачем?)» пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей. Любит наблюдать, экспериментировать, собирать разнообразные коллекции. Проявляет интерес к познавательной литературе, к символическим языкам, графическим схемам, пытается самостоятельно пользоваться ими.

Одновременно с развитием этих качеств повышается компетентность ребенка в разных видах деятельности и в сфере отношений. Компетентность ребенка проявляется не только в том, что он обладает знаниями, умениями, навыками, но и способен принимать на ее основе собственные решения.

## **1.2. Планируемые результаты (целевые ориентиры) освоения Программы**

Планируемые результаты освоения Программы, представлены в виде целевых ориентиров на промежуточном этапе дошкольного образования и формулируются через раскрытие динамики формирования знаний, умений и навыков освоения Программы обучающимися в возрастной период от 1,5 до 7 лет по направлению Физическое развитие.

### **1.2.1. Планируемые результаты (целевые ориентиры) освоения Программы в раннем возрасте (к трем годам):**

- у ребёнка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки, повторяет за взрослым простые имитационные упражнения, понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам; с желанием играет в подвижные игры;

- ребёнок демонстрирует элементарные культурно-гигиенические навыки, владеет простейшими навыками самообслуживания (одевание, раздевание, самостоятельно ест и тому подобное);

- ребёнок стремится к общению со взрослыми, реагирует на их настроение;

- ребёнок проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им; играет рядом;

- ребёнок понимает и выполняет простые поручения взрослого;

- ребёнок стремится проявлять самостоятельность в бытовом и игровом поведении;

- ребёнок способен направлять свои действия на достижение простой, самостоятельно поставленной цели; знает, с помощью каких средств и в какой последовательности продвигаться к цели;

- ребёнок владеет активной речью, использует в общении разные части речи, простые предложения из 4-х слов и более, включенные в общение; может обращаться с вопросами и просьбами;

- ребёнок проявляет интерес к стихам, сказкам, повторяет отдельные слова и фразы за взрослым;

- ребёнок рассматривает картинки, показывает и называет предметы, изображенные на них;

- ребёнок различает и называет основные цвета, формы предметов, ориентируется в основных пространственных и временных отношениях;

- ребёнок осуществляет поисковые и обследовательские действия;

- ребёнок знает основные особенности внешнего облика человека, его деятельности; свое имя, имена близких; демонстрирует первоначальные представления о населенном пункте, в котором живет (город, село и так далее);

- ребёнок имеет представления об объектах живой и неживой природы ближайшего окружения и их особенностях, проявляет положительное отношение и интерес к взаимодействию с природой, наблюдает за явлениями природы, старается не причинять вред живым объектам;

- ребёнок с удовольствием слушает музыку, подпевает, выполняет простые танцевальные движения;

- ребёнок эмоционально откликается на красоту природы и произведения искусства;

- ребёнок осваивает основы изобразительной деятельности (лепка, рисование) и конструирования: может выполнять уже довольно сложные постройки (гараж, дорогу к нему, забор) и играть с ними; рисует дорожки, дождик, шарики; лепит палочки, колечки, лепешки;

- ребёнок активно действует с окружающими его предметами, знает названия, свойства и назначение многих предметов, находящихся в его повседневном обиходе;

- ребёнок в играх отображает действия окружающих («готовит обед», «ухаживает за большим» и другое), воспроизводит не только их последовательность и взаимосвязь, но и социальные отношения (ласково обращается с куклой, делает ей замечания), заранее определяет цель («Я буду лечить куклу»).

## 1.2.2. Планируемые результаты (целевые ориентиры) освоения Программы в дошкольном возрасте

### К четырем годам:

- ребёнок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;
- ребёнок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;
- ребёнок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;
- ребёнок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и тому подобное, соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье;
- ребёнок проявляет доверие к миру, положительно оценивает себя, говорит о себе в первом лице;
- ребёнок откликается эмоционально на ярко выраженное состояние близких и сверстников по показу и побуждению взрослых; дружелюбно настроен в отношении других детей;
- ребёнок владеет элементарными нормами и правилами поведения, связанными с определенными разрешениями и запретами («можно», «нельзя»), демонстрирует стремление к положительным поступкам;
- ребёнок демонстрирует интерес к сверстникам в повседневном общении и бытовой деятельности, владеет элементарными средствами общения в процессе взаимодействия со сверстниками;
- ребёнок проявляет интерес к правилам безопасного поведения; осваивает безопасные способы обращения со знакомыми предметами ближайшего окружения;
- ребёнок охотно включается в совместную деятельность со взрослым, подражает его действиям, отвечает на вопросы взрослого и комментирует его действия в процессе совместной деятельности;
- ребёнок произносит правильно в словах все гласные и согласные звуки, кроме шипящих и сонорных, согласовывает слова в предложении в роде, числе и падеже, повторяет за педагогическим работником (далее - педагог) рассказы из 3-4 предложений, пересказывает знакомые литературные произведения, использует речевые формы вежливого общения;
- ребёнок понимает содержание литературных произведений и участвует в их драматизации, рассматривает иллюстрации в книгах, запоминает небольшие потешки, стихотворения, эмоционально откликается на них;
- ребёнок демонстрирует умения вступать в речевое общение со знакомыми взрослыми: понимает обращенную к нему речь, отвечает на вопросы, используя простые распространенные предложения; проявляет речевую активность в общении со сверстником;
- ребёнок совместно со взрослым пересказывает знакомые сказки, короткие стихи;
- ребёнок демонстрирует познавательную активность в деятельности, проявляет эмоции удивления в процессе познания, отражает в общении и совместной деятельности со взрослыми и сверстниками полученные представления о предметах и объектах ближайшего окружения, задает вопросы констатирующего и проблемного характера;
- ребёнок проявляет потребность в познавательном общении со взрослыми; демонстрирует стремление к наблюдению, сравнению, обследованию свойств и качеств предметов, к простейшему экспериментированию с предметами и материалами: проявляет элементарные представления о величине, форме и количестве предметов и умения сравнивать

предметы по этим характеристикам;

- ребёнок проявляет интерес к миру, к себе и окружающим людям;
- ребёнок знает об объектах ближайшего окружения: о родном населенном пункте, его названии, достопримечательностях и традициях;
- ребёнок имеет представление о разнообразных объектах живой и неживой природы ближайшего окружения, выделяет их отличительные особенности и свойства, различает времена года и характерные для них явления природы, имеет представление о сезонных изменениях в жизни животных, растений и человека, интересуется природой, положительно относится ко всем живым существам, знает о правилах поведения в природе, заботится о животных и растениях, не причиняет им вред;
- ребёнок способен создавать простые образы в рисовании и аппликации, строить простую композицию с использованием нескольких цветов, создавать несложные формы из глины и теста, видоизменять их и украшать; использовать простые строительные детали для создания постройки с последующим её анализом;
- ребёнок с интересом вслушивается в музыку, запоминает и узнает знакомые произведения, проявляет эмоциональную отзывчивость, различает музыкальные ритмы, передает их в движении;
- ребёнок активно взаимодействует со сверстниками в игре, принимает на себя роль и действует от имени героя, строит ролевые высказывания, использует предметы-заместители, разворачивает несложный игровой сюжет из нескольких эпизодов;
- ребёнок в дидактических играх действует в рамках правил, в театрализованных играх разыгрывает отрывки из знакомых сказок, рассказов, передает интонацию и мимические движения.

#### **К пяти годам:**

- ребёнок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности;
- ребёнок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;
- ребёнок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;
- ребёнок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации;
- ребёнок выполняет самостоятельно правила общения со взрослым, внимателен к его словам и мнению, стремится к познавательному, интеллектуальному общению со взрослыми: задает много вопросов поискового характера, стремится к одобряемым формам поведения, замечает ярко выраженное эмоциональное состояние окружающих людей, по примеру педагога проявляет сочувствие;
- ребёнок без напоминания взрослого здоровается и прощается, говорит «спасибо» и «пожалуйста»;
- ребёнок демонстрирует стремление к общению со сверстниками, по предложению педагога может договориться с детьми, стремится к самовыражению в деятельности, к признанию и уважению сверстников;
- ребёнок познает правила безопасного поведения и стремится их выполнять в повседневной жизни;
- ребёнок самостоятелен в самообслуживании;
- ребёнок проявляет познавательный интерес к труду взрослых, профессиям, технике; отражает эти представления в играх;

- ребёнок стремится к выполнению трудовых обязанностей, охотно включается в совместный труд со взрослыми или сверстниками;
- ребёнок инициативен в разговоре, использует разные типы реплик и простые формы объяснительной речи, речевые контакты становятся более длительными и активными;
- ребёнок большинство звуков произносит правильно, пользуется средствами эмоциональной и речевой выразительности;
- ребёнок самостоятельно пересказывает знакомые сказки, с небольшой помощью взрослого составляет описательные рассказы и загадки;
- ребёнок проявляет словотворчество, интерес к языку, с интересом слушает литературные тексты, воспроизводит текст;
- ребёнок способен рассказать о предмете, его назначении и особенностях, о том, как он был создан;
- ребёнок проявляет стремление к общению со сверстниками в процессе познавательной деятельности, осуществляет обмен информацией; охотно сотрудничает со взрослыми не только в совместной деятельности, но и в свободной самостоятельной; отличается высокой активностью и любознательностью;
- ребёнок активно познает и называет свойства и качества предметов, особенности объектов природы, обследовательские действия; объединяет предметы и объекты в видовые категории с указанием характерных признаков;
- ребёнок задает много вопросов поискового характера, включается в деятельность экспериментирования, использует исследовательские действия, предпринимает попытки сделать логические выводы;
- ребёнок с удовольствием рассказывает о себе, своих желаниях, достижениях, семье, семейном быте, традициях; активно участвует в мероприятиях и праздниках, готовящихся в группе, в ДОО, имеет представления о малой родине, названии населенного пункта, улицы, некоторых памятных местах;
- ребёнок имеет представление о разнообразных представителях живой природы родного края, их особенностях, свойствах объектов неживой природы, сезонных изменениях в жизни природы, явлениях природы, интересуется природой, экспериментирует, положительно относится ко всем живым существам, знает правила поведения в природе, стремится самостоятельно ухаживать за растениями и животными, беречь их;
- ребёнок владеет количественным и порядковым счетом в пределах пяти, умением непосредственно сравнивать предметы по форме и величине, различает части суток, знает их последовательность, понимает временную последовательность «вчера, сегодня, завтра», ориентируется от себя в движении; использует математические представления для познания окружающей действительности;
- ребёнок проявляет интерес к различным видам искусства, эмоционально откликается на отраженные в произведениях искусства действия, поступки, события;
- ребёнок проявляет себя в разных видах музыкальной, изобразительной, театрализованной деятельности, используя выразительные и изобразительные средства;
- ребёнок использует накопленный художественно-творческий опыт в самостоятельной деятельности, с желанием участвует в культурно-досуговой деятельности (праздниках, развлечениях и других видах культурно-досуговой деятельности);
- ребёнок создает изображения и постройки в соответствии с темой, используя разнообразные материалы, владеет техническими и изобразительными умениями;
- ребёнок называет роль до начала игры, обозначает новую роль по ходу игры, активно использует предметы-заместители, предлагает игровой замысел и проявляет инициативу в развитии сюжета, активно включается в ролевой диалог, проявляет творчество в создании игровой обстановки;
- ребёнок принимает игровую задачу в играх с правилами, проявляет интерес к результату, выигрышу; ведет негромкий диалог с игрушками, комментирует их «действия» в режиссерских играх.

### К шести годам:

- ребёнок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;

- ребёнок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявить творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;

- ребёнок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;

- ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;

- ребёнок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на бережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих;

- ребёнок настроен положительно по отношению к окружающим, охотно вступает в общение со взрослыми и сверстниками, проявляет сдержанность по отношению к незнакомым людям, при общении со взрослыми и сверстниками ориентируется на общепринятые нормы и правила культуры поведения, проявляет в поведении уважение и привязанность к родителям (законным представителям), демонстрирует уважение к педагогам, интересуется жизнью семьи и ДОО;

- ребёнок способен различать разные эмоциональные состояния взрослых и сверстников, учитывает их в своем поведении, откликается на просьбу помочь, в оценке поступков опирается на нравственные представления;

- ребёнок проявляет активность в стремлении к познанию разных видов труда и профессий, бережно относится к предметному миру как результату труда взрослых, стремится участвовать в труде взрослых, самостоятелен, инициативен в самообслуживании, участвует со сверстниками в разных видах повседневного и ручного труда;

- ребёнок владеет представлениями о безопасном поведении, соблюдает правила безопасного поведения в разных видах деятельности, демонстрирует умения правильно и безопасно пользоваться под присмотром взрослого бытовыми предметами и приборами, безопасного общения с незнакомыми животными, владеет основными правилами безопасного поведения на улице;

- ребёнок регулирует свою активность в деятельности, умеет соблюдать очередность и учитывать права других людей, проявляет инициативу в общении и деятельности, задает вопросы различной направленности, слушает и понимает взрослого, действует по правилу или образцу в разных видах деятельности, способен к произвольным действиям;

- ребёнок проявляет инициативу и самостоятельность в процессе придумывания загадок, сказок, рассказов, владеет первичными приемами аргументации и доказательства, демонстрирует богатый словарный запас, безошибочно пользуется обобщающими словами и понятиями, самостоятельно пересказывает рассказы и сказки, проявляет избирательное отношение к произведениям определенной тематики и жанра;

- ребёнок испытывает познавательный интерес к событиям, находящимся за рамками личного опыта, фантазирует, предлагает пути решения проблем, имеет представления о социальном, предметном и природном мире; ребёнок устанавливает закономерности причинно-следственного характера, приводит логические высказывания; проявляет любознательность;

- ребёнок использует математические знания, способы и средства для познания окружающего мира; способен к произвольным умственным действиям; логическим операциям анализа, сравнения, обобщения, систематизации, классификации и другим, оперируя



предметами разными по величине, форме, количеству; владеет счетом, ориентировкой в пространстве и времени;

- ребёнок знает о цифровых средствах познания окружающей действительности, использует некоторые из них, придерживаясь правил безопасного обращения с ними;

- ребёнок проявляет познавательный интерес к населенному пункту, в котором живет, знает некоторые сведения о его достопримечательностях, событиях городской и сельской жизни; знает название своей страны, её государственные символы;

- ребёнок имеет представление о живой природе разных регионов России, может классифицировать объекты по разным признакам; имеет представление об особенностях и потребностях живого организма, изменениях в жизни природы в разные сезоны года, соблюдает правила поведения в природе, ухаживает за растениями и животными, бережно относится к ним;

- ребёнок проявляет интерес и (или) с желанием занимается музыкальной, изобразительной, театрализованной деятельностью; различает виды, жанры, формы в музыке, изобразительном и театральном искусстве; проявляет музыкальные и художественно-творческие способности;

- ребёнок принимает активное участие в праздничных программах и их подготовке; взаимодействует со всеми участниками культурно-досуговых мероприятий;

- ребёнок самостоятельно определяет замысел рисунка, аппликации, лепки, постройки, создает образы и композиционные изображения, интегрируя освоенные техники и средства выразительности, использует разнообразные материалы;

- ребёнок согласовывает свои интересы с интересами партнеров в игровой деятельности, умеет предложить и объяснить замысел игры, комбинировать сюжеты на основе разных событий, создавать игровые образы, управлять персонажами в режиссерской игре;

- ребёнок проявляет интерес к игровому экспериментированию, развивающим и познавательным играм, в играх с готовым содержанием и правилами действует в точном соответствии с игровой задачей и правилами.

### ***1.2.3. Планируемые результаты (целевые ориентиры) на этапе завершения освоения Программы (к концу дошкольного возраста):***

- у ребёнка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества;

- ребёнок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;

- ребёнок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;

- ребёнок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пеших прогулках, осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;

- ребёнок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;

- ребёнок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;

- ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;

- ребёнок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;

- ребёнок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям;

- ребёнок соблюдает элементарные социальные нормы и правила поведения в различных видах деятельности, взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками;

- ребёнок владеет средствами общения и способами взаимодействия со взрослыми и сверстниками; способен понимать и учитывать интересы и чувства других; договариваться и

дружить со сверстниками; старается разрешать возникающие конфликты конструктивными способами;

- ребёнок способен понимать свои переживания и причины их возникновения, регулировать свое поведение и осуществлять выбор социально одобряемых действий в конкретных ситуациях, обосновывать свои ценностные ориентации;

- ребёнок стремится сохранять позитивную самооценку;

- ребёнок проявляет положительное отношение к миру, разным видам труда, другим людям и самому себе;

- у ребёнка выражено стремление заниматься социально значимой деятельностью;

- ребёнок способен откликаться на эмоции близких людей, проявлять эмпатию (сочувствие, сопереживание, содействие);

- ребёнок способен к осуществлению социальной навигации как ориентации в социуме и соблюдению правил безопасности в реальном и цифровом взаимодействии;

- ребёнок способен решать адекватные возрасту интеллектуальные, творческие и личностные задачи; применять накопленный опыт для осуществления различных видов детской деятельности, принимать собственные решения и проявлять инициативу;

- ребёнок владеет речью как средством коммуникации, ведет диалог со взрослыми и сверстниками, использует формулы речевого этикета в соответствии с ситуацией общения, владеет коммуникативно-речевыми умениями;

- ребёнок знает и осмысленно воспринимает литературные произведения различных жанров, имеет предпочтения в жанрах литературы, проявляет интерес к книгам познавательного характера, определяет характеры персонажей, мотивы их поведения, оценивает поступки литературных героев;

- ребёнок обладает начальными знаниями о природном и социальном мире, в котором он живет: элементарными представлениями из области естествознания, математики, истории, искусства и спорта, информатики и инженерии и тому подобное; о себе, собственной принадлежности и принадлежности других людей к определенному полу; составе семьи, родственных отношениях и взаимосвязях, семейных традициях; об обществе, его национально-культурных ценностях; государстве и принадлежности к нему;

- ребёнок проявляет любознательность, активно задает вопросы взрослым и сверстникам; интересуется субъективно новым и неизвестным в окружающем мире; способен самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать; строить смысловую картину окружающей реальности, использует основные культурные способы деятельности;

- ребёнок имеет представление о жизни людей в России, имеет некоторые представления о важных исторических событиях Отечества; имеет представление о многообразии стран и народов мира;

- ребёнок способен применять в жизненных и игровых ситуациях знания о количестве, форме, величине предметов, пространстве и времени, умения считать, измерять, сравнивать, вычислять и тому подобное;

- ребёнок имеет разнообразные познавательные умения: определяет противоречия, формулирует задачу исследования, использует разные способы и средства проверки предположений: сравнение с эталонами, классификацию, систематизацию, некоторые цифровые средства и другое;

- ребёнок имеет представление о некоторых наиболее ярких представителях живой природы России и планеты, их отличительных признаках, среде обитания, потребностях живой природы, росте и развитии живых существ; свойствах неживой природы, сезонных изменениях в природе, наблюдает за погодой, живыми объектами, имеет сформированный познавательный интерес к природе, осознанно соблюдает правила поведения в природе, знает способы охраны природы, демонстрирует заботливое отношение к ней;

- ребёнок способен воспринимать и понимать произведения различных видов искусства, имеет предпочтения в области музыкальной, изобразительной, театрализованной

деятельности;

- ребёнок выражает интерес к культурным традициям народа в процессе знакомства с различными видами и жанрами искусства; обладает начальными знаниями об искусстве;

- ребёнок владеет умениями, навыками и средствами художественной выразительности в различных видах деятельности и искусства; использует различные технические приемы в свободной художественной деятельности;

- ребёнок участвует в создании индивидуальных и коллективных творческих работ, тематических композиций к праздничным утренникам и развлечениям, художественных проектах;

- ребёнок самостоятельно выбирает технику и выразительные средства для наиболее точной передачи образа и своего замысла, способен создавать сложные объекты и композиции, преобразовывать и использовать с учётом игровой ситуации;

- ребёнок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, предлагает и объясняет замысел игры, комбинирует сюжеты на основе реальных, вымышленных событий, выполняет несколько ролей в одной игре, подбирает разные средства для создания игровых образов, согласовывает свои интересы с интересами партнеров по игре, управляет персонажами в режиссерской игре;

- ребёнок проявляет интерес к игровому экспериментированию с предметами, к развивающим и познавательным играм, в играх с готовым содержанием и правилами может объяснить содержание и правила игры другим детям, в совместной игре следит за точным выполнением правил всеми участниками;

- ребёнок способен планировать свои действия, направленные на достижение конкретной цели; демонстрирует сформированные предпосылки к учебной деятельности и элементы готовности к школьному обучению.

### **Планируемые результаты освоения программы ОО «Физическое развитие»**

#### **В результате овладения программой дошкольник 2-3 лет:**

- интересуется разнообразными физическими упражнениями, действиями с физкультурными пособиями.

- при выполнении упражнений владеет крупной моторикой, осваивает основные виды движений (бег, прыжки, ходьба, лазание, ползание, прокатывание и броски мяча)

- уверенно, самостоятельно и с желанием выполняет задания, находит свое место при совместных построениях и в играх.

- с большим желанием вступает в общение с другими детьми и с инструктором при выполнении игровых физических упражнений и в подвижных играх.

#### **В результате овладения программой дошкольник 3-4 лет:**

- интересуется разнообразными физическими упражнениями, действиями с физкультурными пособиями.

- при выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое.

- уверенно, самостоятельно и точно выполняет задания, действует, в общем, для всех темпе, легко находит свое место при совместных построениях и в играх.

- с большим желанием вступает в общение с другими детьми и с инструктором при выполнении игровых физических упражнений и в подвижных играх.

#### **В результате овладения программой дошкольник 4-5 лет:**

- в двигательной деятельности проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость.

- уверенно и активно выполняет основные элементы техники основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве.

- проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата.
- осуществляет элементарный контроль за сверстниками: оценивает их достижения, замечает их ошибки, нарушения правил в играх.
- переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность, способен внимательно воспринимать показ педагога и далее самостоятельно выполнять физические упражнения.
- самостоятельная деятельность разнообразна, активно общаясь со сверстниками и инструктором, проявляет инициативность, контролирует и соблюдает правила.
- проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.

**В результате овладения программой дошкольник 5-6 лет:**

- в двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию гибкость.
- в поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.
- проявляет высокий, стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений.
- уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно, выполняет упражнения. Ребенок способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений.
- проявляет необходимый самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. Дошкольник данного возраста способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру.

**В результате овладения программой дошкольник 6-7 лет:**

- гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат;
- результативно, уверенно, мягко, выразительно и точно выполняет физические упражнения, в двигательной деятельности успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость;
- проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях;
- проявляет постоянно самоконтроль и самооценку, стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом, стремится к физическому совершенствованию, самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.

*Значимые характеристики детей, индивидуальные особенности развития детей различных возрастных групп*

**Возрастные и индивидуальные особенности детей 1,6 – 2 года:**

На втором году жизни развивается самостоятельность детей, формируется предметно-игровая деятельность, появляются элементы сюжетной игры. Общение со взрослым носит ситуативно-деловой характер, затем характер делового сотрудничества. Совершенствуются восприятие, речь, наглядно-действенное мышление, чувственное познание действительности.

Для детей второго года жизни характерна высокая двигательная активность.

Постепенно совершенствуется ходьба. Дети учатся свободно передвигаться на прогулке: они взбираются на бугорки, ходят по траве, перешагивают через небольшие препятствия, например, палку, лежащую на земле. Исчезает шаркающая походка. После полутора лет у малышек кроме основных развиваются и подражательные движения (мишке, зайчику). В простых подвижных играх и плясках дети привыкают координировать свои движения и действия друг с другом (при участии не более 8-10 человек).

В разных видах деятельности обогащается сенсорный опыт.

#### **Возрастные и индивидуальные особенности детей 2-3 лет:**

Дети интересуются окружающими предметами и активно действуют с ними. Владеют простейшими навыками самообслуживания, стремятся к самостоятельности. Наблюдают за действиями сверстников и подражают им. У детей развита крупная моторика, они стремятся осваивать различные виды движений. В этот период у детей высокая потребность в движениях и двигательной активности. Уровень межанализаторных связей таков, что в момент выполнения упражнений дети порой не могут воспринимать словесные коррективы инструктора. Более эффективным будет оказать ребенку непосредственную помощь: повернуть его корпус, руки, задавая правильную амплитуду движений. На этом этапе важно гармонично сочетать непосредственные и словесные воздействия на детей.

#### **Возрастные и индивидуальные особенности детей 3-4 лет:**

Детям четвертого года жизни легче даются движения всей рукой (прокатить мяч, машинку). Поднимание рук вверх, в стороны, наклоны, покачивания и повороты туловища одновременно способствуют овладению своим телом. Ребенок 3-4 лет еще не может сознательно регулировать дыхание и согласовывать его с движением. Важно приучать детей дышать носом и без задержки. Уровень межанализаторных связей таков, что в момент выполнения упражнений дети порой не могут воспринимать словесные коррективы инструктора. Более эффективным будет оказать ребенку непосредственную помощь: повернуть его корпус, руки, задавая правильную амплитуду движений. На этом этапе важно гармонично сочетать непосредственные и словесные воздействия на детей.

#### **Возрастные и индивидуальные особенности детей 4-5 лет:**

У четырехлетних детей возросли физические возможности: движения стали более уверенными, разнообразными. Дошкольники испытывают острую потребность в движении. В случае ограничения активной двигательной деятельности они быстро перевозбуждаются, становятся непослушными, капризными. Поэтому в средней группе особенно важно наладить разумный двигательный режим, насытить жизнь детей разнообразными подвижными играми, игровыми заданиями.

#### **Возрастные и индивидуальные особенности детей 5-7 лет:**

На шестом году жизни двигательный опыт детей заметно расширяется, активно развиваются двигательные и познавательные способности. В развитии мышц выделяются несколько «узловых периодов». Один из них - возраст шесть лет, когда у детей активно развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабыми остаются мелкие мышцы, особенно кисти рук. На шестом году жизни заметно улучшается равновесие. При этом девочки имеют некоторые преимущества перед мальчиками. Резервные возможности сердечнососудистой и дыхательной систем заметно расширяются, особенно, при проведении занятий на открытом воздухе и применении беговых, и прыжковых упражнений. Контроль и оценка, как собственных движений, так и движений других детей позволяют ребенку понять связь между способом выполнения движения и полученным результатом, а также научиться постепенно, планировать свои практические и игровые действия.

Движения детей 6-7 года жизни отличаются достаточной координацией и точностью. Дети хорошо различают скорость, направление движения, смену темпа и ритма. Растут возможности пространственной ориентировки, заметно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении отдельных упражнений, стремление добиться хорошего результата. У детей этого возраста вырабатывается эстетическое отношение к движениям, они начинают воспринимать красоту и гармонию движений.

### **1.3. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по Программе ОО «Физическое развитие»**

#### **1.4.**

Оценивание качества образовательной деятельности по Программе осуществляется в форме педагогической диагностики.

Концептуальные основания такой оценки определяются требованиями Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», а также ФГОС ДО, в котором определены государственные гарантии качества образования.

Оценивание качества образовательной деятельности по Программе осуществляется в форме педагогической диагностики.

Концептуальные основания такой оценки определяются требованиями Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», а также ФГОС ДО, в котором определены государственные гарантии качества образования.

Педагогическая диагностика связана с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования.

Педагогическая диагностика проводится по методике, описанной в методическом пособии Н.В. Верещагиной «Педагогическая диагностика индивидуального развития ребенка в группе детского сада».

Система мониторинга содержит пять образовательных областей, соответствующих Федеральному государственному образовательному стандарту дошкольного образования: «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие», «Физическое развитие», что позволяет комплексно оценить качество образовательной деятельности детей и при необходимости индивидуализировать его для достижения достаточного уровня освоения каждым ребенком содержания образовательной программы учреждения.

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

1 балл — ребенок не может выполнить все параметры оценки, помощь взрослого не принимает;

2 балла — ребенок с помощью взрослого выполняет некоторые параметры оценки;

3 балла — ребенок выполняет все параметры оценки с частичной помощью взрослого;

4 балла — ребенок выполняет самостоятельно и с частичной помощью взрослого все параметры оценки;

5 баллов — ребенок выполняет все параметры оценки самостоятельно. Таблицы педагогической диагностики заполняются дважды в год: в начале и конце учебного года (лучше использовать ручки разных цветов), для проведения сравнительного анализа. Технология работы с таблицами проста и включает 2 этапа.

Этап 1. Напротив фамилии и имени каждого ребенка проставляются баллы в каждой ячейке указанного параметра, по которым затем считается итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение = все баллы сложить (по строке) и разделить на количество параметров, округлять до десятых долей). Этот показатель необходим для написания характеристики на конкретного ребенка и проведения индивидуального учета промежуточных результатов освоения общеобразовательной программы.

Этап 2. Когда все дети прошли диагностику, тогда подсчитывается итоговый показатель по группе (среднее значение = все баллы сложить (по столбцу) и разделить на количество параметров, округлять до десятых долей). Этот показатель необходим для описания общегрупповых тенденций (в группах компенсирующей направленности — для подготовки к групповому медико-психолого-педагогическому совещанию), а также для ведения учета общегрупповых промежуточных результатов освоения общеобразовательной программы.

Двухступенчатая система мониторинга позволяет оперативно находить неточности в построении педагогического процесса в группе и выделять детей с проблемами в развитии. Это позволяет своевременно разрабатывать для детей индивидуальные образовательные маршруты и оперативно осуществлять психолого-методическую поддержку педагогов. Нормативными вариантами развития можно считать средние значения по каждому ребенку или общегрупповому параметру развития больше 3,8. Эти же параметры в интервале средних значений от 2,3 до 3,7 можно считать показателями проблем в развитии ребенка социального и/или органического генеза, а также незначительные трудности организации педагогического процесса в группе. Средние значения менее 2,2 будут свидетельствовать о выраженном несоответствии развития ребенка возрасту, а также необходимости корректировки педагогического процесса в группе по данному параметру / данной образовательной области. Указанные интервалы средних значений носят рекомендательный характер, так как получены с помощью применяемых в психолого-педагогических исследованиях психометрических процедур, и будут уточняться по мере поступления результатов мониторинга детей данного возраста.

Наличие математической обработки результатов педагогической диагностики образовательного процесса оптимизирует хранение и сравнение результатов каждого ребенка и позволяет своевременно оптимизировать педагогический процесс в группе детей образовательной организации.

Диагностика физического развития дошкольников проводится два раза в год:

- 1 раз – 2-3 неделя сентября,
- 2 раз – 2-3 неделя мая.

Инструктор по физической культуре проводит педагогическое наблюдение за детьми в различных формах деятельности: в организованной деятельности или в свободной игре, в самостоятельной деятельности, в режимные моменты, в культурно-досуговой деятельности.

## **2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

### **2.1. Задачи и содержание образования (обучения и воспитания) по образовательным областям**

Программа определяет содержательные линии образовательной деятельности, реализуемые ГБДОУ № 40, по основным направлениям развития детей дошкольного возраста (социально-коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического, физического развития).

Содержание программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач. Задачи психолого-педагогической работы по формированию физических, интеллектуальных и личностных качеств детей решаются интегрировано в ходе освоения всех образовательных областей наряду с задачами, отражающими специфику каждой образовательной области.

При этом решение программных образовательных задач предусматривается не только в рамках образовательной деятельности, но и в ходе режимных моментов – как в совместной деятельности взрослого и детей, так и в самостоятельной деятельности дошкольников.

Более конкретное и дифференцированное по возрастам описание воспитательных задач приводится в Программе воспитания.

## **2.2. Физическое развитие детей младшего и дошкольного возраст**

### **2.2.1. От 1 года 6 месяцев до 2 лет**

#### ***Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:***

- создавать условия для последовательного становления первых основных движений (бросание, катание, ползание, лазанье, ходьба) в совместной деятельности педагога с ребёнком;
- создавать условия для развития равновесия и ориентировки в пространстве;
- поддерживать желание выполнять физические упражнения в паре с педагогом;
- привлекать к участию в играх-забавах, игровых упражнениях, подвижных играх, побуждать к самостоятельным действиям;
- укреплять здоровье ребёнка средствами физического воспитания, способствовать усвоению культурно-гигиенических навыков для приобщения к здоровому образу жизни.

#### ***Содержание образовательной деятельности:***

Педагог активизирует двигательную деятельность детей, создает условия для обучения основным движениям (бросание, катание, ползание, лазанье, ходьба), развития координации при выполнении упражнений; побуждает к самостоятельному выполнению движений; обеспечивает страховку для сохранения равновесия; поощряет и поддерживает, создает эмоционально-положительный настрой, способствует формированию первых культурно-гигиенических навыков.

В процессе физического воспитания педагог обеспечивает условия для развития основных движений и выполнения общеразвивающих упражнений.

#### ***1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения).***

##### ***Основные движения:***

***бросание и катание:*** бросание мяча (диаметр 6-8 см) вниз, вдаль; катание мяча (диаметр 20-25 см) вперед из исходного положения сидя и стоя;

***ползание, лазанье:*** ползание по прямой на расстояние до 2 метров; подлезание под веревку, натянутую на высоте - 50 см; пролезание в обруч (диаметр 50 см), перелезание через бревно (диаметр 15-20 см); лазанье по лесенке-стремянке вверх и вниз (высота 1-1,5 метра);

***ходьба:*** ходьба за педагогом стайкой в прямом направлении;

***упражнения в равновесии:*** ходьба по дорожке (шириной 25-20-15 см), по ребристой доске; вверх и вниз по наклонной доске, приподнятой на 10-15-20 см (ширина доски 25-30 см, длина 1,5-2 м) с поддержкой; подъем на ступеньки и спуск с них, держась за опору; перешагивание через веревку, положенную на пол, палку или кубик высотой 5-15-18 см со страховкой.

##### ***Общеразвивающие упражнения:***

упражнения из исходного положения стоя, сидя, лежа с использованием предметов (погремушки, кубики, платочки и другое) и без них;

в комплекс включаются упражнения: поднимание рук вперед и опускание, повороты корпуса вправо и влево из положения сидя, наклоны вперед (положить кубик и поднять его, перегибаясь через веревку, натянутую на высоте 40-45 см), сгибание и разгибание ног, приседание с поддержкой педагога или у опоры.

***2) Подвижные игры и игровые упражнения:*** педагог организует и проводит игры-забавы, игровые упражнения, подвижные игры, побуждая детей к активному участию и вызывая положительные эмоции.



Детям предлагаются разнообразные игровые упражнения для закрепления двигательных навыков.

**3) Формирование основ здорового образа жизни:** педагог помогает осваивать элементарные культурно-гигиенические действия при приеме пищи, уходе за собой (при помощи педагога мыть руки перед едой и по мере загрязнения, пользоваться салфеткой, есть ложкой, пользоваться личным полотенцем и так далее).

### **2.2.2. От 2 лет до 3 лет**

#### **Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:**

- обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения (бросание, катание, ловля, ползание, лазание, ходьба, бег, прыжки), общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;

- развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве;

- поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом в небольших подгруппах;

- формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям;

- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщая к здоровому образу жизни.

#### **Содержание образовательной деятельности:**

Педагог формирует умение выполнять основные движения, общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения в различных формах физкультурно-оздоровительной работы (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры, индивидуальная работа по развитию движений и другое), развивает психофизические качества, координацию, равновесие и ориентировку в пространстве. Педагог побуждает детей совместно играть в подвижные игры, действовать согласованно, реагировать на сигнал. Оптимизирует двигательную деятельность, предупреждая утомление, осуществляет помощь и страховку, поощряет стремление ребёнка соблюдать правила личной гигиены и проявлять культурно-гигиенические навыки.

#### **1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения).**

##### **Основные движения:**

бросание, катание, ловля: скатывание мяча по наклонной доске; прокатывание мяча педагогу и друг другу двумя руками стоя и сидя (расстояние 50-100 см), под дугу, в воротца; остановка катящегося мяча; передача мячей друг другу стоя; бросание мяча от груди двумя руками, снизу, из-за головы; бросание предмета в горизонтальную цель и вдаль с расстояния 100-125 см двумя и одной рукой; перебрасывание мяча через сетку, натянутую на уровне роста ребёнка с расстояния 1-1,5 м; ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния до 1 м;

ползание и лазание: ползание на животе, на четвереньках до погремушки (флажка) 3-4 м (взяв её, встать, выпрямиться), по доске, лежащей на полу, по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20-30 см; по гимнастической скамейке; проползание под дугой (30-40 см); влезание на лесенку-стремянку и спуск с нее произвольным способом;

ходьба: ходьба стайкой за педагогом с перешагиванием через линии, палки, кубы; на носках; с переходом на бег; на месте, приставным шагом вперед, в сторону, назад; с предметами в руке (флажок, платочек, ленточка и другие); в рассыпную и в заданном направлении; между предметами; по кругу по одному и парами, взявшись за руки;

бег: бег стайкой за педагогом, в заданном направлении и в разных направлениях; между линиями (расстояние между линиями 40-30 см); за катящимся мячом; с переходом на ходьбу и обратно; непрерывный в течение 20-30-40 секунд; медленный бег на расстояние 40-80 м;

прыжки: прыжки на двух ногах на месте (10-15 раз); с продвижением вперед, через 1-2 параллельные линии (расстояние 10-20 см); в длину с места как можно дальше, через 2 параллельные линии (20-30 см); вверх, касаясь предмета, находящегося выше поднятых рук

ребёнка на 10-15 см;

упражнения в равновесии: ходьба по дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 м); по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20 см; по гимнастической скамейке; перешагивание линий и предметов (высота 10-15 см); ходьба по извилистой дорожке (2-3 м), между линиями; подъем без помощи рук на скамейку, удерживая равновесие с положением рук в стороны; кружение на месте.

В процессе обучения основным движениям педагог побуждает детей действовать сообща, двигаться не наталкиваясь друг на друга, придерживаться определенного направления движения, предлагает разнообразные упражнения.

***Общеразвивающие упражнения:***

упражнения для кистей рук, развития и укрепления плечевого пояса: поднимание рук вперед, вверх, разведение в стороны, отведение назад, за спину, сгибание и разгибание, выполнение хлопков руками перед собой, над головой; махи руками вверх-вниз, вперед-назад;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты вправо-влево, с передачей предмета сидящему рядом ребёнку, наклоны вперед из исходного положения стоя и сидя; одновременное сгибание и разгибание ног из исходного положения сидя и лежа, поочередное поднимание рук и ног из исходного положения лежа на спине;

упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и гибкости позвоночника: сгибание и разгибание ног, держась за опору, приседание, потягивание с подниманием на носки и другое;

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, включаются в содержание подвижных игр и игровых упражнений; педагог показывает детям и выполняет вместе с ними: хлопки в ладоши под музыку, хлопки с одновременным притопыванием, приседание «пружинка», приставные шаги вперед-назад, кружение на носочках, имитационные упражнения.

Педагог предлагает образец для подражания и выполняет вместе с детьми упражнения с предметами: погремушками, платочками, малыми обручами, кубиками, флажками и другое, в т.ч., сидя на стуле или на скамейке.

**2) Подвижные игры:** педагог развивает и поддерживает у детей желание играть в подвижные игры с простым содержанием, с текстом, с включением музыкально-ритмических упражнений. Создает условия для развития выразительности движений в имитационных упражнениях и сюжетных играх, помогает самостоятельно передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики, помахать крылышками, как птичка, походить как лошадка, поклевать зернышки, как цыплята, и тому подобное).

**3) Формирование основ здорового образа жизни:** педагог формирует у детей полезные привычки и элементарные культурно-гигиенические навыки при приеме пищи, уходе за собой (самостоятельно и правильно мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета, чистить зубы, пользоваться предметами личной гигиены); поощряет умения замечать нарушения правил гигиены, оценивать свой внешний вид, приводить в порядок одежду; способствует формированию положительного отношения к закалывающим и гигиеническим процедурам, выполнению физических упражнений.

### **2.2.3. От 3 лет до 4 лет**

***Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:***

- обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в т.ч. музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;

- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;

- формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой

и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;

- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;

- закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

### ***Содержание образовательной деятельности:***

Педагог формирует умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях. Выполнять общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения по показу; создает условия для активной двигательной деятельности и положительного эмоционального состояния детей. Педагог воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания сообща, действуя в общем для всех темпе. Организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре.

Педагог продумывает и организует активный отдых, приобщает детей к здоровому образу жизни, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки.

***1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения).***

#### ***Основные движения:***

*бросание, катание, ловля, метание:* прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади; скатывание мяча по наклонной доске; катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях; прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя и одной рукой; произвольное прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от педагога; бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой; подбрасывание мяча вверх и ловля его; бросание мяча о землю и ловля его; бросание и ловля мяча в парах; бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребёнка, с расстояния 1,5 м; метание вдаль; перебрасывание мяча через сетку;

*ползание, лазанье:* ползание на четвереньках на расстоянии 4-5-6 м до кегли (взять её, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой); по гимнастической скамейке, за катящимся мячом; проползание на четвереньках под 3-4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м); ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске; влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее; подлезание под дугу, не касаясь руками пола;

*ходьба:* ходьба в заданном направлении, небольшими группами, друг за другом по ориентирам (по прямой, по кругу, обходя предметы, в рассыпную, «змейкой», с поворотом и сменой направления); на носках; высоко поднимая колени, перешагивая предметы, с остановкой по сигналу; парами друг за другом, в разных направлениях; с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше); по наклонной доске; в чередовании с бегом;

*бег:* бег группами и по одному за направляющим, в рассыпную, со сменой темпа; по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; убегание от ловящего, ловля убегающего; бег в течение 50-60 сек; быстрый бег 10-15 м; медленный бег 120-150 м;

*прыжки:* прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону); в длину с места (не менее 40 см); через 2 линии (расстояние 25-30 см), из обруча в обруч (плоский) по прямой; через 4-6 параллельных линий (расстояние 15-20 см); спрыгивание (высота 10-15 см), перепрыгивание через веревку (высота 2-5 см);

*упражнения в равновесии:* ходьба по прямой и извилистой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), обычным и приставным шагом; по гимнастической скамье, по ребристой

доске, наклонной доске; перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу; по шнуру, плоскому обучу, лежащему на полу, приставным шагом; с выполнением заданий (присесть, встать и продолжить движение); на носках, с остановкой.

***Общеразвивающие упражнения:***

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса: поднимание и опускание прямых рук вперед, отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно); перекладывание предмета из одной руки в другую; хлопки над головой и перед собой; махи руками; упражнения для кистей рук;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: потягивание, приседание, обхватив руками колени; наклоны вперед и в стороны; сгибание и разгибание ног из положения сидя; поднимание и опускание ног из положения лежа; повороты со спины на живот и обратно;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: поднимание и опускание ног, согнутых в коленях; приседание с предметами, поднимание на носки; выставление ноги вперед, в сторону, назад;

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальных занятиях, педагог включает в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры: ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом; поочередное выставление ноги вперед, на пятку, притопывание, приседания «пружинки», кружение; имитационные движения - разнообразные упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и так далее).

***Строевые упражнения:***

педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам; перестроение в колонну по два, в рассыпную, смыкание и размыкание обычным шагом, повороты направо и налево переступанием.

Педагог выполняет вместе с детьми упражнения из разных исходных положений (стоя, ноги слегка расставлены, ноги врозь, сидя, лежа на спине, животе, с заданным положением рук), с предметами (кубики двух цветов, флажки, кегли и другое).

**2) Подвижные игры:** педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры. Воспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает).

**3) Спортивные упражнения:** педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: по прямой, перевоза игрушки или друг друга, и самостоятельно с невысокой горки.

Ходьба на лыжах: по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, с поворотами переступанием.

Катание на трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.

Плавание: погружение в воду, ходьба и бег в воде прямо и по кругу, игры с плавающими игрушками в воде.

**4) Формирование основ здорового образа жизни:** педагог поддерживает стремление ребёнка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками; формирует первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).

### **5) Активный отдых.**

Физкультурные досуги: досуг проводится 1-2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения.

Дни здоровья: в этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия). День здоровья проводится один раз в квартал.

#### **2.2.4. От 4 лет до 5 лет**

##### **Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:**

- обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в т.ч. музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;
- формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;
- воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;
- укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

##### **Содержание образовательной деятельности:**

Педагог формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.

Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.

**1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).**

##### **Основные движения:**

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибающая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см; прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога; прокатывание обруча друг другу в парах; подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол; бросание и ловля мяча в паре; перебрасывание мяча друг другу в кругу; бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет; отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд; подбрасывание и ловля мяча не менее 3-4 раз подряд; бросание мяча двумя руками из-за головы сидя; бросание вдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2-2,5 м;

ползание, лазанье: ползание на четвереньках «змейкой» между расставленными кеглями, по наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; проползание в обручи, под дуги; влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек; переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1-2 рейки, ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони; подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком;

ходьба: ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг, «змейкой», с остановкой по сигналу, в противоположную сторону; со сменой ведущего; в чередовании с бегом, прыжками; приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте; с разным положением рук (на пояс, в стороны (плечи развести), за спиной);

бег: бег в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени; обегая предметы; на месте; бег в рассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; в парах; по кругу, держась за руки; со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; непрерывный бег 1-1,5 мин; пробегание 30-40 м в чередовании с ходьбой 2-3 раза; медленный бег 150-200 м; бег на скорость 20 м; челночный бег 2x5 м; перебегание подгруппами по 5-6 человек с одной стороны площадки на другую; бег в рассыпную с ловлей и увертыванием;

прыжки: прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь, стараясь достать предмет, подвешенный над головой; подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м; перепрыгивание через шнур, плоский кубик (высота 5 см), через 4-6 линий (расстояние между линиями 40-50 см); выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; прыжки в длину с места; спрыгивание со скамейки; прямой галоп; попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой;

упражнения в равновесии: ходьба по доске, по скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны); ходьба по доске до конца и обратно с поворотом; ходьба по наклонной доске вверх и вниз; стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на пояс; пробегание по наклонной доске вверх и вниз; ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней; кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны.

Педагог обучает разнообразным упражнениям, которые дети могут переносить в самостоятельную двигательную деятельность.

#### **Общеразвивающие упражнения:**

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью); переключивание предмета из одной руки в другую; сгибание и разгибание рук, махи руками; сжатие и разжимание кистей рук, вращение кистями; выполнение упражнений пальчиковой гимнастики; повороты головы вправо и влево, наклоны головы;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: наклоны вперед, вправо, влево, повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя; поочередное поднятие ног из положения лежа на спине, на животе, стоя на четвереньках;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног; отведение ноги вперед, в сторону, назад; выставление ноги на пятку (носок); приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны; поднятие на носки и опускание на всю ступню; захватывание стопами и переключивание предметов с места на место.

Повышаются требования к детям при выполнении общеразвивающих упражнений. Педагог предлагает выполнять общеразвивающие упражнения из разных исходных положений, в разном темпе (медленном, среднем, быстром) с предметами и без них. К предметам и пособиям, названным ранее, добавляются малые мячи, косички, палки, обручи и

другое. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

#### ***Ритмическая гимнастика:***

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ритмичная ходьба под музыку в разном темпе; на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком, прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку; выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное «выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками.

#### ***Строевые упражнения:***

педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, по два, по росту, врассыпную; размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без; перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; из одной колонны или шеренги в звеня на месте и в движении; повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.

**2) Подвижные игры:** педагог продолжает закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх, поощряет желание выполнять роль водящего, развивает пространственную ориентировку, самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников; приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре).

**3) Спортивные упражнения:** педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.

Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью.

Ходьба на лыжах: скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору «ступающим шагом» и «полуёлочкой».

Плавание: погружение в воду с головой, попеременные движения ног в воде, держась за бортик, доску, палку, игры с предметами в воде, доставание их со дна, ходьба за предметом в воде.

**4) Формирование основ здорового образа жизни:** педагог уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и другое), способствует пониманию детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Формирует первичные представления об отдельных видах спорта.

#### ***5) Активный отдых***

Физкультурные праздники и досуги: педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1-1,5 часов.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и

танцевальные упражнения.

Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, включать подвижные игры народов России.

Дни здоровья проводятся 1 раз в три месяца. В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.

### **2.2.5. От 5 лет до 6 лет**

#### **Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:**

- обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;

- развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;

- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;

- продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;

- укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;

- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;

- воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

#### **Содержание образовательной деятельности:**

Педагог совершенствует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживает детскую инициативу. Закрепляет умение осуществлять самоконтроль и оценку качества выполнения упражнений другими детьми; создает условия для освоения элементов спортивных игр, использует игры-эстафеты; поощряет осознанное выполнение упражнений и соблюдение правил в подвижных играх; поддерживает предложенные детьми варианты их усложнения; поощряет проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками.

Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образе жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности. Организует для детей и родителей (законных представителей) туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.

**1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).**

#### **Основные движения:**

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой); прокатывание обруча, бег за ним и ловля; прокатывание набивного мяча; передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях; перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5-6 м; метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие);



перебрасывание мяча из одной руки в другую; подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд; перебрасывание мяча через сетку, забрасывание его в баскетбольную корзину;

ползание, лазанье: ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени), ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м), «змейкой» между кеглями; переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле; ползание на животе; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по скамейке назад; проползание под скамейкой; лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом;

ходьба: ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м; ходьба «змейкой» без ориентиров; в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты;

бег: бег в колонне по одному, «змейкой», с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих; бег с пролезанием в обруч; с ловлей и увертыванием; высоко поднимая колени; между расставленными предметами; группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих; в заданном темпе, обегая предметы; мелким и широким шагом; непрерывный бег 1,5-2 мин; медленный бег 250-300 м; быстрый бег 10 м 2-3-4 раза; челночный бег 2х10 м, 3х10 м; пробегание на скорость 20 м; бег под вращающейся скакалкой;

прыжки: подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь; на одной ноге; подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной; подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок; перепрыгивание с места предметы высотой 30 см; спрыгивание с высоты в обозначенное место; подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза; подпрыгивание на одной ноге 10-15 раз; прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3-4 м; на одной ноге (правой и левой) 2-2,5 м; перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами; прыжки в длину с места; в высоту с разбега; в длину с разбега;

прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3-5 см); перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом; прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку;

упражнения в равновесии: ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой; стойка на гимнастической скамье на одной ноге; поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; пробегание по скамье; ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); приседание после бега на носках, руки в стороны; кружение парами, держась за руки; «ласточка».

Педагог продолжает обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности.

#### **Общеразвивающие упражнения:**

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно); махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя; перекладывание предмета из одной руки в другую впереди и сзади себя; поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь); сжимание и разжимание кистей;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: поднимание рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь её затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине; наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево; поднимание ног, сгибание и разгибание и скрещивание их из исходного положения лежа на спине;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: приседание, обхватывая колени руками; махи ногами; поочередное поднимание и опускание ног из

положения лежа на спине, руки в упоре; захватывание предметов ступнями и пальцами ног и перекладывание их с места на место.

Педагог поддерживает стремление детей выполнять упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими). Подбирает упражнения из разнообразных исходных положений: сидя, лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги вместе, врозь; руки вниз, на поясе, перед грудью, за спиной). Педагог поддерживает инициативу, самостоятельность и поощряет комбинирование и придумывание детьми новых общеразвивающих упражнений. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

#### ***Ритмическая гимнастика:***

музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, некоторые из упражнений в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ходьба и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах, на носках, пружинящим, топающим шагом, «с каблука», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение); подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружение по одному и в парах, комбинации из двух-трех освоенных движений.

#### ***Строевые упражнения:***

педагог продолжает обучение детей строевым упражнениям: построение по росту, поддерживая равнение в колонне, шеренге; построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по три, в две шеренги на месте и при передвижении; размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком; ходьба «змейкой», расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары.

**2) Подвижные игры:** педагог продолжает закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах, оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность.

Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.

**3) Спортивные игры:** педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м); знание 3-4 фигур.

Элементы баскетбола: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам.

Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом.

Элементы футбола: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; ведение мяча ногой между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой

друг другу (3-5 м); игра по упрощенным правилам.

**4) Спортивные упражнения:** педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от условий: наличия оборудования и климатических условий региона.

Катание на санках: по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки.

Ходьба на лыжах: по лыжне (на расстояние до 500 м); скользящим шагом; повороты на месте (направо и налево) с переступанием; подъем на склон прямо «ступающим шагом», «полуёлочкой» (прямо и наискось), соблюдая правила безопасного передвижения.

Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с разворотом, с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила безопасного передвижения.

Плавание: с движениями прямыми ногами вверх и вниз, сидя на бортике и лежа в воде, держась за опору; ходьба по дну вперед и назад, приседая, погружаясь в воду до подбородка, до глаз, опуская лицо в воду, приседание под водой, доставая предметы, идя за предметами по прямой в спокойном темпе и на скорость; скольжение на груди, плавание произвольным способом.

**5) Формирование основ здорового образа жизни:** педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).

#### **б) Активный отдых**

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в т.ч., спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 30-40 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания.

Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, олимпиаде и другим спортивным событиям, включать подвижные игры народов России.

Дни здоровья: педагог проводит 1 раз в квартал. В этот день проводятся оздоровительные мероприятия и туристские прогулки.

Туристские прогулки и экскурсии. Педагог организует для детей непродолжительные пешие прогулки и экскурсии с постепенно удлиняющимися переходами - на стадион, в парк, на берег моря и другое. Время перехода в одну сторону составляет 30-40 минут, общая продолжительность не более 1,5-2 часов. Время непрерывного движения 20 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. Педагог формирует представления о туризме как виде активного отдыха и способе ознакомления с природой и культурой родного края; оказывает помощь в подборе снаряжения (необходимых вещей и одежды) для

туристской прогулки, организует наблюдение за природой, обучает ориентироваться на местности, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения, осторожность в преодолении препятствий; организует с детьми разнообразные подвижные игры во время остановки.

### **2.2.6. От 6 лет до 7 лет**

#### ***Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:***

- обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки;
- развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;
- поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде;
- воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;
- формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;
- сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;
- воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.

#### ***Содержание образовательной деятельности:***

Педагог создает условия для дальнейшего совершенствования основных движений, развития психофизических качеств и способностей, закрепления общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений и их комбинаций, спортивных упражнений, освоения элементов спортивных игр, игр-эстафет. Поощряет стремление выполнять упражнения технично, рационально, экономно, выразительно, в соответствии с разнообразным характером музыки, ритмом, темпом, амплитудой.

В процессе организации разных форм физкультурно-оздоровительной работы педагог обучает детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и давать оценку качества выполнения упражнений.

Поддерживает стремление творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности и на занятиях гимнастикой, самостоятельно организовывать и придумывать подвижные игры, общеразвивающие упражнения, комбинировать их элементы, импровизировать.

Педагог продолжает приобщать детей к здоровому образу жизни: расширяет и уточняет представления о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, оздоровительных мероприятиях, поддерживает интерес к физической культуре, спорту и туризму, активному отдыху, воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

***1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).***

#### ***Основные движения:***

***бросание, катание, ловля, метание:*** бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд, одной рукой не менее 10 раз; передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки, лежа на животе и на спине, в ходьбе; прокатывание и

перебрасывание друг другу набивных мячей; перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; одной рукой от плеча; передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую; метание в цель из положения стоя на коленях и сидя; метание вдаль, метание в движущуюся цель; забрасывание мяча в баскетбольную корзину; катание мяча правой и левой ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу; ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу; ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому).

ползание, лазанье: ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад; на животе и на спине, отталкиваясь руками и ногами; влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименным и разноименным способом; перелезание с пролета на пролет по диагонали; пролезание в обруч разными способами; лазанье по веревочной лестнице; выполнение упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками); влезание по канату на доступную высоту;

ходьба: ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед; выпадами, с закрытыми глазами, приставными шагами назад; в приседе, с различными движениями рук, в различных построениях;

бег: бег в колонне по одному, врассыпную, парами, тройками, четверками; с остановкой по сигналу, в сочетании с прыжками (с линии на линию, из кружка в кружок); высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук; с захлестыванием голени назад; выбрасывая прямые ноги вперед; бег 10 м с наименьшим числом шагов; медленный бег до 2-3 минут; быстрый бег 20 м 2-3 раза с перерывами; челночный бег 3x10 м; бег наперегонки; бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению, сидя по-турецки, лежа на спине, головой к направлению бега); бег со скакалкой, бег по пересеченной местности;

прыжки: подпрыгивания на двух ногах 30 раз в чередовании с ходьбой, на месте и с поворотом кругом; смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук; впрыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага; подпрыгивания вверх из глубокого приседа; прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек; прыжки в длину и в высоту с места и с разбега на соревнование;

прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них; прыжки с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через обруч, вращая его как скакалку; прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, прыжки через вращающуюся скакалку с места; вбегание под вращающуюся скакалку - прыжок - выбегание; пробегание под вращающейся скакалкой парами.

упражнения в равновесии: подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя перед собой набивной мяч; стойка на носках; стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием посередине палки, пролезанием в обруч, приседанием и поворотом кругом; ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку скамейки; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком; ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колени другой ноги мешочек с песком; ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони; кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы; после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение «ласточки».

Педагог способствует совершенствованию двигательных навыков детей, создает условия для поддержания инициативы и развития творчества, выполнения упражнений в различных условиях и комбинациях, использования двигательного опыта в игровой деятельности и повседневной жизни.

#### **Общеразвивающие упражнения:**

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание и опускание рук (одновременное, поочередное и последовательное) вперед, в сторону, вверх, сгибание и разгибание рук; сжимание пальцев в кулак и разжимание; махи и

рывки руками; круговые движения вперед и назад; упражнения пальчиковой гимнастики;  
упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений, наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя; поочередное поднятие и опускание ног лежа на спине;  
упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног, махи ногами из положения стоя, держась за опору, лежа на боку, сидя, стоя на четвереньках; выпады вперед и в сторону; приседания у стены (затылок, лопатки, ягодицы и пятки касаются стены); подошвенное и тыльное сгибание и разгибание стоп; захватывание предметов ступнями и пальцами ног, переключивание их с места на место.

Педагог проводит с детьми разнообразные упражнения с акцентом на качестве выполнения движений, в т.ч., в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с разным мышечным напряжением и амплитудой, с музыкальным сопровождением. Предлагает упражнения с разноименными движениями рук и ног, на ориентировку в пространстве, с усложнением исходных положений и техники выполнения (вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кистях рук, перед собой и сбоку и другое). Педагог поддерживает и поощряет инициативу, самостоятельность и творчество детей (придумать новое упражнение или комбинацию из знакомых движений). Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

#### ***Ритмическая гимнастика:***

музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Могут быть использованы следующие упражнения, разученные на музыкальных занятиях: танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками, поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, на носок, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад а сторону, кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону на носок и на пятку, комбинации из двух-трех движений в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук, в сторону в такт и ритм музыки.

#### ***Строевые упражнения:***

педагог совершенствует навыки детей в построении, перестроении, передвижении строем: быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному и по два, в круг, в шеренгу; равнение в колонне, шеренге; перестроение из одной колонны в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2-3); расчет на первый - второй и перестроение из одной шеренги в две; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом; повороты во время ходьбы на углах площадки.

**2) Подвижные игры:** педагог продолжает знакомить детей подвижным играм, поощряет использование детьми в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр (в т.ч., игр с элементами соревнования, игр-эстафет), способствующих развитию психофизических и личностных качеств, координации движений, умению ориентироваться в пространстве.

Педагог поддерживает стремление детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; побуждает проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность. Поощряет творчество детей, желание детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать. Продолжает воспитывать сплоченность, взаимопомощь, чувство ответственности за успехи и достижения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности. Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности.

**3) Спортивные игры:** педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

Городки: бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение; знание 4-5 фигур, выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

Элементы баскетбола: передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча); перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и тому подобное) и с разных сторон; забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча; ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола: передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте; ведение мяч «змейкой» между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота, игра по упрощенным правилам.

Элементы хоккея: (без коньков - на снегу, на траве): ведение шайбы клюшкой, не отрывая её от шайбы; прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживание шайбы клюшкой; ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними; забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева); попадание шайбой в ворота, ударяя по ней с места и после ведения.

Бадминтон: перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.

Элементы настольного тенниса: подготовительные упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену); подача мяча через сетку после его отскока от стола.

**4) Спортивные упражнения:** педагог продолжает обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.

Ходьба на лыжах: скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500-600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий; попеременным двухшажным ходом (с палками); повороты переступанием в движении; поднимание на горку «лесенкой», «ёлочкой».

Катание на коньках: удержание равновесия и принятие исходного положения на коньках (на снегу, на льду); приседания из исходного положения; скольжение на двух ногах с разбега; повороты направо и налево во время скольжения, торможения; скольжение на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь.

Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость.

Плавание: погружение в воду с головой с открытыми глазами, скольжение на груди и спине, двигая ногами (вверх - вниз); проплывание в воротца, с надувной игрушкой или кругом в руках и без; произвольным стилем (от 10-15 м); упражнения комплексов гидроаэробики в воде у бортика и без опоры.

**5) Формирование основ здорового образа жизни:** педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья; разных видах спорта (санный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и другие), спортивных событиях и достижениях отечественных спортсменов. Дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем, оборудованием), во время туристских прогулок и экскурсий. Приучает детей следить за своей осанкой, формирует представление о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей.

### **б) Активный отдых**

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников предусматривают сезонные спортивные упражнения, элементы соревнования, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнений.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 40-45 минут. Содержание досуга включает: подвижные игры, в т.ч., игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, творческие задания.

Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, ярким спортивным событиям и достижениям выдающихся спортсменов.

Дни здоровья: проводятся 1 раз в квартал. В этот день педагог организует оздоровительные мероприятия, в т.ч. физкультурные досуги, и туристские прогулки.

Туристские прогулки и экскурсии организуются при наличии возможностей дополнительного сопровождения и организации санитарных стоянок.

Педагог организует пешеходные прогулки. Время перехода в одну сторону составляет 35-40 минут, общая продолжительность не более 2-2,5 часов. Время непрерывного движения 20-30 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. В ходе туристской прогулки с детьми проводятся подвижные игры и соревнования, наблюдения за природой родного края, ознакомление с памятниками истории, боевой и трудовой славы, трудом людей разных профессий.

Для организации детского туризма педагог формирует представления о туризме, как форме активного отдыха, туристских маршрутах, видах туризма, правилах безопасности и ориентировки на местности: правильно по погоде одеваться для прогулки, знать содержимое походной аптечки, укладывать рюкзак весом от 500 гр. до 1 кг (более тяжелые вещи класть на дно, скручивать валиком и аккуратно укладывать запасные вещи и коврик, продукты, мелкие вещи, игрушки, регулировать ляжки); преодолевать несложные препятствия на пути, наблюдать за природой и фиксировать результаты наблюдений, ориентироваться на местности, оказывать помощь товарищу, осуществлять страховку при преодолении препятствий, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения во время туристской прогулки.

### **2.2.7. Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие»**

- Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:

- воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;

- формирование у ребёнка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;

- становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;

- воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;

- приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;



- формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

### **2.3. Взаимодействие взрослых с детьми (вариативные формы, способы, методы и средства реализации программы)**

ДО может быть получено в образовательной организации, а также вне её - в форме семейного образования. Форма получения ДО определяется родителями (законными представителями) несовершеннолетнего обучающегося. При выборе родителями (законными представителями) несовершеннолетнего обучающегося формы получения дошкольного образования учитывается мнение ребёнка.

ДОУ может использовать *сетевую форму реализации образовательных программ ДО и (или) отдельных компонентов*, предусмотренных Программой. Сетевая форма обеспечивает возможность освоения обучающимися образовательных программ ДО с использованием ресурсов нескольких организаций, осуществляющих образовательную деятельность, а также с использованием ресурсов иных организаций (организаций культуры, физкультуры и спорта и другие организации, обладающие ресурсами, необходимыми для осуществления образовательной деятельности по соответствующим образовательным программам – конкретизировать перечень организаций), с которыми устанавливаются договорные отношения.

При реализации Программы могут использоваться различные образовательные технологии, в т.ч. дистанционные образовательные технологии, электронное обучение, исключая образовательные технологии, которые могут нанести вред здоровью детей. Применение электронного обучения, дистанционных образовательных технологий, а также работа с электронными средствами обучения при реализации Программы должны осуществляться в соответствии с требованиями СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.

Формы, способы, методы и средства реализации Программы педагог определяет самостоятельно в соответствии с задачами воспитания и обучения, возрастными и индивидуальными особенностями детей, спецификой их образовательных потребностей и интересов. Существенное значение имеют сформировавшиеся у педагога практики воспитания и обучения детей, оценка результативности форм, методов, средств образовательной деятельности применительно к конкретной возрастной группе детей.

***При организации обучения целесообразно дополнять традиционные методы (словесные, наглядные, практические) методами, в основу которых положен характер познавательной деятельности детей:***

1) при использовании информационно-рецептивного метода предъявляется информация, организуются действия ребёнка с объектом изучения (распознающее наблюдение, рассматривание картин, демонстрация кино- и диафильмов, просмотр компьютерных презентаций, рассказы педагога или детей, чтение);

2) репродуктивный метод предполагает создание условий для воспроизведения представлений и способов деятельности, руководство их выполнением (упражнения на основе образца педагога, беседа, составление рассказов с опорой на предметную или предметно-схематическую модель);

3) метод проблемного изложения представляет собой постановку проблемы и раскрытие пути её решения в процессе организации опытов, наблюдений;

4) при применении эвристического метода (частично-поискового) проблемная задача делится на части - проблемы, в решении которых принимают участие дети (применение представлений в новых условиях);

5) исследовательский метод включает составление и предъявление проблемных ситуаций, ситуаций для экспериментирования и опытов (творческие задания, опыты, экспериментирование). Для решения задач воспитания и обучения широко применяется метод проектов. Он способствует развитию у детей исследовательской активности, познавательных интересов, коммуникативных и творческих способностей, навыков сотрудничества и другое.

Выполняя совместные проекты, дети получают представления о своих возможностях, умениях, потребностях.

Осуществляя выбор методов воспитания и обучения, педагог учитывает возрастные и личностные особенности детей, педагогический потенциал каждого метода, условия его применения, реализуемые цели и задачи, прогнозирует возможные результаты. *Для решения задач воспитания и обучения целесообразно использовать комплекс методов.*

***При реализации Программы педагог может использовать различные средства, представленные совокупностью материальных и идеальных объектов:***

демонстрационные и раздаточные;  
визуальные, аудиальные, аудиовизуальные;  
естественные и искусственные;  
реальные и виртуальные.

***Средства, указанные ранее используются для развития следующих видов деятельности детей:***

двигательной (оборудование для ходьбы, бега, ползания, лазанья, прыгания, занятий с мячом и другое);

предметной (образные и дидактические игрушки, реальные предметы и другое);

игровой (игры, игрушки, игровое оборудование и другое);

коммуникативной (дидактический материал, предметы, игрушки, видеофильмы и другое);

познавательной-исследовательской и экспериментирования (натуральные предметы и оборудование для исследования и образно-символический материал, в т.ч. макеты, плакаты, модели, схемы и другое);

чтения художественной литературы (книги для детского чтения, в т.ч. аудиокниги, иллюстративный материал);

трудовой (оборудование и инвентарь для всех видов труда);

продуктивной (оборудование и материалы для конструирования);

музыкальной

*ДОО самостоятельно определяет средства воспитания и обучения, в т.ч. технические, соответствующие материалы (в т.ч. расходные), игровое, спортивное, оздоровительное оборудование, инвентарь, необходимые для реализации Программы.*

*Вариативность форм, методов и средств реализации Программы зависит не только от учёта возрастных особенностей обучающихся, их индивидуальных и особых образовательных потребностей, но и от личных интересов, мотивов, ожиданий, желаний детей. Важное значение имеет признание приоритетной субъективной позиции ребёнка в образовательном процессе.*

*При выборе форм, методов, средств реализации Программы педагог учитывает субъектные проявления ребёнка в деятельности: интерес к миру и культуре; избирательное отношение к социокультурным объектам и разным видам деятельности; инициативность и желание заниматься той или иной деятельностью; самостоятельность в выборе и осуществлении деятельности; творчество в интерпретации объектов культуры и создании продуктов деятельности.*

Выбор педагогом педагогически обоснованных форм, методов, средств реализации Программы, адекватных образовательным потребностям и предпочтениям детей, их соотношение и интеграция при решении задач воспитания и обучения обеспечивает их *вариативность*.

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

***Образовательная деятельность в ДОО включает:***

- образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности;
- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных процессов;
- самостоятельную деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации Программы.

**Образовательная деятельность организуется как совместная деятельность педагога и детей, самостоятельная деятельность детей.** В зависимости от решаемых образовательных задач, желаний детей, их образовательных потребностей, педагог может выбрать один или несколько вариантов совместной деятельности:

1) совместная деятельность педагога с ребёнком, где, взаимодействуя с ребёнком, он выполняет функции педагога: обучает ребёнка чему-то новому;

2) совместная деятельность ребёнка с педагогом, при которой ребёнок и педагог - равноправные партнеры;

3) совместная деятельность группы детей под руководством педагога, который на правах участника деятельности на всех этапах её выполнения (от планирования до завершения) направляет совместную деятельность группы детей;

4) совместная деятельность детей со сверстниками без участия педагога, но по его заданию. Педагог в этой ситуации не является участником деятельности, но выступает в роли её организатора, ставящего задачу группе детей, тем самым, актуализируя лидерские ресурсы самих детей;

5) самостоятельная, спонтанно возникающая, совместная деятельность детей без всякого участия педагога. Это могут быть самостоятельные игры детей (сюжетно-ролевые, режиссерские, театрализованные, игры с правилами, музыкальные и другое), самостоятельная изобразительная деятельность по выбору детей, самостоятельная познавательно-исследовательская деятельность (опыты, эксперименты и другое).

**Организуя различные виды деятельности, педагог учитывает опыт ребёнка, его субъектные проявления** (самостоятельность, творчество при выборе содержания деятельности и способов его реализации, стремление к сотрудничеству с детьми, инициативность и желание заниматься определенным видом деятельности).

Эту информацию педагог может получить в процессе наблюдения за деятельностью детей в ходе проведения педагогической диагностики. На основе полученных результатов организуются разные виды деятельности, соответствующие возрасту детей.

В процессе их организации педагог создает условия для свободного выбора детьми деятельности, оборудования, участников совместной деятельности, принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей, поддерживает детскую инициативу и самостоятельность, устанавливает правила взаимодействия детей. Педагог использует образовательный потенциал каждого вида деятельности для решения задач воспитания, обучения и развития детей.

**Все виды деятельности взаимосвязаны между собой**, часть из них органично включается в другие виды деятельности (например, коммуникативная, познавательно-исследовательская). Это обеспечивает возможность их интеграции в процессе образовательной деятельности.

**Игра занимает центральное место в жизни ребёнка**, являясь преобладающим видом его самостоятельной деятельности. В игре закладываются основы личности ребёнка, развиваются психические процессы, формируется ориентация в отношениях между людьми, первоначальные навыки кооперации. Играя вместе, дети строят свои взаимоотношения, учатся общению, проявляют активность и инициативу и другое. Детство без игры и вне игры не представляется возможным.

**Игра в педагогическом процессе** выполняет различные функции: обучающую, познавательную, развивающую, воспитательную, социокультурную, коммуникативную, эмоциогенную, развлекательную, диагностическую, психотерапевтическую и другие.

**В образовательном процессе игра занимает особое место**, выступая как форма организации жизни и деятельности детей, средство разностороннего развития личности; метод

или прием обучения; средство саморазвития, самовоспитания, самообучения, саморегуляции. Отсутствие или недостаток игры в жизни ребёнка приводит к серьезным проблемам, прежде всего, в социальном развитии детей.

*Учитывая потенциал игры для разностороннего развития ребёнка и становления его личности, педагог максимально использует все варианты её применения в ДО.*

**Образовательная деятельность в режимных процессах** имеет специфику и предполагает использование особых форм работы в соответствии с реализуемыми задачами воспитания, обучения и развития ребёнка. Основная задача педагога в утренний отрезок времени состоит в том, чтобы включить детей в общий ритм жизни ДОО, создать у них бодрое, жизнерадостное настроение.

**Образовательная деятельность, осуществляемая в утренний отрезок времени, может включать:**

- игровые ситуации, индивидуальные игры и игры небольшими подгруппами (сюжетно-ролевые, режиссерские, дидактические, подвижные, музыкальные и другие);
- беседы с детьми по их интересам, развивающее общение педагога с детьми (в т.ч. в форме утреннего и вечернего круга), рассматривание картин, иллюстраций;
- практические, проблемные ситуации, упражнения (по освоению культурно-гигиенических навыков и культуры здоровья, правил и норм поведения и другие);
- наблюдения за объектами и явлениями природы, трудом взрослых;
- трудовые поручения и дежурства (сервировка стола к приему пищи, уход за комнатными растениями и другое);
- индивидуальную работу с детьми в соответствии с задачами разных образовательных областей;
- продуктивную деятельность детей по интересам детей (рисование, конструирование, лепка и другое);
- оздоровительные и закаливающие процедуры, здоровьесберегающие мероприятия, двигательную деятельность (подвижные игры, гимнастика и другое).

Согласно требованиям СанПиН 1.2.3685-21 в режиме дня предусмотрено **время для проведения занятий.**

**Занятие** рассматривается как дело, занимательное и интересное детям, развивающее их; как деятельность, направленная на освоение детьми одной или нескольких образовательных областей, или их интеграцию с использованием разнообразных форм и методов работы, выбор которых осуществляется педагогам самостоятельно.

Занятие является формой организации обучения, наряду с экскурсиями, дидактическими играми, играми-путешествиями и другими. Оно может проводиться в виде образовательных ситуаций, тематических событий, проектной деятельности, проблемно-обучающих ситуаций, интегрирующих содержание образовательных областей, творческих и исследовательских проектов и так далее.

В рамках отведенного времени педагог может организовывать образовательную деятельность с учётом интересов, желаний детей, их образовательных потребностей, включая детей дошкольного возраста в процесс сотворчества, содействия, сопереживания.

**При организации занятий педагог использует опыт**, накопленный при проведении образовательной деятельности в рамках сформировавшихся подходов. Время проведения занятий, их продолжительность, длительность перерывов, суммарная образовательная нагрузка для детей дошкольного возраста определяются **СанПиН 1.2.3685-21.**

Введение термина «занятие» не означает регламентацию процесса. Термин фиксирует форму организации образовательной деятельности. *Содержание и педагогически обоснованную методику проведения занятий педагог может выбирать самостоятельно.*

**Образовательная деятельность, осуществляемая во время прогулки,** включает:

- наблюдения за объектами и явлениями природы, направленные на установление разнообразных связей и зависимостей в природе, воспитание отношения к ней;

- подвижные игры и спортивные упражнения, направленные на оптимизацию режима двигательной активности и укрепление здоровья детей;
- экспериментирование с объектами неживой природы;
- сюжетно-ролевые и конструктивные игры (с песком, со снегом, с природным материалом);
- элементарную трудовую деятельность детей на участке ДОО;
- свободное общение педагога с детьми, индивидуальную работу;
- проведение спортивных праздников (при необходимости).

**Образовательная деятельность, осуществляемая во вторую половину дня, может включать:**

- элементарную трудовую деятельность детей (уборка групповой комнаты; ремонт книг, настольно-печатных игр; стирка кукольного белья; изготовление игрушек-самоделок для игр малышей);
- проведение зрелищных мероприятий, развлечений, праздников (кукольный, настольный, теневой театры, игры-драматизации; концерты; спортивные, музыкальные и литературные досуги и другое);
- игровые ситуации, индивидуальные игры и игры небольшими подгруппами (сюжетно-ролевые, режиссерские, дидактические, подвижные, музыкальные и другие);
- опыты и эксперименты, практико-ориентированные проекты, коллекционирование и другое;
- чтение художественной литературы, прослушивание аудиозаписей лучших образцов чтения, рассматривание иллюстраций, просмотр мультфильмов и так далее;
- слушание и исполнение музыкальных произведений, музыкально-ритмические движения, музыкальные игры и импровизации;
- организация и (или) посещение выставок детского творчества, изобразительного искусства, мастерских; просмотр репродукций картин классиков и современных художников и другого;
- индивидуальную работу по всем видам деятельности и образовательным областям;
- работу с родителями (законными представителями).

**Для организации самостоятельной деятельности детей в группе создаются различные центры активности** (игровой, литературный, спортивный, творчества, познания и другое). Самостоятельная деятельность предполагает самостоятельный выбор ребёнком её содержания, времени, партнеров. Педагог может направлять и поддерживать свободную самостоятельную деятельность детей (создавать проблемно-игровые ситуации, ситуации общения, поддерживать познавательные интересы детей, изменять предметно-развивающую среду и другое).

**Во вторую половину дня педагог может организовывать культурные практики.** Они расширяют социальные и практические компоненты содержания образования, способствуют формированию у детей культурных умений при взаимодействии со взрослым и самостоятельной деятельности. Ценность культурных практик состоит в том, что они ориентированы на проявление детьми самостоятельности и творчества, активности и инициативности в разных видах деятельности, обеспечивают их продуктивность.

**К культурным практикам относят** игровую, продуктивную, познавательно-исследовательскую, коммуникативную практики, чтение художественной литературы.

Культурные практики предоставляют ребёнку возможность проявить свою субъектность с разных сторон, что, в свою очередь, *способствует становлению разных видов детских инициатив:*

- в игровой практике ребёнок проявляет себя как творческий субъект (творческая инициатива);
- в продуктивной - созидающий и волевой субъект (инициатива целеполагания);
- в познавательно-исследовательской практике - как субъект исследования (познавательная инициатива);

- в коммуникативной практике - как партнер по взаимодействию и собеседник (коммуникативная инициатива);
- чтение художественной литературы дополняет развивающие возможности других культурных практик детей дошкольного возраста (игровой, познавательно-исследовательской, продуктивной деятельности).

**Тематику культурных практик** педагогу помогают определить детские вопросы, проявленный интерес к явлениям окружающей действительности или предметам, значимые события, неожиданные явления, художественная литература и другое.

В процессе культурных практик педагог *создает атмосферу свободы выбора, творческого обмена и самовыражения, сотрудничества взрослого и детей*. Организация культурных практик предполагает подгрупповой способ объединения детей.

### Методы реализации культурных практик в режимных моментах и самостоятельной деятельности

Направление	Задачи	Формы работы с детьми	Методы
Реализация системы творческих заданий, ориентированных на познание объектов, ситуаций, явлений	Накопление творческого опыта познания действительности через изучение объектов, ситуаций, явлений на основе выделенных признаков (цвет, форма, размер, материал, назначение, время, расположение, часть - целое); рассмотрение их в противоречиях, обуславливающих их развитие; моделирование явлений, учитывая их особенности, системные связи, количественные и качественные характеристики, закономерности развития систем.	Занятия и экскурсии	Наглядно-практические, сериации и классификации (традиционные) и формирования ассоциаций, установления аналогии, выявления противоречий (нетрадиционные)
Реализация системы творческих заданий, ориентированных на использование объектов, ситуаций, явлений, обеспечивает накопление опыта творческого подхода к	Рассматривать объекты ситуации, явления с различных точек зрения; находить фантастические применения реально существующим системам; осуществлять перенос функций в различные области применения; получать положительный эффект путем использования отрицательных качеств систем, универсализации,	Подгрупповые занятия и организация самостоятельной деятельности детей	Традиционно используются словесные и практические методы. Нетрадиционно — целый ряд приемов в рамках игрового метода: прием аналогии, «оживления», изменения агрегатного состояния, увеличение-уменьшение, «матрешки», «наоборот», обращения вреда в пользу и др.

использованию уже существующих объектов, ситуаций, явлений	получения системных эффектов		
Реализация системы творческих заданий, ориентированных на преобразование объектов, ситуаций, явлений	Приобретение творческого опыта в осуществлении фантастических (реальных) изменений внешнего вида систем (формы, цвета, материала, расположения частей и др.); изменение внутреннего строения систем; учет при рассмотрении системы свойств, ресурсов, диалектической природы объектов, ситуаций, явлений.	Конкурсы детско-родительского творчества (традиционно), организация подгрупповой работы детей в лаборатории (нетрадиционно).	Среди традиционных методов работы — экологические опыты и экспериментирование с изобразительными материалами, среди нетрадиционных — метод фокальных объектов и синектики, усовершенствования игрушки, развития творческого мышления и творческого конструирования.
Реализация системы творческих заданий, ориентированных на создание новых объектов, ситуаций	Развитие умений создания оригинальных творческих продуктов на основе получения качественно новой идеи субъекта творческой деятельности; <ul style="list-style-type: none"> <li>• ориентирование при выполнении творческого задания на идеальный конечный результат развития системы;</li> <li>• переоткрытия уже существующих объектов и явлений с помощью элементов диалектической логики.</li> </ul>	Организация детских выставок (традиционно), проектной деятельности детей и взрослых (нетрадиционно)	Среди традиционных методов работы здесь выступают диалоговые методы и методы экспериментирования. Среди нетрадиционных — методы проблематизации, мозгового штурма, развития творческого воображения и др

## 2.5. Способы и направления поддержки детской инициативы

Для поддержки детской инициативы педагог поощряет свободную самостоятельную деятельность детей, основанную на детских интересах и предпочтениях. Появление возможности у ребёнка исследовать, играть, лепить, рисовать, сочинять, петь, танцевать, конструировать, ориентируясь на собственные интересы, позволяет обеспечить такие важные составляющие эмоционального благополучия ребёнка ДОО как уверенность в себе, чувство защищенности, комфорта, положительного самоощущения.

Наиболее благоприятными отрезками времени для организации свободной самостоятельной деятельности детей является *утро*, когда ребёнок приходит в ДОО и *вторая половина дня*.

**Любая деятельность ребёнка в ДОО может протекать в форме самостоятельной инициативной деятельности, в т.ч.:**

- самостоятельная исследовательская деятельность и экспериментирование;
- свободные сюжетно-ролевые, театрализованные, режиссерские игры;

- игры - импровизации и музыкальные игры;
- речевые и словесные игры, игры с буквами, слогами, звуками;
- логические игры, развивающие игры математического содержания;
- самостоятельная деятельность в книжном уголке;
- самостоятельная изобразительная деятельность, конструирование;
- самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры, выполнение ритмических и танцевальных движений.

*Для поддержки детской инициативы педагог должен учитывать следующие условия:*

1) уделять внимание развитию детского интереса к окружающему миру, поощрять желание ребёнка получать новые знания и умения, осуществлять деятельностные пробы в соответствии со своими интересами, задавать познавательные вопросы;

2) организовывать ситуации, способствующие активизации личного опыта ребёнка в деятельности, побуждающие детей к применению знаний, умений при выборе способов деятельности;

3) расширять и усложнять в соответствии с возможностями и особенностями развития детей область задач, которые ребёнок способен и желает решить самостоятельно, уделять внимание таким задачам, которые способствуют активизации у ребёнка творчества, сообразительности, поиска новых подходов;

4) поощрять проявление детской инициативы в течение всего дня пребывания ребёнка в ДОО, используя приемы поддержки, одобрения, похвалы;

5) создавать условия для развития произвольности в деятельности, использовать игры и упражнения, направленные на тренировку волевых усилий, поддержку готовности и желания ребёнка преодолевать трудности, доводить деятельность до результата;

6) поощрять и поддерживать желание детей получить результат деятельности, обращать внимание на важность стремления к качественному результату, подсказывать ребёнку, проявляющему небрежность и равнодушие к результату, как можно довести дело до конца, какие приемы можно использовать, чтобы проверить качество своего результата;

7) внимательно наблюдать за процессом самостоятельной деятельности детей, в случае необходимости оказывать детям помощь, но стремиться к её дозированию. Если ребёнок испытывает сложности при решении уже знакомой ему задачи, когда изменилась обстановка или иные условия деятельности, то целесообразно и достаточно использовать приемы наводящих вопросов, активизировать собственную активность и смекалку ребёнка, намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае;

8) поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребёнка, побуждать к проявлению инициативы и творчества через использование приемов похвалы, одобрения, восхищения.

**В возрасте 3-4 лет** у ребёнка активно проявляется потребность в общении со взрослым, ребёнок стремится через разговор с педагогом познать окружающий мир, узнать об интересующих его действиях, сведениях. Поэтому ребёнок задает различного рода вопросы. Важно поддержать данное стремление ребёнка, поощрять познавательную активность детей младшего дошкольного возраста, использовать педагогические приемы, направленные на развитие стремлений ребёнка наблюдать, сравнивать предметы, обследовать их свойства и качества. Педагогу важно проявлять внимание к детским вопросам, поощрять и поддерживать их познавательную активность, создавать ситуации, побуждающие ребёнка самостоятельно искать решения возникающих проблем, осуществлять деятельностные пробы. При проектировании режима дня педагог уделяет особое внимание организации вариативных активностей детей, чтобы ребёнок получил возможность участвовать в разнообразных делах: в играх, в экспериментах, в рисовании, в общении, в творчестве (имитации, танцевальные импровизации и тому подобное), в двигательной деятельности.



С 4-5 лет у детей наблюдается высокая активность. Данная потребность ребёнка является ключевым условием для развития самостоятельности во всех сферах его жизни и деятельности. Педагогу важно обращать особое внимание на освоение детьми системы разнообразных обследовательских действий, приемов простейшего анализа, сравнения, умения наблюдать для поддержки самостоятельности в познавательной деятельности. Педагог намеренно насыщает жизнь детей проблемными практическими и познавательными ситуациями, в которых детям необходимо самостоятельно применить освоенные приемы. Всегда необходимо доброжелательно и заинтересованно относиться к детским вопросам и проблемам, быть готовым стать партнером в обсуждении, поддерживать и направлять детскую познавательную активность, уделять особое внимание доверительному общению с ребёнком. В течение дня педагог создает различные ситуации, побуждающие детей проявить инициативу, активность, желание совместно искать верное решение проблемы. Такая планомерная деятельность способствует развитию у ребёнка умения решать возникающие перед ними задачи, что способствует развитию самостоятельности и уверенности в себе. Педагог стремится создавать такие ситуации, в которых дети приобретают опыт дружеского общения, совместной деятельности, умений командной работы. Это могут быть ситуации волонтерской направленности: взаимной поддержки, проявления внимания к старшим, заботы о животных, бережного отношения к вещам и игрушкам.

Важно, чтобы у ребёнка всегда была возможность выбора свободной деятельности, поэтому атрибуты и оборудование для детских видов деятельности должны быть достаточно разнообразными и постоянно меняющимися (смена примерно раз в два месяца).

Дети 5-7 лет имеют яркую потребность в самоутверждении и признании со стороны взрослых. Поэтому педагогу важно обратить внимание на те педагогические условия, которые развивают детскую самостоятельность, инициативу и творчество. Для этого педагог создает ситуации, активизирующие желание детей применять свои знания и умения, имеющийся опыт для самостоятельного решения задач. Он регулярно поощряет стремление к самостоятельности, старается определять для детей все более сложные задачи, активизируя их усилия, развивая произвольные умения и волю, постоянно поддерживает желание преодолевать трудности и поощряет ребёнка за стремление к таким действиям, нацеливает на поиск новых, творческих решений возникших затруднений.

*Для поддержки детской инициативы педагоги используют ряд способов, приемов, правил, а именно:*

1) Не следует сразу помогать ребёнку, если он испытывает затруднения решения задачи, важно побуждать его к самостоятельному решению, подбадривать и поощрять попытки найти решение. В случае необходимости оказания помощи ребёнку, педагог сначала стремится к её минимизации: лучше дать совет, задать наводящие вопросы, активизировать имеющийся у ребёнка прошлый опыт.

2) У ребёнка всегда должна быть возможность самостоятельного решения поставленных задач. При этом педагог помогает детям искать разные варианты решения одной задачи, поощряет активность детей в поиске, принимает любые предположения детей, связанные с решением задачи, поддерживает инициативу и творческие решения, а также обязательно акцентирует внимание детей на качестве результата, их достижениях, одобряет и хвалит за результат, вызывает у них чувство радости и гордости от успешных самостоятельных, инициативных действий.

3) Особое внимание педагог уделяет общению с ребёнком в период проявления кризиса семи лет: характерные для ребёнка изменения в поведении и деятельности становятся поводом для смены стиля общения с ребёнком. Важно уделять внимание ребёнку, уважать его интересы, стремления, инициативы в познании, активно поддерживать стремление к самостоятельности. Дети седьмого года жизни очень чувствительны к мнению взрослых. Необходимо поддерживать у них ощущение своего взросления, вселять уверенность в своих силах.

4) Педагог может акцентировать внимание на освоении ребёнком универсальных умений организации своей деятельности и формировании у него основ целеполагания: поставить цель (или принять её от педагога), обдумать способы её достижения, осуществить свой замысел, оценить полученный результат с позиции цели. Задача развития данных умений ставится педагогом в разных видах деятельности. Педагог использует средства, помогающие детям планомерно и самостоятельно осуществлять свой замысел: опорные схемы, наглядные модели, пооперационные карты.

5) Создание творческих ситуаций в игровой, музыкальной, изобразительной деятельности и театрализации, в ручном труде также способствует развитию самостоятельности у детей. Сочетание увлекательной творческой деятельности и необходимости решения задачи и проблемы привлекает ребёнка, активизирует его желание самостоятельно определить замысел, способы и формы его воплощения.

6) Педагог уделяет особое внимание обогащению РППС, обеспечивающей поддержку инициативности ребёнка. В пространстве группы появляются предметы, побуждающие детей к проявлению интеллектуальной активности. Это могут быть новые игры и материалы, детали незнакомых устройств, сломанные игрушки, нуждающиеся в починке, зашифрованные записи, посылки, письма-схемы, новые таинственные книги и прочее. Разгадывая загадки, заключённые в таких предметах, дети учатся рассуждать, анализировать, отстаивать свою точку зрения, строить предположения, испытывают радость открытия и познания.

**Способы и направления поддержки детской инициативы.**  
**Сферы инициативы**

<b>Сфера</b>	<b>Содержание</b>	<b>Направления работы</b>
Творческая инициатива	включённость в сюжетную игру как основную творческую деятельность ребёнка, где развиваются воображение, образное мышление	- поддержка спонтанной игры детей, её обогащение, обеспечение игрового времени и пространства; поддержка самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности
Инициатива как целеполагание и волевое усилие	включённость в разные виды продуктивной деятельности - рисование, лепку, конструирование, требующие усилий по преодолению «сопротивления» материала, где развиваются произвольность, планирующая функция речи	-поддержка детской самостоятельности в разных видах изобразительной, проектной, конструктивной деятельности; - создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности, материалов
Коммуникативная инициатива	включённость ребёнка во взаимодействие со сверстниками, коммуникативная функция речи	- поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности; - установление правил поведения и взаимодействия в разных ситуациях
Познавательная инициатива (любопытность)	включённость в экспериментирование, простую познавательно-исследовательскую	- создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей; - создание условий для свободного

	деятельность, где развиваются способности устанавливать пространственно-временные, причинно-следственные и родовидовые отношения	выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности, материалов
--	--	--

## 2.6. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями обучающихся

*Главными целями взаимодействия педагогического коллектива ДОО с семьями обучающихся дошкольного возраста являются:*

- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов;

- обеспечение единства подходов к воспитанию и обучению детей в условиях ДОО и семьи; повышение воспитательного потенциала семьи.

Эта деятельность *дополняет, поддерживает и тактично направляет воспитательные действия родителей* (законных представителей) детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов.

*Достижение этих целей осуществляется через решение основных задач:*

1) информирование родителей (законных представителей) и общественности относительно целей ДО, общих для всего образовательного пространства Российской Федерации, о мерах господдержки семьям, имеющим детей дошкольного возраста, а также об образовательной программе, реализуемой в ДОО;

2) просвещение родителей (законных представителей), повышение их правовой, психолого-педагогической компетентности в вопросах охраны и укрепления здоровья, развития и образования детей;

3) способствование развитию ответственного и осознанного родительства как базовой основы благополучия семьи;

4) построение взаимодействия в форме сотрудничества и установления партнёрских отношений с родителями (законными представителями) детей младенческого, раннего и дошкольного возраста для решения образовательных задач;

5) вовлечение родителей (законных представителей) в образовательный процесс.

*Построение взаимодействия с родителями (законными представителями) придерживается следующих принципов:*

1) приоритет семьи в воспитании, обучении и развитии ребёнка: в соответствии с Законом об образовании у родителей (законных представителей) обучающихся не только есть преимущественное право на обучение и воспитание детей, но именно они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребёнка;

2) открытость: для родителей (законных представителей) должна быть доступна актуальная информация об особенностях пребывания ребёнка в группе; каждому из родителей (законных представителей) должен быть предоставлен свободный доступ в ДОО; между педагогами и родителями (законными представителями) необходим обмен информацией об особенностях развития ребёнка в ДОО и семье;

3) взаимное доверие, уважение и доброжелательность во взаимоотношениях педагогов и родителей (законных представителей): при взаимодействии педагогу необходимо придерживаться этики и культурных правил общения, проявлять позитивный настрой на общение и сотрудничество с родителями (законными представителями); важно этично и разумно использовать полученную информацию как со стороны педагогов, так и со стороны родителей (законных представителей) в интересах детей;

4) индивидуально-дифференцированный подход к каждой семье: при взаимодействии необходимо учитывать особенности семейного воспитания, потребности родителей (законных представителей) в отношении образования ребёнка, отношение к педагогу и ДОО,

проводимым мероприятиям; возможности включения родителей (законных представителей) в совместное решение образовательных задач;

5) возрастосообразность: при планировании и осуществлении взаимодействия необходимо учитывать особенности и характер отношений ребёнка с родителями (законными представителями), прежде всего, с матерью (преимущественно для детей младенческого и раннего возраста), обусловленные возрастными особенностями развития детей.

*Деятельность педагогического коллектива ДОО по построению взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся осуществляется по **нескольким направлениям:***

1) диагностико-аналитическое направление включает получение и анализ данных о семье каждого обучающегося, её запросах в отношении охраны здоровья и развития ребёнка; об уровне психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей); а также планирование работы с семьей с учётом результатов проведенного анализа; согласование воспитательных задач;

2) просветительское направление предполагает просвещение родителей (законных представителей) по вопросам особенностей психофизиологического и психического развития детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов; выбора эффективных методов обучения и воспитания детей определенного возраста; ознакомление с актуальной информацией о государственной политике в области ДО, включая информирование о мерах господдержки семьям с детьми дошкольного возраста; информирование об особенностях реализуемой в ДОО образовательной программы; условиях пребывания ребёнка в группе ДОО; содержания и методах образовательной работы с детьми;

3) консультационное направление объединяет в себе консультирование родителей (законных представителей) по вопросам их взаимодействия с ребёнком, преодоления возникающих проблем воспитания и обучения детей, в т.ч. с ООП в условиях семьи; особенностей поведения и взаимодействия ребёнка со сверстниками и педагогом; возникающих проблемных ситуациях; способам воспитания и построения продуктивного взаимодействия с детьми младенческого, раннего и дошкольного возрастов; способам организации и участия в детских деятельности, образовательном процессе и другому.

***Совместная образовательная деятельность педагогов и родителей (законных представителей) обучающихся предполагает сотрудничество** в реализации некоторых образовательных задач, вопросах организации РППС и образовательных мероприятий; поддержку образовательных инициатив родителей (законных представителей) детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов; разработку и реализацию образовательных проектов ДОО совместно с семьей.*

***Особое внимание в просветительской деятельности ДОО уделяется повышению уровня компетентности родителей (законных представителей) в вопросах здоровьесбережения ребёнка.***

***Реализация данной темы осуществляется в процессе следующих направлений просветительской деятельности:***

1) информирование о факторах, положительно влияющих на физическое и психическое здоровье ребёнка (рациональная организация режима дня ребёнка, правильное питание в семье, закаливание, организация двигательной активности, благоприятный психологический микроклимат в семье и спокойное общение с ребёнком и другое), о действии негативных факторов (переохлаждение, перегревание, перекармливание и другое), наносящих непоправимый вред здоровью ребёнка;

2) своевременное информирование о важности вакцинирования в соответствии с рекомендациями Национального календаря профилактических прививок и по эпидемическим показаниям;

3) информирование родителей (законных представителей) об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях ДОО и семьи в решении данных задач;

4) знакомство родителей (законных представителей) с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в ДОО;

5) информирование родителей (законных представителей) о негативном влиянии на развитие детей систематического и бесконтрольного использования IT-технологий (нарушение сна, возбудимость, изменения качества памяти, внимания, мышления; проблемы социализации и общения и другое).

Эффективность просветительской работы по вопросам **здоровьесбережения детей** может быть повышена за счет *привлечения к тематическим встречам профильных специалистов* (медиков, нейропсихологов, физиологов, IT-специалистов и других).

**Направления деятельности педагогов реализуются в разных формах (групповых и (или) индивидуальных) посредством различных методов, приемов и способов взаимодействия с родителями (законными представителями):**

1) **диагностико-аналитическое направление** реализуется через опросы, социологические срезы, индивидуальные блокноты, «почтовый ящик», педагогические беседы с родителями (законными представителями); дни (недели) открытых дверей, открытые просмотры занятий и других видов деятельности детей и так далее;

2) **просветительское и консультационное направления** реализуются через групповые родительские собрания, конференции, круглые столы, семинары-практикумы, тренинги и ролевые игры, консультации, педагогические гостиные, родительские клубы и другое; информационные проспекты, стенды, ширмы, папки-передвижки для родителей (законных представителей); журналы и газеты, издаваемые ДОО для родителей (законных представителей), педагогические библиотеки для родителей (законных представителей); сайты ДОО и социальные группы в сети Интернет; медиарепортажи и интервью; фотографии, выставки детских работ, совместных работ родителей (законных представителей) и детей. Включают также и досуговую форму - совместные праздники и вечера, семейные спортивные и тематические мероприятия, тематические досуги, знакомство с семейными традициями и другое.

**Для вовлечения родителей (законных представителей) в образовательную деятельность** используются специально разработанные (подобранные) дидактические материалы для организации совместной деятельности родителей (законных представителей) с детьми в семейных условиях в соответствии с образовательными задачами, реализуемыми в ДОО. Эти материалы должны сопровождаться подробными инструкциями по их использованию и рекомендациями по построению взаимодействия с ребёнком (с учётом возрастных особенностей). Кроме того, необходимо активно использовать воспитательный потенциал семьи для решения образовательных задач, привлекая родителей (законных представителей) к участию в образовательных мероприятиях, направленных на решение познавательных и воспитательных задач.

Незаменимой формой установления доверительного делового контакта между семьей и ДОО является **диалог педагога и родителей (законных представителей)**. Диалог позволяет совместно анализировать поведение или проблемы ребёнка, выяснять причины проблем и искать подходящие возможности, ресурсы семьи и пути их решения. В диалоге проходит просвещение родителей (законных представителей), их консультирование по вопросам выбора оптимального образовательного маршрута для конкретного ребёнка, а также согласование совместных действий, которые могут быть предприняты со стороны ДОО и семьи для разрешения возможных проблем и трудностей ребёнка в освоении образовательной программы.

**Педагоги самостоятельно выбирают педагогически обоснованные методы, приемы и способы взаимодействия с семьями обучающихся**, в зависимости от стоящих перед ними задач. Сочетание традиционных и инновационных технологий сотрудничества позволит педагогам ДОО устанавливать доверительные и партнерские отношения с родителями (законными представителями), эффективно осуществлять просветительскую деятельность и

достигать основные цели взаимодействия ДОО с родителями (законными представителями) детей дошкольного возраста.

### Перспективный план работы с родителями

Месяц	Мероприятия
Сентябрь	Консультация для родителей (в группе в контакте): «Подготовка одежды к занятиям ФК в зале и на воздухе» Ознакомление с результатами диагностики по запросу родителей
Октябрь	Рекомендации по поддержанию интереса к занятиям по физической культуре. Консультация «Проблема плоскостопия у детей».
Ноябрь	Консультация для родителей «Гимнастика для глаз»
Декабрь	Консультация для родителей «Красивая осанка».
Январь	Консультирование родителей «Закаливание-первый шаг на пути к здоровью», оформление буклета.
Февраль	Спортивное развлечение с родителями, посвященное «Дню защитника Отечества»
Март	Фотоколлаж «Физкульт-ура!»
Апрель	Неделя здоровья «Движение и здоровье»
Май	Показ итоговых открытых занятий для родителей. Индивидуальные встречи с родителями. Ознакомление с результатами диагностики.

### 2.7. Программа (направления) коррекционно-развивающей работы

Коррекционно-развивающая работа (далее – КРР) и (или) инклюзивное образование направлено на обеспечение *коррекции нарушений развития* у различных категорий детей (*целевые группы*), оказание им квалифицированной помощи в освоении Программы, их разностороннее развитие с учётом возрастных и индивидуальных особенностей, социальной адаптации. КРР осуществляется педагогами в соответствии с образовательной программой ГБДОУ № 40.

### 2.8. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ

Рабочая программа воспитания (далее – Программа воспитания) составлена на основе требований Федерального закона от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся» с учетом Плана мероприятий по реализации в 2021-2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования.

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

Программа воспитания основана на воплощении национального воспитательного идеала, который понимается как высшая цель образования, нравственное (идеальное) представление о человеке. В основе процесса воспитания детей в ДОУ лежат конституционные и национальные ценности российского общества.

Формирование основ патриотизма – любви к своей семье, детскому саду, родной природе, соотечественникам; уважительного отношения к ее символике – флагу, гербу, гимну выступают образовательными задачами для старших дошкольников. Формируя представления детей о малой родине и Отечестве, социокультурных ценностях нашего народа, об

отечественных традициях и праздниках, многообразии стран и народов мира, в детском саду осуществляется ознакомление детей в самых общих чертах в интересной и доступной для них форме с государственным устройством России, армией, флотом, авиацией.

Целевые ориентиры - возрастные характеристики возможных достижений ребенка, которые коррелируют с портретом выпускника ДОО и с базовыми духовно-нравственными ценностями.

Взаимодействие участников образовательных отношений (далее - ОО) со всеми субъектами образовательных отношений построено с учетом особенностей социокультурной среды, в которой воспитывается ребенок. Реализация Программы воспитания основана на взаимодействии со всеми субъектами образовательных отношений и определяет приоритетные направления воспитания дошкольника.

Воспитательные задачи, согласно федеральному государственному образовательному стандарту дошкольного образования (далее - ФГОС ДО), реализуются в рамках образовательных областей – социально-коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического и физического развития.

Реализация Программы воспитания предполагает социальное партнерство с другими организациями.

Программа воспитания является компонентом образовательной программы дошкольного образования. В связи с этим структура Программы воспитания включает три раздела - целевой, содержательный и организационный. Программа описана в содержательном разделе образовательной программы ГБДОУ № 40.

### **3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

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

*Успешная реализация Программы обеспечивается следующими психолого-педагогическими условиями:*

1) *признание детства как уникального периода в становлении человека*, понимание неповторимости личности каждого ребёнка, принятие воспитанника таким, какой он есть, со всеми его индивидуальными проявлениями; проявление уважения к развивающейся личности, как высшей ценности, поддержка уверенности в собственных возможностях и способностях у каждого воспитанника;

2) *решение образовательных задач с использованием как новых форм организации процесса образования* (проектная деятельность, образовательная ситуация, образовательное событие, обогащенные игры детей в центрах активности, проблемно-обучающие ситуации в рамках интеграции образовательных областей и другое), так и традиционных (фронтальные, подгрупповые, индивидуальные занятия). При этом занятие рассматривается как дело, занимательное и интересное детям, развивающее их; деятельность, направленная на освоение детьми одной или нескольких образовательных областей, или их интеграцию с использованием разнообразных педагогически обоснованных форм и методов работы, выбор которых осуществляется педагогом;

3) *обеспечение преемственности содержания и форм организации образовательного процесса в ДОО, в т.ч. дошкольного и начального общего уровней образования* (опора на опыт детей, накопленный на предыдущих этапах развития, изменение форм и методов образовательной работы, ориентация на стратегический приоритет непрерывного образования - формирование умения учиться);

4) *учёт специфики возрастного и индивидуального психофизического развития обучающихся* (использование форм и методов, соответствующих возрастным особенностям детей; видов деятельности, специфических для каждого возрастного периода, социальной ситуации развития);

5) *создание развивающей и эмоционально комфортной для ребёнка образовательной среды*, способствующей эмоционально-ценностному, социально-личностному, познавательному, эстетическому развитию ребёнка и сохранению его индивидуальности, в которой ребёнок реализует право на свободу выбора деятельности, партнера, средств и прочее;



б) построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития;

7) индивидуализация образования (в т.ч. поддержка ребёнка, построение его образовательной траектории) и оптимизация работы с группой детей, основанные на результатах педагогической диагностики (мониторинга);

8) оказание ранней коррекционной помощи детям с ООП, в т.ч. с ОВЗ на основе специальных психолого-педагогических подходов, методов, способов общения и условий, способствующих получению ДО, социальному развитию этих детей, в т.ч. посредством организации инклюзивного образования;

9) совершенствование образовательной работы на основе результатов выявления запросов родительского и профессионального сообщества;

10) психологическая, педагогическая и методическая помощь и поддержка, консультирование родителей (законных представителей) в вопросах обучения, воспитания и развития детей, охраны и укрепления их здоровья;

11) вовлечение родителей (законных представителей) в процесс реализации образовательной программы и построение отношений сотрудничества в соответствии с образовательными потребностями и возможностями семьи обучающихся;

12) формирование и развитие профессиональной компетентности педагогов, психолого-педагогического просвещения родителей (законных представителей) обучающихся;

13) непрерывное психолого-педагогическое сопровождение участников образовательных отношений в процессе реализации Программы, обеспечение вариативности его содержания, направлений и форм, согласно запросам родительского и профессионального сообществ;

14) взаимодействие с различными социальными институтами (сферы образования, культуры, физкультуры и спорта, другими социально-воспитательными субъектами открытой образовательной системы), использование форм и методов взаимодействия, востребованных современной педагогической практикой и семьей, участие всех сторон взаимодействия в совместной социально-значимой деятельности;

15) использование широких возможностей социальной среды, социума как дополнительного средства развития личности, совершенствования процесса её социализации;

16) предоставление информации о Программе семье, заинтересованным лицам, вовлеченным в образовательную деятельность, а также широкой общественности;

17) обеспечение возможностей для обсуждения Программы, поиска, использования материалов, обеспечивающих её реализацию, в т.ч. в информационной среде.

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

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

РППС включает организованное пространство (территория ДОО, групповые комнаты, специализированные, технологические, административные и иные помещения), материалы, оборудование, электронные образовательные ресурсы и средства обучения и воспитания, охраны и укрепления здоровья детей дошкольного возраста, материалы для организации самостоятельной творческой деятельности детей. РППС создает возможности для учёта особенностей, возможностей и интересов детей, коррекции недостатков их развития.

Федеральная программа не выдвигает жестких требований к организации РППС и оставляет за ДОО право самостоятельного проектирования РППС.

В соответствии со ФГОС ДО возможны разные варианты создания РППС при условии учёта целей и принципов Программы, возрастной и тендерной специфики для реализации образовательной программы.

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

При проектировании РППС ДОО учтены:

- местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно-климатические условия, в которых находится ДОО;
- возраст, уровень развития детей и особенности их деятельности, содержание образования;
- задачи Программы для разных возрастных групп;
- возможности и потребности участников образовательной деятельности (детей и их семей, педагогов и других сотрудников ДОО, участников сетевого взаимодействия и других участников образовательной деятельности).

РППС соответствует:

- требованиям ФГОС ДО;
- образовательной программе ДОО;
- материально-техническим и медико-социальным условиям пребывания детей в ДОО;
- возрастным особенностям детей;
- воспитывающему характеру обучения детей в ДОО;
- требованиям безопасности и надежности.

Наполняемость РППС способствует сохранению целостности образовательного процесса и включает все необходимое для реализации содержания каждого из направлений развития и образования детей согласно ФГОС ДО.

РППС ДОО обеспечивает возможность реализации разных видов индивидуальной и коллективной деятельности: игровой, коммуникативной, познавательно-исследовательской, двигательной, продуктивной и прочее, в соответствии с потребностями каждого возрастного этапа детей, охраны и укрепления их здоровья, возможностями учёта особенностей и коррекции недостатков их развития.

В соответствии с ФГОС ДО РППС является содержательно-насыщенной; трансформируемой; полифункциональной; доступной; безопасной.

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

В ДОО созданы условия для информатизации образовательного процесса. В групповых и прочих помещениях ДОО имеется оборудование для использования информационно-коммуникационных технологий в образовательном процессе. Обеспечено подключение всех групповых, а также иных помещений ДОО к сети Интернет с учётом регламентов безопасного пользования сетью Интернет и психолого-педагогической экспертизы компьютерных игр.

В оснащении РППС использованы элементы цифровой образовательной среды, интерактивные площадки как пространство сотрудничества и творческой самореализации ребёнка и взрослого (кванториумы, мультстудии, роботизированные и технические игрушки и другие).

### **3.3. Материально-техническое обеспечение РП по реализации ОО «Физическое развитие»**

#### **Спортивное оборудование и инвентарь:**

Гимнастическая стенка – 4 пролёта

Гимнастические скамейки – 2м – 1шт.; 3м -2шт.

Баскетбольные щиты – 2шт.

Мягкие модули.

Гимнастическое бревно – 1шт.

Дорожка – балансир – 1шт.

Батут – 2шт.

Мишени для метания – 2 шт.

Беговая дорожка - 2шт.  
Туристические коврики – 9шт.  
Дуги: H-40см – 3шт.  
Маты - 4шт.  
Маты поролоновые – 2шт.  
Наклонные доски – 2шт.  
Наклонные лестницы – 2шт.  
Велосипеды – 2шт.  
Обручи – 15шт.  
Мячи – прыгуны – 10шт.  
Мячи Ø 8см – 10шт.  
Мячи массажные – 18шт.  
Гимнастические палки – 25шт.  
Канат – 1шт.  
Набор кеглей – 12шт.  
Бадминтон – 5шт.  
Скакалки - 25шт.  
Гантели детские - 15шт.  
Кирпичики из поролона 30шт  
Наглядные пособия (виды спорта)

#### **3.4. Программно - методическое обеспечение образовательного процесса по ОО «Физическое развитие»**

1. Бондаренко Т.М., Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 2 -4 лет в ДОУ, М., 2015г.
2. Верещагина Н.В. Диагностика педагогического процесса в первой младшей группе (с 2 до 3 лет) в дошкольной образовательной организации – СПб. :ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014. – 16 с.
3. Верещагина Н.В. Диагностика педагогического процесса в подготовительной группе (с 6 до 7 лет) в дошкольной образовательной организации – СПб. :ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014. – 16 с.
4. Верещагина Н.В. Диагностика педагогического процесса в средней группе (с 4 до 5 лет) в дошкольной образовательной организации – СПб. :ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014. – 16 с.
5. Верещагина Н.В. Диагностика педагогического процесса в старшей группе (с 5 до 6 лет) в дошкольной образовательной организации – СПб. :ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014. – 16 с.
6. Верещагина Н.В. Диагностика педагогического процесса во второй младшей группе (с 3 до 4 лет) в дошкольной образовательной организации – СПб. :ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014. – 16 с.
7. Картушина М.Ю. Оздоровительные занятия с детьми 2 - 4 лет – М: ТЦ Сфера, 008. – 224 с.
8. Кудрявцева В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления Программно-методическое пособие. — М.: Л ИНКА-ПРЕСС, 2000. - 296 .
9. Литвинова М.Ф. Физкультурные занятия с детьми раннего возраста., Москва, 2005 г
10. Образовательная программа дошкольного образования ГБДОУ детского сада №40 Пушкинского района СПб. ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Инновационная программа дошкольного образования. / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, Э. М. Дорофеевой. — Издание пятое (инновационное), испр. и доп. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2019.
11. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа.- М: Мозаика-Синтез, 2009г.

12. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Конспекты занятий. Младшая группа. - М: Мозаика-Синтез, 2010 г.
  13. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа. - М: Мозаика-Синтез, 2010 г.
  14. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя и младшая-М: Мозаика-Синтез, 2009 г.
  15. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. - М: Мозаика-Синтез, 2010 г.
  16. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования, одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20.05.2015 № 2/15) Лайзане С.Я. «Физкультура для малышей» М., «Просвещение» 1978 г. 372 с.
  17. Рунова М.А., Двигательная активность ребенка в детском саду.. М.: Мозаика-Синтез, 2000г.
  18. Синкевич А., Большева Т.В.. Физкультура для малышей.
  19. Степаненкова Э.Я. Методика проведения подвижных игр., М., Мозаика-Синтез, 2008г.
  20. Фролов В.Г., Юрко Г.П., Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста. – М.: Просвещение, 1983.
- Электронные образовательные ресурсы (ЭОР):  
<http://МААМ.ru>  
<http://nsportal.ru>

***Наглядно-методические, наглядно-дидактические пособия***

№п/п	Наименование	ол-во
1	Спорт. Зимние виды. Тематический словарь в картинках: Мир человека. – М.Школьная пресса, 2010. – 24с.: цв.илл. +вкл. – (Программа «Я - человек»). – (Дошкольное воспитание и обучение – приложение к журналу «Воспитание школьников»; Вып. 213).	
2	Спорт. Летние виды. Тематический словарь в картинках: Мир человека. – М.Школьная пресса, 2010. – 24с.: цв.илл. +вкл. – (Программа «Я - человек»). – (Дошкольное воспитание и обучение – приложение к журналу «Воспитание школьников»; Вып. 213).	
3	Наглядно-методическое пособие. Информационно-деловое оснащение ДОУ. Ю.А Кириллова «О здоровье – всерьез. Профилактика нарушений осанки и плоскостопия у дошкольников» - приложение к журналу «Дошкольная педагогика». – ООО «Издательство «Детство - пресс». – Спб, 2013. – 18с.: цв.илл.	
4	Наглядно-методическое пособие. Информационно-деловое оснащение ДОУ. Е.А Сочеванова «Подготовка руки дошкольника к письму. Игры и упражнения» – ООО «Издательство «Детство - пресс». – Спб, 2013. – 10с.: цв.илл.	
5	Наглядно-дидактическое пособие «Мир в картинках». – «Спортивный инвентарь», 3-7 лет. –М. – МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2013. – 8с.:илл.	
6	Игровой дидактический материал по основам безопасной жизнедеятельности «Как избежать неприятностей». – На воде и на природе 1. – 2013. – 14с.:цв.илл. +вкл.	
7	Набор карточек «Будь здоров!». – Правильная осанка. Гимнастика для глаз. – 2013. - 16с.:цв.илл.	

### 3.5. Режим и распорядок дня

Режим и распорядок дня устанавливаются с учётом требований СанПиН 1.2.3685-21, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений.

Занятия физической культурой осуществляются три раза в неделю: 2 раза  
- в спортивном зале, 1 раз - на улице.

#### Расписание непрерывной образовательной деятельности по физической культуре на учебный год

ГРУППЫ	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
1-я младшая (ранний возраст)	9.00-9.10	11.10-11.20		9.00-9.10	
2-я младшая (младшая группа)	09.25-09.40	11.30-11.45		9.25-9.40	
Средняя группа		9.00-9.20		11:30-11:50	9.30-9.50
Старшая группа	11.50-12.15 (улица)		9.00-9.25	9.45-10.10	
Подготовительная группа	9.45-10.15		10.25-10.55		11.55-12.25 (улица)

#### Расписание досугов на 2023-2024 учебный год

Группы	Неделя\День проведения
1-ая младшая	3 неделя каждого месяца
2-ая младшая	
Средняя	
Старшая	
Подготовительная	
	Четверг
	Четверг
	Вторник
	Среда
	Среда

#### Расписание индивидуальной работы и совместной деятельности с детьми

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Индивидуальная работа с детьми	11.05 – 11.45 - подготовительная			10.20 – 11.15 - 1-ая младшая - 2-ая младшая - старшая	10.50 – 11.55 -средняя логопедическая - средняя
Совместная деятельность с детьми		Досуг (3 неделя вторника) - средняя	Досуг (3 неделя среды) - старшая - подготовительная -	Досуг (3 неделя четверга) - первая мл - вторая мл	

### Учебный план 2023-2024 учебный год

#### **Первая младшая группа (для детей от 1,5 до 3 лет) (12-часового пребывания)**

Образовательная область	Наименование НОД	Объем образовательной нагрузки в НОД кол-во/мин		
		В неделю	В месяц	В год
Физическое развитие	Физическая культура	2/20	8/80	72/720

#### **Вторая младшая группа (для детей от 3 до 4 лет) (12-часового пребывания)**

Образовательная область	Наименование НОД	Объем образовательной нагрузки в НОД кол-во/мин		
		В неделю	В месяц	В год
Физическое развитие	Физическая культура	3/45	12/180	108/1620

#### **Средняя группа (для детей от 4 до 5 лет) (12-часового пребывания)**

Образовательная область	Наименование НОД	Объем образовательной нагрузки в НОД кол-во/мин		
		В неделю	В месяц	В год
Физическое развитие	Физическая культура	3/60	12/240	108/2160

#### **Старшая группа (для детей от 5 до 6 лет) (12-часового пребывания)**

Образовательная область	Наименование НОД	Объем образовательной нагрузки в НОД кол-во/мин		
		В неделю	В месяц	В год
Физическое развитие	Физическая культура	3/75	12/300	108/2700

#### **Подготовительная группа (для детей от 6 до 7 лет) (12-часового пребывания)**

Образовательная область	Наименование НОД	Объем образовательной нагрузки в НОД кол-во/мин		
		В неделю	В месяц	В год
Физическое развитие	Физическая культура	3/90	12/360	108/3240

### Максимальный объем учебной нагрузки

#### **Объем образовательной нагрузки составляет:**

Группа	Возраст детей	Продолжительность НОД	Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой\второй половине дня
1-я младшая	1,5-3 года	10 мин	Не более 20 мин/не более 10 мин.
2-я младшая	3-4 года	не более 15 мин.	не более 30 мин.
Средняя	4-5 лет	не более 20 мин.	не более 40 мин.
Старшая	5-6 лет	не более 25 мин.	не более 45 мин./ не более 25 - 30 мин.
Подготовительная	6-7 лет	не более 30 мин.	не более 1,5 часов/ не более 25 - 30 мин.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

Рабочая программа инструктора по физической культуре разработана на основе Образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ детского сада № 40 Пушкинского района Санкт-Петербурга (далее – Программа) в соответствии с ФГОС дошкольного образования и с учетом Федеральной образовательной программы дошкольного образования (далее – ФОП ДО).

Программа по развитию обучающихся обеспечивает разностороннее развитие детей в возрасте от 1,5 до 7 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Реализуемая Программа строится на принципе личностно-ориентированного взаимодействия взрослого с обучающимися. Разработана инструктором по физической культуре, Зирюкиной В.Ю.

Срок реализации рабочей программы: 2023-2024 учебный год

Язык обучения – русский.

Программа определяет цели, планируемые результаты образовательной деятельности в виде целевых ориентиров, объем, содержание и условия образовательной деятельности на первом уровне общего образования.

Содержание Программы направлено на обеспечение развития личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности и охватывает следующие структурные единицы, представляющие определенные ФГОС направления развития и образования обучающихся ДОУ (далее - образовательные области): социально - коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно- эстетическое развитие, физическое развитие.

Программа включает три основных раздела: *целевой, содержательный и организационный*.

**Целевой раздел** включает в себя: пояснительную записку и планируемые результаты освоения Программы; цель и задачи реализации Образовательной программы; наиболее существенные характеристики и планируемые результаты освоения Программы; особенности организации педагогической диагностики (мониторинга).

**Содержательный раздел** представляет содержание и особенности организации образовательного процесса в раннем и дошкольном возрасте по каждой из образовательных областей: социально- коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно- эстетическое развитие, физическое развитие.

Описаны: вариативные формы, способы, методы и средства реализации программы; особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик детей; способы и направления поддержки детских инициатив;

Охарактеризованы особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.

**Организационный раздел** содержит описание материально-технического обеспечения Программы, включает распорядок и режим дня, а также особенности традиционных событий, праздников, мероприятий; особенности организации предметно-пространственной среды.

В каждом из разделов Программы отражается обязательная часть и часть, формируемая участниками образовательных отношений.

Обязательная часть Программы отражает комплексность подхода, обеспечивая развитие детей во всех пяти образовательных областях. Обязательная часть разработана на основе Федеральной образовательной программы дошкольного образования.

В части, формируемой участниками образовательных отношений, парциальные программы, выбранные участниками образовательных отношений, направлены на развитие воспитанников в одной или нескольких образовательных областях, видах деятельности и культурных практиках.





**КОМПЛЕКСНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ РАБОТЫ  
в разных возрастных группах**

**1 младшая группа**

**Сентябрь**

Темы	Задачи	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание,лазанье	Катание, бросание , метание	
<b>04.09-08.09</b> «Мой любимый детский сад. Наша группа»	Учить ходить и бегать подгруппами и всей группой, прыгать на двух ногах на месте, ползать на четвереньках по прямой	Ходьба подгруппами и всей группой	Бег подгруппами и всей группой		Прыжки на двух ногах на месте	Ползание на четвереньках по прямой (3 – 4 м)		
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предметов)</b>						
		<b>Подвижная игра (с ходьбой и бегом) «Воробышки и автомобиль»</b>						
<b>11.09-15.09</b> «Мой любимый детский сад. Игрушки»	Учить ходить по прямой дорожке, катать мяч двумя руками. Бегать в прямом направлении, прыгать на двух ногах с продвижением вперед	Ходьба подгруппами	Бег группой в направлении	Ходьба по прямой дорожке (расстояние 2- 3м)			Катание мяча двумя руками	
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предметов)</b>						
		<b>Подвижная игра (с ходьбой и бегом) «По тропинке»</b>						
<b>18.09-22.09</b> «Кто работает в детском саду»	Учить ходить парами, лазать по доске, катать мяч одной рукой;упражнять в умении прыгать на двух ногах на месте; развивать равновесие	Ходьба парами	Бег всей группой	Игра «По ровненькой дорожке»	Прыжки на двух ногах на месте	Ползание по доске, лежащей на полу	Катание мяча Одной рукой инструктору	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с флажками)</b>						
		<b>Подвижная игра (с ходьбой и бегом) «Птички летают»</b>						
<b>25.09-29.09</b> «Семья»	Упражнять в умении ходить и бегать подгруппами и всей группой; прыгать; ползать на четвереньках по прямой; катать мяч двумя руками	Ходьба подгруппами	Бег подгруппами и всей группой	Ходьба по прямой дорожке (расстояние 2–3м)	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	Ползание по прямой на четвереньках (расстояние 3 – 4м)	Катание мяча двумя руками	
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предметов)</b>						
		<b>Подвижная игра (с подпрыгиванием) «Зайка серенький сидит»</b>						

## Октябрь

Тема	Задачи	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазанье	Катание, бросание, метание	
<b>02.10-06.10</b> «Осень: признаки осени, одежда людей осенью»	Учить ходить по доске; прыгать через шнур; упражнять в умении ползать по доске; ходить парами, развивать координацию движений	Ходьба парами	Бег в прямом направлении	Ходьба по доске	Прыжки шнур	Ползание по доске		
		<b>Общеразвивающие упражнения (с погремушками)</b>						
		<b>Подвижная игра (с ходьбой и бегом) «Принеси предмет»</b>						
<b>09.10-13.10</b> «Фрукты»	Учить бросать мяч друг другу; ползать под воротца; бегать друг за другом; упражнять в ходьбе по прямой дорожке	Ходьба всей группой	Бег друг за другом	Ходьба по прямой дорожке	Прыжки на двух ногах на месте	Подлезание под воротца	Бросание мяча друг другу	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с платочком)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бросанием и ловлей мяча) «Мой веселый звонкий мяч»</b>						
<b>16.10-20.10</b> «Фрукты»	Учить кружиться в медленном темпе; упражнять в умении ходить и бегать парами и всей группой, катать мяч воспитателю	Ходьба подгруппой и всей группой	Бег подгруппами и всей группой	Кружение	Игра «Через руческ»		Катание мяча инструктору одной рукой	
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>						
		<b>Подвижная игра (с ходьбой и бегом) «По тропинке»</b>						
<b>23.10-27.10</b> «Овощи»	Упражнять в умении ходить по доске, прыгать через шнур, бросать мяч друг другу, ползать по прямой на четвереньках; развивать координацию движений	Ходьба группой друг за другом	Бег всей группой друг за другом	Ходьба по доске	Прыжки через шнур	Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 3 – 4 м)	Бросание мяча друг другу	
<b>Общеразвивающие упражнения (с платочками)</b>								
<b>Подвижная игра (с ходьбой и бегом) «Догони меня»</b>								
<b>30.10-03.11</b> «Овощи»								

## Ноябрь

Тема	Задачи	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазанье	Катание, бросание, метание	
<b>06.11-10.11</b> «Домашние животные. Домашние птицы»	Учить ходить по кругу, взявшись за руки; катать мяч двумя руками; упражнять в умении подлезать под воротца, кружиться в медленном темпе	Ходьба по кругу, взявшись за руки	Бег в медленном темпе (30 -40 с)	Кружение в медленном темпе		Подлезание подворотца	Сидя, катание мяча двумя руками (расстояние 50 – 100 см)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с мячом)</b>						
		<b>Подвижная игра (с ходьбой и бегом) «По тропинке»</b>						
<b>13.11-17.11</b> «Домашние животные. Домашние птицы»	Учить ходить по прямой дорожке с перешагиванием через бревно; упражнять в умении прыгать на двух ногах через шнур, катать мяч двумя руками; развивать координацию движений	Ходьба подгруппами	Бег в медленном темпе (30-40 с)	Ходьба по прямой дорожке (ш 20 см, д -2-3 м) с перешагиванием через предметы	Прыжки на двухногах через шнур	Перелезание через бревно	Катание мяча двумя руками	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с погремушками)</b>						
		<b>Подвижная игра (с ходьбой и бегом) «Птички в гнездышках»</b>						
<b>20.11-24.11</b> «Дикие животные. Дикие животные зимой»	Учить бросать вперед мяч двумя руками снизу, прыгать вверх с касанием предмета, ходить с изменением темпа; упражнять в умении ходить по доске, развивать равновесие	Ходьба с изменением темпа	Бег в прямом направлении	Ходьба по доске	Прыжки вверх с касанием предмета (на 10 – 15 см выше поднятой руки)		Бросание мяча вперед двумя руками снизу	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с платочком)</b>						
		<b>Подвижная игра (с подпрыгиванием) «Мой веселый звонкий мяч»</b>						
<b>27.11-01.12</b> «Дикие животные. Дикие животные зимой»	Упражнять в умении ходить, взявшись за руки, бегать в медленном темпе, катать мяч двумя руками сидя; закреплять умения перелезть через бревно, ходить по прямой дорожке с перешагиванием	<b>Общеразвивающие упражнения (без предметов)</b>						
		<b>Подвижная игра (с ходьбой и бегом) «Солнышко и дождик»</b>						

## Декабрь

Тема	Задачи	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазанье	Катание, бросание, метание	
04.12-08.12 «Зима. Зимняя одежда и обувь. Птицы зимой»	Учить ползать по наклонной доске; упражнять в умении бросать мяч вперед двумя руками снизу; закреплять навыки бегать в прямом направлении	Ходьба с изменением темпа	Бег в прямом направлении	Ходьба по доске	Прыжки на двух ногах через шнур	Ползание по наклонной доске	Бросание мяча вперед двумя руками снизу	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с погремушками)</b>						
		<b>Подвижная игра (с ходьбой и бегом) «Догони меня!»</b>						
11.12-15.12 «Зима. Зимняя одежда и обувь. Птицы зимой»	Учить ходить с переходом на беги наоборот, бросать мяч двумя руками от груди; упражнять в ходьбе по прямой дорожке сперешагиванием через предметы; развивать координацию движений	Ходьба с переходом на беги наоборот		Ходьба по прямой дорожке (ш: 20 см, д: 2 – 3 м), с перешагиванием через предметы (10 – 15 см)		Перелезание через бревно	Бросание мяча вперед двумя руками от груди	
		<b>Общеразвивающие упражнения (на стуле)</b>						
		<b>Подвижная игра (на ориентировку в пространстве) «Найди флажок»</b>						
18.12-22.12 «Зима. Зимняя одежда и обувь. Птицы зимой»	Учить ходить с изменением направления, бегать с изменением темпа, подлезать под веревку; закреплять умения катать мяч одной рукой	Ходьба с изменением направления	Бег с изменением темпа	Кружение в медленном темпе	Прыжки на двух ногах на месте	Подлезание под веревку (в: 30 – 40 см)	Катание мяча одной рукой воспитателю	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с кубиками)</b>						
		<b>Подвижная игра (с ходьбой и бегом) «Кто тише?»</b>						
25.12-29.12 «А у нас новый год! Ёлка в гости зовет!»	Упражнять в умении ползать по наклонной доске, бросать мяч вперед двумя руками от груди; закреплять умения прыгать на двух ногах с продвижением вперед	Ходьба с переходом на бег		Игра «По ровненькой дорожке»	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	Ползание по наклонной доске	Бросание мяча вперед двумя руками от груди	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с флажками)</b>						
		<b>Подвижная игра (с ходьбой) «Поезд»</b>						

## Январь

Тема	Задачи	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазанье	Катание, бросание, метание	
<b>01.01-08.01</b> <b>Каникулы</b>	Учить кружиться с предметом в руках; упражнять в умении бегать с изменением темпа, подлезать под веревку, бросать мяч друг другу	Ходьба врассыпную	Бег с изменением темпа	Кружение в медленном темпе (с предметом в руках)		Подлезание под веревку (в : 40 – 30 см)	Бросание мяча друг другу	
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предметов)</b>						
		<b>Подвижная игра (с ходьбой и бегом) «Воробышки и автомобиль»</b>						
<b>09.01-12.01</b> <b>«Зимние забавы. Безопасность на прогулке»</b>	Учить бегать в колонне по одному, катать мяч двумя руками стоя; упражнять в умении ползать по наклонной доске, прыгать вверх	Ходьба изменением направления	Бег в колонне по одному	Ходьба по прямой дорожке (расстояние 3 – 4 м)	Прыжки вверх с касанием предметов (выше подняты руки на 10 – 15 см)	Ползание по наклонной доске	Катание мяча двумя руками (расстояние 50 – 100 см)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с мешочком)</b>						
		<b>Подвижная игра (с ходьбой и бегом) «Солнышко и дождик»</b>						
<b>15.01-19.01</b> <b>«Человек. Обувь. Одежда»</b>	Учить ходить по гимнастической скамейке, бросать мяч из – за головы; закреплять умения и навыки подлезать под воротники	Ходьба переходом на бег наоборот		Ходьба по гимнастической скамейке	Прыжки на двух ногах на месте	Подлезание под одворотники	Бросание мяча двумя руками из – за головы	
		<b>Общеразвивающие упражнения (со стульчиком)</b>						
		<b>Подвижная игра (на ориентировку в пространстве) «Где звенит?»</b>						
<b>22.01-26.01</b> <b>«Мебель»</b>	Упражнять в умении бегать в колонне по одному, ходить врассыпную, катать мяч двумя руками стоя; формировать устойчивое равновесие в кружении	Ходьба врассыпную	Бег в колонне по одному	Кружение в медленном темпе		Перелезание через бревно	Катание мяча двумя руками стоя (расстояние 50 – 100 см)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с мячом)</b> - «Лови мяч» - «Покати мяч» - «Целься вернее» - «Мяч в кругу»						
		<b>Подвижная игра (с ходьбой и бегом) «Догоните меня!»</b>						

**Февраль**

Тема	Задачи	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазанье	Катание, бросание, метание	
29.01-02.02 «Мебель»	Учить бросать мяч через натянутый шнур, лазать по лестнице – стремянке, прыгать через две параллельные линии; упражнять в умении ходить через предметы	Ходьба парами	Бег друг за другом	Ходьба по прямой дорожке с перешагиванием через предметы (в: 10 – 15 см)	Прыжки через две параллельные линии (10 – 30 см)	Лазанье по лестнице – стремянке вверх и вниз	Бросание мяча через шнур, натянутый на уровне груди (с расстояния 1 – 1,5 м)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предметов)</b>						
		<b>Подвижная игра (с ходьбой и бегом) «Перешагни через бревно»</b>						
05.02-09.02 «Посуда»	Учить прыгать в длину с места, отталкиваясь двумя ногами, бегать между двумя шнурами; упражнять в умении бросать мяч двумя руками из – за головы	Ходьба парами	Бег между двумя шнурами (расстояние 25 – 30 см)	Ходьба по прямой дорожке	Прыжки в длину с места с отталкиванием двумя ногами		Бросание мяча двумя руками из – за головы	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с ленточками)</b>						
		<b>Подвижная игра (с ходьбой и бегом) «Птички в гнездышках»</b>						
12.02-16.02 «Посуда»	Учить лазать по наклонной доске, приподнятой одним концом вверх, ловить мяч; упражнять в умении ходить, взявшись за руки; развивать равновесие	Ходьба, взявшись за руки	Бег в прямом направлении	Ходьба по прямой дорожке с перешагиванием через предметы	Прыжки вверх с касанием предмета (выше поднятой руки на 10 – 15 см)	Лазанье по наклонной доске, приподнятой одним концом	Ловля мяча, брошенного воспитателем (с расстояния 50 – 100 см)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с мячом)</b>						
		<b>Подвижная игра (с ходьбой и бегом) «По тропинке»</b>						
19.02-23.02 «Наши папы»	Упражнять в умении прыгать в длину с места, бросать мяч через шнур, лазать по лестнице – стремянке, развивать координацию движений	Ходьба изменением направления	Бег между двумя шнурами (расстояние 25 – 30 см)	Ходьба о гимнастической скамейке	Прыжки в длину с места с отталкиванием двумя ногами	Лазанье по лестнице – стремянке вверх и вниз (в: 1,5 м)	Бросание мяча через шнур, натянутый на уровне груди (с расст. 1 – 1,5 м)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предметов)</b>						
		<b>Подвижная игра (с ходьбой и бегом) «По тропинке»</b>						

## Март

Тема	Задачи	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание,лазанье	Катание, бросание,метание	
26.02-01.03 «Наши мамы»	Учить метать мячи правой и левой рукой, ползать по гимнастической скамейке, ходить, обходя предметы;закреплять умения ползать по наклонной доске, развивать равновесие	Ходьба обхождением с предметом	Бег в колонне поодному	Кружение в медленном темпе с предметом в руках		Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке	Метание мячей правой и левой рукой	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с ленточками)</b>						
		<b>Подвижная игра «Зайка»</b>						
04.03-08.03 «Транспорт. ПДД»	Учить ходить по бревну, развивать равновесие; упражнять в прыжках через две линии, лазанье по наклонной доске	Ходьба переходом на беги наоборот	Бег в прямом направлении	Ходьба по бревну(ш: 20 - 25 см)	Прыжки через две параллельные линии	Лазанье по наклонной доске, приподнятой одним концом на высоту (20 с)	Катание мяча двумя руками стоя, сидя (50 – 100 см)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предметов)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бросанием и ловлей) «Мяч в кругу»</b>						
11.03-15.03 «Транспорт. ПДД»	Учить метать мешочки правой и левой рукой; упражнять в прыжках в длину с места; закреплять умения и навыки ходить с перешагиванием через предмет, бегать в прямом направлении	Ходьба обхождением предметов	Бег в прямом направлении	Ходьба по прямой дорожке с перешагиванием через предметы (в: 10 – 15 см)	Прыжки в длину с места с отталкиванием двумя ногами	Подлезание под веревку (в.: 30 – 40 см)	Метание мешочков правой и левой рукой	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с флажками)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Принеси предмет»</b>						
18.03-22.03 «Неделя детской книги»	Формировать навыки и умения правильного выполнения упражнений,; упражнять в умении метать правой и левой рукой, ходить по бревну, ползать по скамейке	Ходьба враспынную	Бег между шнурами (расстояние 20 – 25 см)	Ходьба по бревну	Игра «Мой веселый звонкий мяч»	Ползание по гимнастической скамейке	Метание мячей правой и левой рукой	
25.03-29.03 «Неделя детской книги»								
<b>Общеразвивающие упражнения (с платочками)</b>								
<b>Подвижная игра (с бегом) «Птички летают»</b>								

## Апрель

Тема	Задачи	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание,лазанье	Катание, бросание, метание	
<b>01.04-05.04</b> «Дикие животные и их детеныши»	Учить бросать мяч через сеткузакреплять умение в ходьбе с изменением направления; развивать ловкость икоординацию движений	Ходьба с обхождением предметов	Бег в колонне поодному	Ходьба по гимнастическойскемейке		Ползание на четвереньках по прямой (расст.3 –4 м)	Бросание мяча через сетку, натянутую на уровне ребенка	
		<b>Общеразвивающие упражнения ( с погремушкой)</b>						
		<b>Подвижная игра (на ориентировку в пространстве) «Найди флажок»</b>						
<b>08.04-12.04</b> «Дикие животные и их детеныши»	Учить ходить приставным шагомвперед, лазать погимнастической стенке;упражнять в метании правой и левой рукой, развивать ловкость и глазомер	Ходить приставным шагом вперед	Бег друг за другом		Игра «Зайка серенький сидит»	Лазанье по гимнастическойстенке вверх и вниз (в – 1,5 м) удобным способом	Метание набивных мешочков правой и левой рукой	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с шишками)</b>						
		<b>Подвижная игра (с прыжками) «Через ручеек»</b>						
<b>15.04-19.04</b> «Домашние животные и их детеныши»	Учить ходить приставным шагомвперед, в стороны; закреплять навыки и умения бросать мяч через шнур; упражнять в сохранении устойчивогоравновесия при ходьбе сперешагиванием через предметы	Ходьба приставным шагом в стороны	Бег в колонне поодному	Ходьба по прямой дорожке (20 см) с перешагиванием через предметы	Прыжки черезшнур	Ползание на четвереньках по гимнастической скемейке	Бросание мяча через шнур, натянутый на уровне груди (с расст. 1,5 м)	
<b>22.04-26.04</b> «Домашние животные и их детеныши»		<b>Общеразвивающие упражнения (с флажками)</b>						
<b>Подвижная игра (с бегом) «По тропинке»</b>								
<b>29.04-03.05</b> «Весна»	Упражнять в лазанье по гимнастической стенке, бросании мяча через сетку; совершенствовать умения ходитьпо прямой дорожке, бегать друг за другом; развивать глазомер	Ходьба парами	Бег врассыпную	Ходьба по прямой дорожке	Игра «Через ручеек»	Лазанье по гимнастическойстенке вверх и вниз (в: 1,5 м) удобным способом	Бросание мяча через сетку, натянутую на уровне ребенка	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с мячом)</b>						
		<b>Подвижная игра (с разнообразными движениями) «Флажок»</b>						



## Май

Тема	Задачи	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание,лазанье	Катание,бросание, метание	
06.05-10.05 «Цветы»	Учить метать предметы в горизонтальную цель; закреплять умения лазать по наклонной доске, бегать впрямом направлении; упражнять в сохранении равновесия	Ходьба приставным шагом	Бег в прямом направлении	Ходьба по гимнастической скамейке		Лазанье по наклонной доске, приподнятой одним концом (в:20 – 30 см)	Метание предметов горизонтальную цель двумя руками поочередно с расстояния 1 м	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с шишками)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Солнышко и дождик»</b>						
13.05-17.05 «Нсекомые»	Закреплять навыки и умения ходить по бревну, бросать мяч двумя руками, прыгать через две линии, ходить приставным шагом в стороны	Ходьба приставным шагом в стороны	Бег с изменением направления	Ходьба по бревну(ш: 20 – 25 см)	Прыжки через две параллельные линии	Перелезание через бревно (ш: 20 см)	Бросание мяча двумя руками разными способами (из – за головы, от груди , снизу)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предметов)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «В воротца»</b>						
20.05-24.05 «Птицы»	Закреплять навыки и умения в лазанье по гимнастической стенке вверх, вниз, ловле мяча на расстоянии; развивать ловкость	Ходьба переходом на беги наоборот			Игра «Птички в гнездышках»	Лазанье по гимнастической стенке вверх и вниз (в: 1,5 м) удобным способом	Ловля мяча, брошенного воспитателем (с расстояния 50 – 100 см)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с кубиками)</b>						
		<b>Подвижная игра (с разнообразными движениями) «Поезд»</b>						
27.05-31.05 «Одежда.обувь»	Упражнять в метании предметов в горизонтальную цель, ходьбе приставным шагом вперед; совершенствовать умения и навыки прыгать вверх, ползать на четвереньках; упражнять в сохранении равновесия	Ходьба приставным шагом вперед	Бег в колонне по одному	Кружение в медленном темпе(с пред- метом в руках)	Прыжки вверх с касанием предмета, находящегося на 10 – 15 см выше поднятой руки	Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке	Метание предметов в горизонтальную цель двумя руками (правой и левой) с расстояния 1м	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с платочком)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Воробьишки и автомобиль»</b>						

**2 младшая группа**  
**Сентябрь**

Тема	Задачи	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание,лазанье	Катание, бросание, метание	
04.09-08.09 «До свидания, лето, здравствуй детский сад! (начало осени, работники детского сада, ОБЖ в детском саду)»	Учить ходить по рейке, положенной на пол, прыгать на двух ногах на месте; ползать начетвереньках по прямой; развивать ловкость	Ходьба с высоким подниманием колена	Бег в колонне по одному	Ходьба по рейке, положенной на пол	Прыжки на двухногах на месте	Ползание на Четвереньках по прямой		
		<b>Общеразвивающие упражнения (с кубиками)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Лохматый пес»</b>						
11.09-15.09 «Встрани маленьких пешеходов (ПДД)»	Учить прыгать из круга в круг, ходить на носках; катать мяч друг другу; строиться в шеренгу; развивать чувство равновесия, глазомер	Ходьба на носках	Бег по кругу	Медленное кружение в обе стороны	Прыжки из круга в круг	Перелезание через бревно	Катание мяча друг другу	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с флажками)</b>						
		<b>Подвижная игра (с прыжками) «Поймай комара»</b>						
18.09-22.09 «Мой дом. Новая Ижора. Колпино»	Учить ходить по бревну, прыгать вокруг предметов, катать мяч в ворота; упражнять в умении бегать по кругу	Обычная ходьба	Бег друг за другом	Ходьба по бревну с приставлением пятки одной ноги к носку другой	Прыжки вокруг предметов	Ползание на четвереньках по прямой	Катание мяча в ворота	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с ленточкой)</b>						
		<b>Подвижная игра (с подлезанием и лазаньем) «Наседка и цыплята»</b>						
25.09-29.09 «Поле. Уборка урожая. Труд людей осенью»	Формировать навыки и умения правильного выполнения; упражнять в ходьбе по рейке, прыжках из круга в круг, развивать глазомер	ходьба с высоким подниманием колена	бег в колонне по одному	ходьба по рейке, положенной на пол	прыжки из круга в круг	перелезание через бревно	катание мяча друг другу	
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>						
		<b>Подвижная игра (с ползанием и лазанием) «Наседка и цыплята»</b>						

## Октябрь

Тема	Задачи	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазанье	Метание, бросание, лазанье	
02.10-06.10 «Сад.Фрукты»	Учить строиться в колонну по одному, прыгать вверх с места, ходить по ребристой доске, перешагивая через предметы; упражнять в ходьбе на носках, ползании на четвереньках между предметами	Ходьба на носках	Бег (подгруппами и всей группой)	Ходьба по ребристой доске (с	Прыжки вверх с места с	Ползание на четвереньках	Катание мяча в ворота (ш: 50 – 60	
				перешагиванием через предметы)	доставанием предмета, подвешенного выше поднятой руки ребенка	между предметами	см)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с мячом)</b>						
<b>Подвижная игра (с прыжками) «По ровненькой дорожке»</b>								
09.10-13.10 «Огород.Овощи»	Учить ходить по кругу, бегать на носках, метать мяч в горизонтальную цель; упражнять в умении ходить по бревну с приставлением пятки одной ноги к носку другой	Ходьба по кругу	Бег на носках	Ходьба по бревну с приставлением пятки одной ноги к носку другой	Прыжки вокруг предметов		Метание мяча в горизонтальную цель двумя руками снизу (расстояние 1,5 – 2 м)	
		<b>Общеразвивающие упражнения</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Найди свой цвет»</b>						
16.10-20.10 «Осень: признаки осени, человек осенью, забота о здоровье»	Учить ходить змейкой, прыгать между предметами; упражнять в умении бегать в колонне поодному	Ходьба змейкой (между предметами)	Бег в колонне поодному	Медленное кружение в обе стороны	Прыжки между предметами	Ползание на четвереньках по прямой расстояние 6м)	Катание мяча друг другу	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с ленточками)</b>						
		<b>Подвижная игра (с подлезанием и лазаньем) «Мыши в кладовой»</b>						
23.10-27.10 «Осень: признаки осени, дикие животные и птицы осенью, правила безопасного поведения в природе»	Формировать навыки и умения правильного выполнения упражнений; упражнять в ходьбе змейкой, ползании на четвереньках, метании мяча в горизонтальную цель, развивать координацию движений, глазомер	Ходьба змейкой (между предметами)	Бег на носках	Ходьба по ребристой доске (с перешагиванием через предметы)	Прыжки вверх с места с доставанием предмета, подвешенного выше поднятой руки ребенка	Ползание между предметами	Метание мяча в горизонтальную цель двумя руками снизу (расстояние 1,5 – 2 м)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с погремушками)</b>						
		<b>Подвижная игра (с прыжками) «Воробушки и кот»</b>						
30.10-03.11 «Игрушки.Народные промыслы»								

## Ноябрь

Тема	Задачи	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазанье	Метание, бросание, ловля	
<b>06.11-10.11</b> «Дружба.Моя группа, мой район»	Учить ходить в колонне по одному, перестраиваться в колонну по два, бегать с одного края площадки на другой, строиться в колонну по два, катать мяч между предметами; упражнять в прыжках; учить сохранять равновесие	Ходьба в колонне по одному	Бег с одного края площадки на другой	Ходьба по гимнастической скамейке с приставлением пятки одной ноги к носку другой	Прыжки между предметами	Перелезание через бревно	Катание мяча между предметами	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с кубиками)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Бегите ко мне»</b>						
<b>13.11-17.11</b> «Домашние животные и их детеныши, птицы»	Учить метать мяч в горизонтальную цель двумя руками от груди, пролезать в обруч; упражнять в ходьбе по кругу, беге на носках, прыжках на месте	Ходьба по кругу	Бег на носках	Медленное кружение в обестороны	Прыжки на двух ногах на месте	Пролезание в обруч	Метание мяча в горизонтальную цель двумя руками от груди (расстояние 1,5 – 2м)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предметов)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Мыши и кот»</b>						
<b>20.11-24.11</b> «Дикие животные и их детеныши. Как звери готовятся к зиме»	Учить бегать змейкой, прыгать, продвигаясь вперед; упражнять в ходьбе по бревну, катании мяча друг другу, закреплять умение строиться в круг	Ходьба в колонне по одному	Бег змейкой	Ходьба по бревну с приставлением пятки одной ноги к носку другой	Прыжки с продвижением вперед (расстояние 2 - 3 м)	Ползание на четвереньках вокруг предметов	Катание мяча друг другу	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с лентой)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Найди свой цвет»</b>						
<b>27.11-01.12</b> «Работники детского сада. День матери»	Формировать навыки и умения правильного выполнения упражнений; упражнять в беге с одного края площадки на другой, перестроении в колонну по два, ходьбе на носках; развивать равновесие	Ходьба на носках	Бег с одного края площадки на другой	Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой	Прыжки вокруг предметов	Пролезание в обруч	Катание мяча между предметами	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с мешочками)</b>						
		<b>Подвижная игра (с подлезанием и лазаньем) «Кролики»</b>						

## Декабрь

Тема	Задачи	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазанье	Метание, бросание, ловля	
<b>04.12-08.12</b> <b>«Здравствуй, зимушка зима»</b>	Учить лазать по лестнице – стремянке, метать мяч в горизонтальную цель правой и левой рукой; упражнять в прыжках, беге, ходьбе с высоким подниманием колена	Ходьба с высоким подниманием колена	Бег змейкой	Ходьба по рейке, положенной на пол	Прыжки с продвижением вперед (расстояние 2 – 3 м)	Лазанье по лестнице – стремянке (высота 1,5 м)	Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой (расстояние 1,5 – 2 м)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Бегите к флажку»</b>						
<b>11.12-15.12</b> <b>«Зимующие птицы. Забота о птицах»</b>	Учить бегать в медленном темпе в течение отведенного времени, прыгать через шнур; упражнять в умении строиться в колонну по одному, ползать вокруг предметов на четвереньках	Ходьба на носках	Бег в медленном темпе	Ходьба по ребристой доске (с перешагиванием через предметы)	Прыжки через шнур	Ползание на четвереньках вокруг предметов	Метание мяча в горизонтальную цель двумя руками от груди (расстояние 1,5 - 2 м)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с кубиками)</b>						
		<b>Подвижная игра (с прыжками) «С кочки на кочку»</b>						
<b>11.12-22.12</b> <b>«Как встречают Новый год люди всех земных широт. Дикие животные зимой»</b>	Учить ходить по два, упражнять в ходьбе по бревну, катании мяча в воротца; развивать равновесие	Ходьба по два	Бег в колонне по одному	Ходьба по бревну с приставлением пятки одной ноги к носку другой	Прыжки на двух ногах на месте	Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м)	Катание мяча в воротца (ш: 50 – 60 см)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с флажками)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Поезд»</b>						
<b>25.12-29.12</b> <b>«Новогодние огни приглашают в сказку»</b>	Формировать навыки и умения правильного выполнения упражнений; сохранения устойчивого равновесия при прыжках	Ходьба по два	Бег в медленном темпе	Медленное кружение в обостороны	Прыжки через шнур	Лазанье по лестнице – стремянке (в: 1.5 м)	Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой (расстояние 1,5 – 2 м)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>						
		<b>Подвижная игра (на ориентировку в пространстве) «Угадай, кто кричит»</b>						

## Январь

Тема	Задачи	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазанье	Метание, бросание, ловля							
«Каникулы» 01.01-08.01	Учить ходить по прямой дорожке в разных направлениях, прыгать через предметы, размыкаться и смыкаться; упражнять в умении катать мяч между предметами; развивать ловкость, глазомер	Ходьба в разных направлениях	Бег на носках	Ходьба по прямой дорожке (ш: 15 – 20 см)	Прыжки через предметы (в: 5 см)	Ползание четвереньках на предметах	Катание мяча между предмета							
								<b>Общеразвивающие упражнения (с шишками)</b>						
								<b>Подвижная игра (с бегом) «Бегите ко мне»</b>						
09.01-12.01 «Зимние забавы. Народные традиции. Колядки, святки»	Учить ходить по доске, положенной на пол, бегать по прямой и извилистой дорожкам, метать в вертикальную цель; упражнять в построении в колонну по два, прыжках между предметами	Ходьба по кругу	Бег по прямой и извилистой дорожкам	Ходьба по доске, положенной на пол	Прыжки между предметами	Перелезание через бревно	Метание мяча в вертикальную цель правой и левой рукой (расстояние 1 – 1,5 м)							
								<b>Общеразвивающие упражнения (с обручами)</b>						
								<b>Подвижная игра (с бегом) «Найди свой цвет»</b>						
15.01-19.01 «Зима. Неживая природа зимой»	Учить прыгать через линию;  развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке	Ходьба в разных направлениях	Бег с одного края площадки на другой	Ходьба по гимнастической скамейке с приставлением пятки одной ноги к носку другой	Прыжки через линию	Ползание на четвереньках вокруг предметов	Метание Мяча в горизонтальную цель двумя руками снизу (расстояние 1,5 – 2 м)							
								<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>						
								<b>Подвижная игра (с бегом) «Мыши и кот»</b>						
22.01-26.01 «Обувь. Одежда. Головные уборы»	Упражнять в умении бегать по прямой и извилистой дорожкам; прыгать через предметы, метать предметы в вертикальную цель; развивать ловкость и координацию движений	Ходьба на носках	Бег по прямой и извилистой дорожкам	Ходьба по прямой дорожке (ш: 15 – 20 см)	Прыжки через предметы (5 см)	Пролезание обруч в	Метание мяча в вертикальную цель правой и левой рукой (расстояние 1 – 1,5 м)							
								<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>						
								<b>Подвижная игра (с бегом) «Птички и птенчики»</b>						

## Февраль

Тема	Задачи	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание,лазанье	Метание, бросание, ловля	
29.01-02.02 «Транспорт. Профессии на транспорте. Мебель»	Учить прыгать с высоты, бегать, выполняя задания; развивать устойчивое равновесие при ходьбе по доске	Ходьба с высоким подниманием колена	Бег с выполнением задания	Ходьба по доске, положенной на пол	Спрыгивание с высоты (1,5 м)	Лазанье по гимнастической стенке	Метание мяча в горизонтальную цель двумя руками от груди (расстояние 1,5 – 2 м)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с кубиками)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Автобус»</b>						
05.02-09.02 «Мебель»	Учить ходить врассыпную, ловить мяч; упражнять в умении прыгать через линию, ползать на четвереньках между предметами; развивать чувство равновесия	Ходьба врассыпную	Бег в медленном темпе	Ходьба по ребристой доске (с перешагиванием через предметы)	Прыжки через резлинию	Ползание на четвереньках между предметами	Ловля мяча воспитателя от (расстояние – 70 – 100 см)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с погремушкой)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Птички в гнездышках»</b>						
12.02-16.02 «Семья. Мой дом. Семейное дерево»»	Учить ходить, выполняя задания; упражнять в умении и навыках бегать змейкой, катать мяч друг другу, прыгать из круга в круг	Ходьба с выполнением заданий (с остановкой)	Бег змейкой	Ходьба по прямой дорожке	Прыжки	Ползание на четвереньках по прямой	Катание мяча друг другу	
		<b>Общеразвивающие упражнения (на стульчиках)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Лохматый пес»</b>						
19.02-23.02 «Наши папы. Мужские профессии. День защитника Отечества»	Формировать навыки и умения правильного выполнения упражнений; упражнять в лазанье по гимнастической скамейке, ловле мяча, прыжках с высоты, развивать ловкость, координацию движений	Ходьба врассыпную	Бег с выполнением заданий	Ходьба по рейке, положенной на пол	Спрыгивание с высоты (15 – 20 см)	Лазанье по гимнастической стенке (1,5 м)	Ловля мяча воспитателя от (расстояние – 70 – 100 см)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с мячом)</b>						
		<b>Подвижная игра (на ориентировку в пространстве) «Найди свое место»</b>						

## Март

Темы	Задачи	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазанье	Метание, бросание, ловля							
26.02-01.03 «Наши мамы. Женские профессии. 8 марта»	Учить бросать и ловить мяч, прыгать через линии (поочередно через каждую), бегать в быстром темпе на расстояние; упражнять в ходьбе с выполнением заданий	Ходьба с выполнением заданий (с остановкой)	Бег в быстром темпе (расстояние 10 м)		Прыжки через линии (поочередно через каждую, 4 – 6 линий)	Перелезание через бревно	Бросание мяча вверх, вниз, об пол, ловля его 2 – 3 раза подряд							
								<b>Общеразвивающие упражнения (с обручем)</b>						
								<b>Подвижная игра (с бегом) «Поезд»</b>						
04.03-08.03 «Весна. Растительный и животный мир весны. Перелетные птицы»	Учить подлезать под препятствия, не касаясь руками пола; упражнять в беге по прямой и извилистой дорожке, прыжках через предметы; учить сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке	Ходьба по два	Бег по прямой и извилистой дорожке	Ходьба гимнастической скамейке приставлением пятки одной ноги к носку другой	Прыжки через предметы (высота 5 см)	Подлезание под препятствие (50 см), не касаясь руками пола	Катание мяча между предметами							
								<b>Общеразвивающие упражнения (с кольцами)</b>						
								<b>Подвижная игра (с бегом) «Птички и птенчики»</b>						
11.03-15.03 «Весна: весна в городе, одежда, обувь весны, правила безопасного поведения»	Учить ходить по лестнице, положенной на пол, упражнять в умении бегать с одного края площадки на другой, лазать по лестнице – стремянке; развивать координацию движений	Ходьба враспынную	Бег с одного края площадки на другой	Ходьба по лестнице, положенной на пол	Прыжки на двух ногах на месте	Лазанье по лесенке – стремянке (высота 150 см)	Катание мяча в воротца (ширина 50 – 60 см)							
								<b>Общеразвивающие упражнения (с флажками)</b>						
								<b>Подвижная игра (с бегом) «Автобус»</b>						
18.03-22.03 «Неделя детской книги. Библиотека»	Формировать навыки и умения правильного выполнения упражнений; упражнять в беге в быстром темпе, прыжках через линии; закреплять умения и навыки ходить в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Бег в быстром темпе	Медленное кружение в обе стороны	Прыжки через линии, поочередно через каждую (4 – 6 линий)	Подлезание под препятствие, не касаясь руками пола (в: 50 см)	Бросание мяча вверх, вниз, об пол, ловля его 2 – 3 раза подряд							
								<b>Общеразвивающие упражнения (с мешочками)</b>						
								<b>Подвижная игра (с бегом) «Найди свой цвет»</b>						
25.03-29.03 «Неделя детской книги. Библиотека»														



## Апрель

Темы	Задачи	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Подлезание, лазанье	Бросание, метание, ловля
01.04-05.04 «Обувь. Одежда. Головные уборы»	Учить прыгать в длину с места через две линии; ходить, выполняя задания; упражнять в беге в медленном темпе, метании мяча в горизонтальную цель	Ходьба с выполнением заданий (с поворотом)	Бег в медленном темпе (60 сек)	Ходьба по лестнице, положенной на пол	Прыжки в длину с места через две линии (расстояние 25 – 30 см)	Лазанье по гимнастической стенке (в: 1,5м)	Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой (расстояние 2.5 – 5 м)
		<b>Общеразвивающие упражнения (с погремушками)</b>					
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Бегите ко мне»</b>					
08.04-12.04 «Человек и части тела, забота о здоровье»	Учить прыгать в длину с места; закреплять умения и навыки катать мяч друг другу, бегать в колонне по одному; развивать равновесие	Ходьба змейкой ( между предметами)	Бег в колонне поодному	Ходьба по прямой дорожке	Прыжки в длину с места (не менее 40см)	Ползание на четвереньках по прямой	Катание мяча друг другу
		<b>Общеразвивающие упражнения (с платочками)</b>					
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Мыши и кот»</b>					
15.04-19.04 «Космос. Земля»	Учить ходить по наклонной доске; упражнять в метании в горизонтальную цель; закреплять умения и навыки строиться в колонну по одному, ползать на четвереньках между предметами	Ходьба с выполнением заданий (с поворотом)	Бег на носках	Ходьба по наклонной доске(высота 30 – 35 см)	Прыжки (через 4 – 6 линий, поочередно черезкаждую)	Ползание на четвереньках между предметами	Метание мяча в горизонтальную цель двумя рукамяснизу (расстояние 2,5 – 5 м)
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>					
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Лохматый пес»</b>					
22.04-26.04 «Посуда. Электроприборы. Бытовая техника. Правила безопасного поведения»	Формировать навыки и умения правильного выполнения упражнений; упражнять в прыжках в длину, ловле мяча, лазанье по лестнице – стремянке, перестроении в колонну по два; развивать чувство равновесия	Ходьба на носках	Бег с выполнением заданий	Ходьба по лестнице, положенной на пол	Прыжки в длину с места через две линии (расстояние 25 – 30 см)	Лазанье по лесенке – Стремянке (в: 1.5 м)	Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70 – 100см)
28.04-02.05 «Неделя безопасности (ОБЖ)»		<b>Общеразвивающие упражнения (с погремушками)</b>					
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Птички в гнездышках»</b>					

## Май

Темы	Задачи	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание,лазанье	Метание, бросание, ловля
<b>06.05-10.05</b> «День победы»	Учить ходить, выполняя задания; упражнять в ходьбе по наклонной доске, бросании и ловле мяча; закреплять умения пролезать в обруч; развивать устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске	Ходьба с выполнением заданий (с приседанием)	Бег в медленном темпе	Ходьба по наклонной доске (высота 30 – 35 см)	Прыжки в длину с места (на расстояние не менее 40 см)	Пролезание в обруч	Бросание мяча вверх, вниз, об пол, ловля его (2 – 3 раза подряд)
		<b>Общеразвивающие упражнения (на скамейке с кубиками)</b>					
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Автобус»</b>					
<b>13.05-17.05</b> «Цветущий май. Полевые и садовые цветы»	Упражнять детей в прыжках с высоты, размыкании и смыкании, закреплять умения и навыки бегать в колонне по одному, перелезть через бревно, ходить в разных направлениях; развивать глазомер	Ходьба в разных направлениях	Бег в колонне по одному	Ходьба по гимнастической скамейке с приставлением пятки одной ноги к носку другой	Прыжки с высоты (15 – 20 см)	Перелезание через бревно	Катание мяча между предметами
		<b>Общеразвивающие упражнения (на стульях)</b>					
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Бегите к флажку»</b>					
<b>20.05-24.05</b> «Насекомые»	Упражнять в ходьбе по прямой дорожке, прыжках в длину с места; закреплять умения и навыки строиться в колонну по одному, бегать на носках, ползать на четвереньках вокруг предметов; развивать ловкость	Ходьба с высоким подниманием колена	Бег на носках	Ходьба по прямой дорожке	Прыжки в длину с места через две линии (расстояние 25 – 30 см)	Ползание на четвереньках вокруг предметов	Катание мяча в воротца (ш: 50 – 60 см)
		<b>Общеразвивающие упражнения (с погремушкой)</b>					
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Поезд»</b>					
<b>27.05-31.05</b> «Мой город Санкт-Петербург. День рождения города»	Формировать навыки и умения правильного выполнения упражнений; упражнять в умении и навыках перестраиваться в колонну по два, метать мяч в вертикальную цель; развивать чувство равновесия	Ходьба с выполнением заданий (с приседанием)	Бег в быстром темпе	Ходьба по ребристой доске (с перешагиванием через предметы)	Прыжки вверх с места с доставанием предмета, подвешенного выше поднятой руки ребенка	Подлезание под препятствие (в: 50 см), не касаясь руками пола	Метание мяча в вертикальную цель (в: 1,2 м) правой и левой рукой (расст. 2,5 – 5 м)
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предметов)</b>					
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Лохматый пес»</b>					

**Средняя группа**  
**Сентябрь**

Тема	Задачи	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазание	Метание, бросание, ловля	
<b>04.09-08.09</b> <b>«До свидания, лето, здравствуй детский сад (начало осени, работники детского сада, ОБЖ в детском саду)»</b>	Учить прыгать на одной ноге, метать предметы на дальность; упражнять в лазанье по гимнастической стенке; совершенствовать умение ходить по ребристой доске	Ходьба на носках	Бег в колонне по одному	Ходьба по ребристой доске	Прыжки на одной ноге (на правой и левой поочередно)	Лазанье по гимнастической стенке	Метание предметов на дальность (не менее 3,5 – 6,5 м)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «У медведя во бору»</b>						
<b>11.09-15.09</b> <b>«В стране маленьких пешеходов (ПДД)»</b>	Учить бегать в колонне по двое, прокатывать обруч друг другу; совершенствовать умение ходить по линии, развивать равновесие	Ходьба с высоким подниманием колена	Бег в колонне подва	Ходьба по линии	Прыжки на месте на двух ногах		Прокатывание обручей друг другу	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с флажками)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Птички и кошка»</b>						
<b>18.09-22.09</b> <b>«Я и моя семья. Мой дом. Новая Ижора. Колпино»</b>	Учить ходить на пятках, прыгать в длину с места; упражнять в ходьбе по бревну, ловле мяча; развивать ловкость и координацию движений	Ходьба на пятках	Бег в разных направлениях	Ходьба по бревну	Прыжки в длину с места (не менее 70 см)	Перелезание через бревно	Ловля мяча от воспитателя	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с мячом)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Самолеты»</b>						
<b>25.09-29.09</b> <b>«Поле. Уборка урожая. Труд людей осенью»</b>	Формировать умения и навыки правильного выполнения движений; упражнять в метании предметов на дальность, в прыжках на одной ноге, беге в колонне по два	Обычная ходьба	Бег в колонне подвое	Ходьба по ребристой доске	Прыжки на одной ноге (на правой и левой поочередно)		Метание предметов на дальность (не менее 3,5- 6м)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с ленточкой)</b>						
		<b>Подвижная игра (на внимание) «Кто ушел?»</b>						

## Октябрь

Темы	Задачи	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание,лазанье	Метание, бросание, ловля	
02.10-06.10 «Сад. Фрукты»	Учить ловить мяч двумя руками, ходить между линиями, непрерывно бегать в медленном темпе в течение определенного времени; упражнять в прыжках в длину с места, ходьбе на пятках; развивать чувство равновесия	Ходьба на пятках	Непрерывный бег в медленном темпе (1 – 1,5 мин)	Ходьба между линиями (расстояние 15 – 10 см)	Прыжки в длину с места (не менее 70 см)	Пролезание в обруч	Ловля мяча двумя руками на расстоянии (1, 5м)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Цветные автомобили»</b>						
09.10-13.10 «Огород. Овощи»	Учить ползать по гимнасти – ческой скамейке на животе, прыгать на месте на двух ногах в чередовании с ходь - бой; упражнять в умении бегать в колонне по двое, прокатывать обруч друг другу	Ходьба по прямой	Бег в колонне по двое		Прыжки на месте на двух ногах в чередовании с ходь -бой	Ползание по гимнастической скамейке на животе	Прокатывание обручей друг другу	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с кеглей)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бросанием и ловлей) «Подбрось – поймай»</b>						
16.10-20.10 «Осень: признаки осени, человек осенью, забота о здоровье»	Учить ходить по веревке, вдоль границ зала, бросать и ловить мяч несколько раз подряд; упражнять в умении метать предметы на дальность, прыгать на одной ноге; развивать глазомер	Ходьба вдоль границ зала	Бег в разных направлениях	Ходьба по веревке	Прыжки на одной ноге ( на правой и левой поочередно)		Бросание мяча вверх. о землю и ловля его двумя руками (3 – 4 раза подряд)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с кубиком)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Солнышко и дождик»</b>						
23.10-27.10 «Осень: признаки осени, дикие животные и птицы осенью, правила безопасного поведения в природе»	Формировать умения и навыки бегать в колонне по два, ходить на пятках; упражнять в ловле мяча, ползании по гимнастической скамейке на животе, прыжках на двух ногах на месте, развивать координацию движений	Ходьба на пятках	Бег в колонне по два	Ходьба между линиями (расстояние 10 – 15 см)	Прыжки на месте на двух ногах в чередовании с ходьбой	Ползание по гимнастической скамейке на животе	Ловля мяча двумя руками на расстоянии ( 1.5 м)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>						
30.10-03.11 «Игрушки. Народные промыслы»		<b>Подвижная игра (с бегом) «У медведя во бору»</b>						

## Ноябрь

Темы	Задачи	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание,лазанье	Метание, бросание,лазанье
<b>06.11-10.11</b> «Моя группа, мой детский сад, мой район, мой город»	Учить ползать по горизонтальной и наклонной доске, равняться по ориентирам; упражнять в ходьбе по веревке, ловле мяча, прыжках в длину с места; развивать ловкость	Обычная ходьба	Бег змейкой	Ходьба по веревке	Прыжки в длину с места (не менее 70 см)	Ползание по горизонтальной и наклонной доске	Ловля мяча (с расст. 1,5 м)
		<b>Общеразвивающие упражнения (с мячом)</b>					
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Ловишки»</b>					
<b>13.11-17.11</b> «Домашние животные и их детеныши, птицы»	Учить отбиванию мяча о землю правой и левой рукой, прыгать с поворотом кругом; совершенствовать навыки и умения в ходьбе между линиями	Ходьба на пятках	Бег на носочках	Ходьба между линиями (расст. 10-15 см)	Прыжки с поворотом кругом	Ползание по гимнастической скамейке на животе	Отбивание мяча о землю правой и левой рукой (5 раз подряд)
		<b>Общеразвивающие упражнения (с флажками)</b>					
		<b>Подвижная игра (с прыжками) «Зайцы и волк»</b>					
<b>20.11-24.11</b> «Дикие животные и их детеныши. Как звери готовятся к зиме»	Учить ходить с мешочком на голове, ползать между предметами; упражнять в умении метать предметы на дальность; развивать ловкость, глазомер	Ходьба с высоким подниманием колена	Бег в колонне по двое	Ходьба с мешочком	Прыжки на одной ноге (правой и левой) поочередно	Ползание между предметами	Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (3 – 4 раза подряд)
		<b>Общеразвивающие упражнения (с платочками)</b>					
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Бездомный заяц»</b>					
<b>27.11-01.12</b> «Работники детского сада. День матери»	Упражнять в умении прыгать с поворотом кругом, ползать по горизонтальной и наклонной доске; развивать равновесие, координацию движения; совершенствовать умение ловить мяч	Ходьба обычная	Бег в колонне по два	Ходьба по линии	Прыжки с поворотом кругом	Ползание по горизонтальной и наклонной доске	Ловля мяча от воспитателя (70 – 100 см)
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>					
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Найди себе пару»</b>					

## Декабрь

Темы	Задачи	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазанье	Метание, бросание, ловля	
04.12-08.12 «Здравствуй, зимушка зима»	Учить прыгать поочередно через линии, перебрасывать мяч; упражнять в умении ходить с мешочком на голове, ползать между предметами; формировать устойчивое равновесие	Ходьба с выполнением заданий	Бег с одного края площадки на другой	Ходьба с мешочком на голове	Прыжки через 4-5 линий поочередно (расст. 40-50 см)	Ползание между предметами	Перебрасывание мяча через препятствия (с расстояния 2 м)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с ленточками)</b>						
		<b>Подвижная игра «Кто ушел?»</b>						
11.12-15.12 «Зимующие птицы. Забота о птицах»	Учить бегать со сменой ведущего, перешагивать через рейки лестницы; упражнять в умении прыгать с поворотом кругом, отбивать мяч о землю правой и левой рукой	Ходьба в разных направлениях	Бег со сменой ведущего	Перешагивание через рейки лестницы (приподнятой на 20 – 25 см от пола)	Прыжки с поворотом кругом	Ползание по горизонтальной и наклонной доске	Отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с обручем)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Лошадки»</b>						
18.12-22.12 «Дикие животные зимой»	Учить прыгать через 2 – 3 предмета поочередно, ползать на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; совершенствовать умение ходить между линиями; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при прыжке	Ходьба на пятках	Непрерывный бег в медленном темпе (1 – 1,5 мин)	Ходьба между линиями (расст. 10 – 15 см)	Прыжки (через 2 – 3 предмета, поочередно через каждый)	Ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони	«Сбей кеглю»	
		<b>Общеразвивающие упражнения</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «У медведя во бору»</b>						
25.12-29.12 «Новогодние огни приглашают в сказку»	Формировать умения и навыки правильного выполнения движений; упражнять в прыжках, беге со сменой ведущего, ловле мяча; совершенствовать умения и навыки ходить, приставляя пятку одной ноги к носку другой	Ходьба с приседанием	Бег со сменой ведущего	Ходьба приставлением пятки одной ноги к носку другой	Прыжки поочередно (через 4 - 5 линий, расстояние между линиями 40 – 50 см)		Ловля мяча (на расстоянии 1,5 м)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с обручем)</b>						
		<b>Подвижная игра (с прыжками) «Зайка серый умывается»</b>						

## Январь

Темы	Задачи	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание,лазанье	Метание, бросание, ловля	
<b>01.01-08.01</b> <b>«Каникулы»</b>	Учить метать предметы в горизонтальную цель, ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы; упражнять в прыжках, ползании на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; совершенствовать умения бегать змейкой; развивать координацию движений	Ходьба с выполнением заданий	Бег змейкой	Ходьба по гимнастической скамейке (с перешагиванием через предметы)	Прыжки (через 2 – 3 предмета поочередно через каждый)	Ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони	Метание в горизонтальную цель (с расст. 2 – 2,5 м) правой и левой рукой	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с мячом)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Зайцы и волк»</b>						
<b>09.01-12.01</b> <b>«Зимние забавы. Народные традиции. Колядки, Святки»</b>	Учить бегать на расстояние со средней скоростью, прыгать с высоты, строиться в колонну потри; упражнять в умении ползать по наклонной доске, формировать устойчивое равновесие вползании по наклонной доске	Ходьба с высоким подниманием колен	Бег на расстояние 40 – 60 см со средней скоростью	Перешагивание через рейки лестницы (приподнятой на 20 – 25 см)	Спрыгивание с высоты (20 – 25 см)	Ползание по горизонтальной и наклонной доске	Перебрасывание мяча через препятствия (расстояние 2 м)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с флажками)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Лошадки»</b>						
<b>15.01-19.01</b> <b>«Зима. Неживая природа зимой. Безопасность зимой»</b>	Учить ползать змейкой, прыгать, продвигаясь вперед, прокатывать мяч друг другу; упражнять в умении бегать со сменой ведущего	Обычная ходьба	Бег со сменой ведущего		Прыжки с продвижением вперед (расстояние 2 – 3 м)	Ползание змейкой	Прокатывание мяча друг другу между предметами	
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Бездомный заяц»</b>						
<b>22.01-26.01</b> <b>«Мой город. Безопасность в городе»</b>	Формировать умения и навыки бегать на расстояние со средней скоростью, прыгать с высоты, ходить по гимнастической скамейке (с перешагиванием через предметы); упражнять в метании в горизонтальную цель; развивать глазомер	Ходьба с высоким подниманием колен	Бег на расстояние со средней скоростью (40 – 60 см)	Ходьба по гимнастической скамейке (с перешагиванием через предметы)	Прыжки (с высоты 20 – 25 см)	Игра «Пастух и стадо»	Метание в горизонтальную цель (с расстояния 2 – 2,5 м) правой и левой рукой	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с ленточкой)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Птички и кошка»</b>						

## Февраль

Темы	Задачи	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазанье	Метание, бросание, ловля	
29.01-02.02 «Транспорт. Профессии на транспорте»	Учить метать в вертикальную цель, ходить по наклонной доске, бегать мелким и широким шагом; упражнять в умении ползать змейкой, прыгать с продвижением вперед; формировать устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске	Ходьба вдоль границ зала	Бег мелким и широким шагом	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз (ш: 15-20 см; в: 30-35 см)	Прыжки с продвижением вперед (расст. 2-3 м)	Ползание змейкой	Метание в вертикальную цель (расст. 1,5 – 2 м, высота центра мишени 1,5 м)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с мячом)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Перелет птиц»</b>						
05.02-09.02 «Мебель. Инструменты»	Учить подлезать под веревку, прыгать ногами вместе, ноги врозь; упражнять в умении отбивать мяч о землю, бегать на расстояние со средней скоростью	Обычная ходьба	Бег со средней скоростью (расстояние 40 – 60 м)		Прыжки: ноги вместе, ноги врозь	Подлезание под веревку (высота 50 см) правым и левым боком	Отбивание мяча о землю правой и левой рукой (5 раз подряд)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с кубиками)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Найди себе пару»</b>						
12.02-16.02 «Семья. Мой дом. «Семейное дерево»»	Учить бегать на расстояние, ходить с изменением направления, ползать на четвереньках на расстояние; упражнять в умении строиться в колонну по три; развивать координацию движений	Ходьба с изменением направления	Челночный бег	Ходьба с мешочком на голове	Прыжки на одной ноге (правой, левой) поочередно	Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 10 м)	Игра «Сбей кеглю»	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с палкой)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «У медведя во бору»</b>						
19.02-23.02 «Наши папы. Мужские профессии. День Защитника Отечества»	Упражнять в умении ходить по наклонной доске, бегать широким мелким шагом, метать в вертикальную цель; развивать равновесие при ходьбе по наклонной доске	Ходьба с высоким подниманием колена	Бег мелким и широким шагом	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15 – 20 см, высота 35 см)	Прыжки с поворотом кругом	Ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони	Метание в вертикальную цель (с расст. 1,5 – 2 м, высота центра мишени 1,5 м)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с обручем)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Зайцы и волк»</b>						



### Март

Темы	Задачи	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание,лазанье	Метание, бросание, ловля	
<b>26.02-01.03</b> <b>« Наши мамы. Женские профессии. 8 марта»</b>	Учить ходить на наружных сторонах стоп, прыгать со скакалкой; упражнять детей в умении подлезать под веревку, прокатывать мяч друг другу между предметами	Ходьба на наружных сторонах стоп	Бег на носках		Прыжки с короткой скакалкой	Подлезание под веревку (высота 50 см), правым и левым боком	Прокатывание мяча друг другу между предметами	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с флажками)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Позвони в погремушку»</b>						
<b>04.03-08.03</b> <b>« Весна. Растительный и животный мир весной. Перелётные птицы»</b>	Учить лазать по гимнастической стенке; закреплять умения ходить по наклонной доске вверх и вниз, прыгать с высоты; формировать устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске	Обычная ходьба	Бег змейкой	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15-20 см, высота 30-35 см)	Прыжки с высоты	Лазанье по гимнастической стенке (перелезание с одного пролета на другой вправо и влево)	Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (3 – 4 раза подряд)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бросанием и ловлей) «Подбрось – поймай»</b>						
<b>11.03-15.03</b> <b>« Весна: весна в городе, одежда, обувь весной, правила безопасного поведения»</b>	Учить поворотам направо, налево, кругом, перешагиванию через набивные мячи; упражнять в умении бегать мелким и широким шагом; развивать равновесие	Ходьба с изменением направления	Бег мелким и широким шагом	Перешагивание через набивные мячи поочередно (5 – 6 ш)	Прыжки ног вместе, ноги врозь		Перебрасывание мяча через препятствия (с расстояния 2 м)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с палкой)</b>						
		<b>Подвижная игра (с ползанием и лазаньем) «Перелет птиц»</b>						
<b>18.03-22.03</b> <b>« Неделя детской книги. Библиотека»</b>	Формировать умения и навыки правильного выполнения движений; упражнять в ходьбе на наружных сторонах стоп, беге со сменой ведущего, прыжках со скакалкой; развивать ловкость	Ходьба на наружных сторонах стоп	Бег со сменой ведущего	Ходьба по гимнастической скамейке (с перешагиванием через предметы)	Прыжки скакалкой	Ползание змейкой	«Подбрось – поймай»	
<b>25.03-29.03</b> <b>« Неделя детской книги. Библиотека»</b>		<b>Общеразвивающие упражнения (с мячом)</b>						
<b>Подвижная игра (с бегом) «Самолеты»</b>								

## Апрель

Темы	Задачи	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание,лазанье	Метание, бросание, ловля	
<b>01.04-05.04</b> <b>«Обувь. Одежда.</b> <b>Головные уборы»</b>	Учить ползать по гимнасти - ческой скамейке, подтяги - ваясь руками, перебрасывать мяч двумя руками из – за головы; развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке	Ходьба в колонне по одному	Челночный бег (3 раза по 1 м)	Перешагивание через набивной мяч (поочередно через 5 мячей )	Прыжки (через 2 – 3 предмета высотой 10 см)	Ползание по гимнастической скамейке с под- тягиванием руками	Перебрасывание мяча двумя руками из – за головы	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с ленточкой)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Лошадки»</b>						
<b>08.04-12.04</b> <b>«Человек и части тела,</b> <b>забота о здоровье»</b>	Учить ходить приставным шагом в сторону, перешагивать через предметы с разными поло – жжениями рук; упражнять в умении лазать по гимнасти – ческой стенке, метать в верти кальную цель; развивать равновесие и глазомер	Ходьба приставным шагом в сторону (налево, направо)	Бег с одного угла площадки на другой	Перешагивание через предметы с разными положениями рук	Прыжки с поворотом кругом	Лазанье по гимнастической стенке (перелезание с одного пролета на другой вправо и влево)	Метание в вертикальную цель (расстояние 1,5 – 2 м)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с кеглей)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Цветные автомобили»</b>						
<b>15.04-19.04</b> <b>«Космос. Земля»</b>	Учить бегать на расстояние 20 м; упражнять в умении перебрасывать мяч через препятствия, ходить по веревке, прыгать на одной ноге; развивать устойчивое равновесие при ходьбепо веревке	Ходьба вдоль границ зала	Бег (на расстояние 20м)	Ходьба по веревке	Прыжки на однойноге (правой и левой поочередно)	Ползание по гимнастической скамейке на животе	Перебрасывание мяча через препятствия (расстояние 2 м)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «У медведя во бору»</b>						
<b>22.04-26.04</b> <b>«Посуда.</b> <b>Электроприборы.</b> <b>Бытовая техника.</b> <b>Правила безопасного</b> <b>поведения»</b> <b>29.04.03.05</b> <b>Неделя безопасности</b> <b>(ОБЖ)</b>	Формировать умения и навыки правильного выполнения движений, упражнять в умении ползать по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками	Ходьба с мешочком на голове	Бег с изменением темпа	Ходьба с приставлением пятки одной ногик носки другой	Прыжки (поочередно через 4 – 5 линий, расстояние 40 – 50 см)	Ползание по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками	Перебрасывание мяча через препятствия (расстояние 2м)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с кубиками)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Птичка и кошки»</b>						

## Май

Тема	Задачи	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазанье	Метание, бросание, ловля	
06.05-10.05 «День Победы»	Упражнять в умении бегать на расстояние, ходить приставным шагом, прыгать в длину с места, прокатывать мяч друг другу; развивать ловкость, глазомер	Ходьба приставным шагом в сторону (вправо, влево)	Бег на расстояние 20м	Перешагивание через набивной мяч (поочередно через 5 мячей)	Прыжки в длину с места (не менее 70 см)	Пролезание в обруч	Прокатывание обручей друг другу	
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Пастух и стадо»</b>						
13.05-17.05 «Цветущий май. Полевые и садовые цветы»	Закреплять умения ходить на пятках, ловить мяч, ползать на четвереньках; развивать координацию движений	Ходьба на пятках	Бег в колонне по одному	Перешагивание через рейки лестницы (приподнятой на 20-25 см)	Прыжки с короткой скакалкой	Ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони	Ловля мяча от воспитателя (70-100 см)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с мячом)</b>						
		<b>Подвижная игра (на внимание) «Кто тише?»</b>						
20.05-24.05 «Насекомые»	Совершенствовать умения и навыки строиться в колонну по три, ходить в разных направлениях, ползать между предметами; развивать ловкость, глазомер	Ходьба в разных направлениях	Бег со сменой ведущего		Прыжки с поворотом кругом	Ползание между предметами	Отбивание мяча о землю правой и левой рукой (5 раз подряд)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с флажками)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Найди себе пару»</b>						
27.05-31.05 «Мой город Санкт-Петербург. День рождения города»	Формировать умения и навыки правильного выполнения движений; совершенствовать умения ходить с мешочком на голове, строиться в колонну под два, бегать с одного угла площадки на другой	Ходьба приставным шагом в сторону (налево и направо)	Бег с одного угла площадки на другой	Ходьба с мешочком на голове	Игра «Лиса в курятнике»	Игра «Котятка и щенята»	«Сбей кеглю»	
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Пастух и стадо»</b>						

**Старшая группа  
Сентябрь**

Тема	Задачи	Построения, перестроения	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазанье	Метание, бросание, ловля	
<b>04.09-08.09</b> «До свидания, лето, здравствуй детский сад (начало осени, профессии в детском саду, ОБЖ в детском саду)»	Учить ходить перекатом с пятки на носок, ползать на четвереньках, толкая головой мяч; упражнять в ходьбе по наклонной доске, бросании и ловле мяча; совершенствовать движений	Построение в круг	Ходьба перекатом с пятки на носок	Бег на носках	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз	Прыжки на одной ноге на месте	Ползание на четвереньках с толканием головой мяча (3-4 м)	Бросание мяча о землю и ловля его	
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>							
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Уголки»</b>							
<b>11.09-15.09</b> «В стране маленьких пешеходов (ПДД)»	Учить ходить по узенькой рейке, прыгать на двух ногах наместе в чередовании с ходьбой; упражнять в умении бегать с высоким подниманием колена, ползать на четвереньках змейкой; способствовать развитию чувства равновесия и координации движений	Построение в шеренгу	Ходьба на наружных сторонах стоп	Бег с высоким подниманием колена	Ходьба по узенькой рейке	Прыжки на двух ногах на месте в чередовании с ходьбой	Ползание на четвереньках змейкой	И/у «Сбей кеглю»	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с мячом)</b>							
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Гуси – лебеди»</b>							
<b>18.09-22.09</b> «Я и моя семья. Колпино. Санкт-Петербург»	Учить ловить мяч двумя руками, ползать между предметами в чередовании с ходьбой; совершенствовать навыки в ходьбе по ребристой доске, развивать равновесие	Повороты: направо, налево, кругом	Обычная ходьба	Бег парами	Ходьба по ребристой доске	Прыжки с короткой скакалкой	Ползание между предметами в чередовании с ходьбой	Ловля мяча двумя руками ( не менее 10 раз подряд)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>							
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Мышеловка»</b>							
<b>25.09-29.09</b> «Поле. Уборка урожая. Откуда хлеб пришел? Труд хлебороба»	Формировать умения и навыки правильного выполнения движений; упражнять в ползании на четвереньках, умения и навыки бегать на носках, строиться в круг; развивать координацию ходьбе перекатом, перебрасывании предметов через препятствия	Построение в колонну по одному	Ходьба перекатом с пятки на носок	Бег змейкой	Ходьба по узенькой рейке	Прыжки с продвижением вперед	Ползание на четвереньках с толканием головой мяча (3-4 м)	Перебрасывание предметов через препятствия (с расстояния 2м)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с гимнастической палкой)</b>							
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Сделай фигуру»</b>							

## Октябрь

Тема	Задачи	Построения, перестроения	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазанье	Бросание, метание, ловля								
02.10-06.10 «Сад. Фрукты. Экзотические фрукты. Труд людей в саду»	Учить бегать в медленном темпе, ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи; упражнять в умении ловить мяч двумя руками, прыгать на двух ногах в чередовании с ходьбой	Построение в колонну по два	Ходьба на пятках	Непрерывный бег в медленном темпе (1,5 – 2 мин).	Ходьба по гимнастической скамейке через набивные мячи	Прыжки на двух ногах на месте в чередовании с ходьбой	Ползание на животе с подтягиванием руками	Ловить мяч двумя руками (не менее 10 раз подряд)								
									<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>							
									<b>Подвижная игра (с бегом) «Караси и щука»</b>							
09.10-13.10 «Огород. Овощи. Труд людей в огороде»	Учить ходить на носках, руки за голову, прокатывать в умении Ползать между предметами, строиться в колонну по трое	Построение в колонну по трое	Ходьба на носках (руки за головой)	Бег с высоким подниманием колена	Кружение парами, держась за руки	«Удочка»	Ползание между предметами в чередовании с ходьбой	Прокатывание набивных мячей								
									<b>Общеразвивающие упражнения (с кеглями)</b>							
									<b>Подвижная игра (с бегом) «Бездомный заяц»</b>							
16.10-20.10 «Осень: признаки осени, человек осенью, забота о здоровье»	Учить бегать по наклонной доске вверх и вниз на носках, ходить по гимнастической скамейке с приседанием, ползать, опираясь на предплечья и колени; упражнять в метании предметов на дальность; совершенствовать умение прыгать на двухногах, продвигаясь вперед	Построение в колонну по одному	Ходьба на пятках	Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках	Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием на середине	Прыжки на двухногах с продвижением вперед (расстояние 4м)	Ползание по гимнастической скамейке с опорой на предплечья и колени	Метание предметов на дальность в горизонтальную цель								
									<b>Общеразвивающие упражнения (с большим мячом)</b>							
									<b>Подвижная игра (с бегом) «Хитрая лиса»</b>							
23.10-27.10 «Осень: экосистемы (лес, луг, водоем), правила безопасного поведения в природе»	Формировать умения и навыки правильного выполнения движений; упражнять в умении бегать в медленном темпе, ходить по гимнастической скамейке через препятствия,	Повороты направо, налево, кругом	Ходьба по прямой	Непрерывный бег в медленном темпе (1,5 – 2 мин)	Ходьба по гимнастической скамейке через набивные мячи	«С кочки на кочку»	Ползание под дугу правым и левым боком (высота 50 см)	Прокатывание набивных мячей (1кг)								
									<b>Общеразвивающие упражнения (с малым мячом)</b>							
									<b>Подвижная игра (с бегом) «Гори гори ясно!»</b>							
30.10-03.11 «Народные промыслы. Народные традиции»	прокатывать мячи весом 1 кг; развивать координацию движений, равновесие															

## Ноябрь

Темы	Задачи	Построения, перестроения	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазанье	Метание, бросание, ловля	
<b>06.11-10.11</b> <b>«Дружба. День народного единства</b> <b>Моя страна: Москва – столица России, герб, флаг, гимн. Права детей»</b>	Учить отбивать мяч о землю, прыгать на мягкое покрытие; упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с приседанием на середине; развивать координацию движений	Размыкание, смыкание	Ходьба на носках, руки за головой	Бег с одной ноги на другую	Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием на середине	Прыжки на мягкое покрытие (в: 20 см)	Ползание по гимнастической скамейке с опорой на предплечья и колени	Отбивание мяча о землю с продвижением вперед (6 м)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с обручем)</b>							
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Ловишки»</b>							
<b>13.11-17.11</b> <b>«Домашние животные и их детеныши, птицы. Труд фермера»</b>	Учить перелезать через несколько предметов подряд, метать предметы на дальность; закреплять умения бегать по наклонной доске на носках; развивать равновесие	Построение в колонну	Обычная ходьба	Бег по наклонной доске вверх и вниз		Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (4м)	Перелезание через несколько предметов подряд	Метание предметов на дальность (9м)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с палкой)</b>							
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Мы, веселые ребята»</b>							
<b>20.11-24.11</b> <b>«Дикие животные и их детеныши, птицы средней полосы. Профессия лесника. Как звери готовятся к зиме»</b>	Учить бегать боком приставным шагом, ходить по гимнастической скамейке на носках; упражнять в умении ловить мяч двумя руками, лазать между препятствиями; развивать координацию движений	Перестроение в колонну по три	Ходьба вдоль границы зала	Бег боком приставным шагом	Ходьба по гимнастической скамейке на носках	Игра «Не оставайся на полу»	Ползание между препятствиями в чередовании с ходьбой	Ловля мяча двумя руками (10 р подряд)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с флажками)</b>							
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Перебежки»</b>							
<b>27.11-01.12</b> <b>«Женские профессии. День матери»</b>	Формировать умения и навыки правильного выполнения движений; упражнять в прыжках, отбивании мяча о землю; закреплять навыки в ходьбе по рейке	Построение в круг	Ходьба на наружных сторонах стоп	Бег в рассыпную	Ходьба по узенькой рейке	Прыжки на мягкое покрытие (20 см)	Игра «Кто скорее доберется до флажка»	Отбивание мяча о землю с продвижением вперед (6 м)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>							
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Пустое место»</b>							

## Декабрь

Темы	Задачи	Построения, перестроения	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазанье	Метание, бросание, ловля
04.12-08.12 «Зима. Признаки зимы. /Зимние месяцы»	Учить ходить приставным шагом вправо и влево, прыгать разными способами, размыкаться в колонне навязанные руки, бросать мяч вверх и ловить его с хлопками; упражнять в умении ходить по гимнастической скамейке на носках	Размыкание в колонне на вытянутые руки	Ходьба приставным шагом направо и налево	Бег боком приставным шагом	Ходьба по гимнастической скамейке на носках	Прыжки разными способами (ноги скрестно, ногиврозь)	Перелезание через несколько предметов подряд	Бросание мяча вверх и ловля его с хлопками
		<b>Общеразвивающие упражнения (с обручем)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом)</b>						
11.12-15.12 «Зимующие и перелетные птицы. Забота о птицах»	Учить ходить в колонне по двое, пролезать в обруч разными способами, прыгать в длину с места; закреплять навыки ходьбы на пятках; совершенствовать умения перестраиваться в колонну по три	Перестроение в колонну по трое	Ходьба в колонне по двое	Бег в чередовании с ходьбой	Ходьба по гимнастической скамейке с раскладыванием и собиранием предметов	Прыжки в длину с места	Пролезание в обруч разными способами	«Охотники и зайцы»
		<b>Общеразвивающие упражнения (с кубиком)</b>						
		<b>Подвижная игра (с прыжками) «Удочка»</b>						
18.12-22.12 «Обувь. Одежда. Головные уборы»	Учить ходить по наклонной доске на носках, равняться в затылок; упражнять в прыжках на мягкое покрытие; закреплять умение ползать на четвереньках, толкая мяч головой	Равнение в затылок	Ходьба на наружных сторонах стопы	Бег с высоким подниманием колена	Ходьба по наклонной доске на носках	Прыжки на мягкое покрытие (в – 20 см)	Ползание на четвереньках с толканием головой мяча (расстояние 4м)	Прокатывание набивных мячей
		<b>Общеразвивающие упражнения (с мячом)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Кто быстрее»</b>						
25.12-29.12 «Как встречают Новый Год люди всех земных широт»	Формировать умения и навыки правильного выполнения движений; упражнять в прыжках различными способами, ходьбе в колонне по двое, бросании мяча вверх и ловле его с хлопками; совершенствовать умения ходить по наклонной доске вверх и вниз	Размыкание в колонне на вытянутые руки вперед	Ходьба в колонне по двое	Бег в рассыпную	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз	Прыжки разными способами (ноги скрестно, ногиврозь)	Игра «Медведь и пчелы»	Бросание мяча вверх и ловля его с хлопками
		<b>Общеразвивающие упражнения (с обручем)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Затейники»</b>						

## Январь

Темы	Задачи	Построения, перестроения	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазанье	Метание, бросание, ловля
<b>01.01-08.01</b> «Каникулы»	Учить бегать в среднем темпе, прыгать с высоты в обозначенное место, перебрасывать мяч; упражнять в умении ходить по наклонной доске	Повороты направо, налево, кругом	Ходьба обычная	Непрерывный бег в среднем темпе	Ходьба по наклонной доске на носках	Прыжки в обозначенное место (30 см)	Ползание на четвереньках змейкой	Перебрасывание мяча из одной руки в другую
		<b>Общеразвивающие упражнения (с палкой)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Гуси – лебеди»</b>						
<b>09.01-12.01</b> «Зимние забавы. Народные традиции. Колядки, Святки Безопасность зимой»	Учить бегать с высоким подниманием бедра, ходить по гимнастике – чешской скамейке боком, ходить в колонне потрое; упражнять в прыжках разными способами, метании предметов на дальность	Равнение в затылок	Ходьба в колонне потрое	Бег с высоким подниманием бедра	Ходьба по гимнастической скамейке (прис-тавным шагом) с мешочком на голове	Прыжки разными способами (ноги скрестно, ноги врозь)	Пролезание в обруч разными способами	Метание предметов на дальность (9м)
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Мы, веселые ребята»</b>						
<b>15.01-19.01</b> «Животные Севера. Арктика и Антарктика»	Учить прыгать через скакалку, размыкаться навьтянутые руки в стороны, лазать по гимнастической стенке с изменением темпа, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, развивать равновесие	Размыкание в шеренге на вытянутые руки	Ходьба приставным шагом вправо влево	Непрерывный бег в течение (1,5 –2 м) в медленном темпе	Ходьба по гимнастической скамейке с раскладыванием и собиранием предметов	Прыжки через короткую скакалку	Лазанье по гимнастической стенке (в-2,5 м) с изменением темпа	Игра «Брось флажок»
		<b>Общеразвивающие упражнения (с малым мячом)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Затейники»</b>						
<b>22.01-26.01</b> «Санкт-Петербург. День снятия блокады»	Формировать умения и навыки правиль- ного выполнения движений; упражнять в перебрасывании мяча из одной руки в другую, ходьбе в колонне потрое, прыжках с высот в обозначенное место	Перестроение в круг	Ходьба в колонне потрое	Бег в рассыпную	Ходьба по гимнастической скамейке с прис-седанием на середине	Прыжки в обозначенное место (30см)	«Пожарные на учениях»	Перебрасывание мяча из одной руки в другую
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Мышеловка»</b>						



## Февраль

Темы	Задачи	Построения, перестроения	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазанье	Бросание, ловля	
<b>29.01-02.02</b> <b>«Транспорт. Профессии на транспорте. История транспорта»</b>	Учить перебрасывать мяч друг другу из разных исходных положений, прыгать в длину с разбега; упражнять в ходьбе по наклонной доске, лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа	Размыкание в шеренге на вытянутые руки в стороны	Ходьба приставным шагом вправо и влево	Непрерывный бег в среднем темпе	Ходьба по наклонной доске боком с мешочком на голове	Прыжки в длину с разбега	Лазанье по гимнастической стенке (2,5 м) с изменением темпа	Перебрасывание мяча друг другу из разных исходных положений	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с обручем)</b>							
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Встречные перебежки»</b>							
<b>05.02-09.02</b> <b>«Мебель (аксессуары). Инструменты»</b>	Учить ходить вдоль стен зала с поворотом, перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой; упражнять в прыжках на двух ногах в чередовании с ходьбой, в метании предметов; развивать ловкость, глазомер	Перестроение в три колонны	Ходьба вдоль стен зала с поворотом	Челночный бег (3 раза по 10 м)		Прыжки на двух ногах на месте в чередовании с ходьбой	Перелезание с одного пролета на другой	«Попади в обруч»	
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>							
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Уголки»</b>							
<b>19.02-23.02</b> <b>«Семья, семейные традиции. Родословная»</b>	Учить прыгать в высоту с места прямо и боком, поворотам кругом переступанием; упражнять в метании предметов на дальность, ползать через несколько предметов подряд	Повороты кругом переступанием	Ходьба обычная	в среднем темпе	Ходьба по гимнастической скамейке через набивные мячи	Прыжки в высоту с места прямо и боком (через 5-6 предметов поочередно)	Ползание через несколько предметов подряд	Метание предметов на дальность (9 м)	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с флажками)</b>							
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Ловишки»</b>							
<b>26.02-01.03</b> <b>«День Защитника Отечества. Военный транспорт. Военные профессии»</b>	Формировать умения и навыки правильного выполнения движений; упражнять в перебрасывании мяча друг другу из разных исходных положений, прыжках в длину с разбега; совершенствовать навыки и умения ходить по наклонной доске на носках	Повороты направо, налево. кругом	Ходьба на пятках	по двое в колонне	Ходьба по наклонной доске на носках	Прыжки в длину с разбега (100 см)	Перелезание с одного пролета на другой	Перебрасывание мяча друг другу из разных исходных положений и построений	
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>							
		<b>Подвижная игра (эстафета) «Пронеси мяч»</b>							

Март

Темы	Задачи	Построения, перестроения	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазанье	Бросание, ловля
04.03-08.03 «Наши мамы. 8 марта»	Учить ходить по гимнастической скамейке спрокатыванием перед собой мяча, пролезать между рейками; упражнять в прыжках через скакалку, перебрасывании мяча из одной руки в другую	Повороты кругом с переступанием	Ходьба вдоль стенозала с поворотом	Челночный бег (3 раза по 10 м)	Ходьба по гимнастической скамейке с прокатыванием перед собой мяча двумя руками	Прыжки через короткую скакалку	Ползание между рейками	Перебрасывание мяча из одной руки в другую
		<b>Общеразвивающие упражнения (с мячом)</b> <b>Подвижная игра (с бегом) «Караси и щука»</b>						
11.03-15.03 «Весна. Изменения в природе. Растительный и животный мир весной. Перелётные птицы. Весенние сельскохозяйственные работы»	Учить ходить, выполняя различные задания, метать предметы с расстояния; упр. в ходьбе по гимнастической скамейке с раскладыванием и собиранием предметов, лазать по лестнице с изменением темпа; совершен. Умение бегать на носках	Равнение в затылок	Ходьба с выполнением различных заданий	Бег на носках	Ходьба по гимнастической скамейке с раскладыванием и собиранием предметов	Прыжки в высоту с места прямо и боком	Лазанье по гимнастической стенке (в: 2,5м), с изменением темпа	Метание предметов в цель с расстояния (3 – 4 м)
		<b>Общеразвивающие упражнения (с кольцом)</b> <b>Подвижная игра (с бегом) «Сделай фигуру»</b>						
18.03-22.03 «Экосистемы: водоёмы, их обитатели. Правила безопасного поведения на воде»	Учить бегать на скорость, перебрасывать мяч с отскоком от земли; упражнять в прыжках разными способами; совершенствовать умение ходить на носках, руки за головой	Размыкание в колонне на вытянутые руки в стороны	Ходьба на носках (руки за голову)	Бег на скорость (20 м)	Кружение парами, держась за руки	Прыжки разными способами (ноги скрестно, ноги врозь)	Пролезание в обруч разными способами	Перебрасывание мяча с отскоком от земли
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b> <b>Подвижная игра (с бегом) «Хитрая лиса»</b>						
25.03-29.03 «Неделя детской книги. Библиотека. Профессия библиотекарь»	Формир. умения и навыки прав. Выполн. движений; упражнять умение пролезать между рейками, ходить с прокатыванием перед собой мяча, совершен. умение ходить вдоль стен зала с поворотами	Повороты кругом с переступанием	Ходьба вдоль стен зала с поворотами	Челночный бег (3 раза по 10 м)	Ходьба по гимнастической скамейке с прокатыванием перед собой мяча двумя руками	Игра «Кто лучше прыгает?»	Ползание между рейками	Игра «Мяч водящему»
		<b>Общеразвивающие упражнения (с мячом)</b> <b>Подвижная игра (с бегом) «Ловишки»</b>						

## Апрель

Темы	Задачи	Построения, перестроения	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазанье	Метание, бросание, ловля								
01.04-05.04 «Животные жарких стран. Африка»	Учить прыгать через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад; упражнять в умении перелазать с одного пролета на другой; совершенствовать умение ходить по наклонной доске боком с мешочком на голове, развивать равновесие	Перестроение в три колонны	Ходьба в колонне по одному	Бег в рассыпную	Ходьба по наклонной доске боком (с мешочком на голове)	Прыжки через скакалку с вращением ее вперед и назад	Перелазание с одного пролета на другой	Метание предметов в цель								
									<b>Общеразвивающие упражнения (с кеглями)</b>							
									<b>Подвижная игра (с бегом) «Гуси – лебеди»</b>							
08.04-12.04 «Человек и части тела, ЗОЖ»	Учить бегать на скорость; упражнять в умении прыгать в длину с разбега, отбивать мяч о землю; совершенствовать умения и навыки в ходьбе по гимнастической скамейке с приседанием посередине	Построение в круг	Ходьба с выполнением различных заданий	Бег на скорость (30 м)	Ходьба по гимнастической скамейке (с приседанием посередине)	Прыжки в длину с разбега	Игра «Медведи пчелы»	Отбивание мяча о землю с продвижением вперед (на расстоянии 5 – 6 м)								
									<b>Общеразвивающие упражнения (с кубиками)</b>							
									<b>Подвижная игра (с бегом) «Бездомный заяц»</b>							
15.04-19.04 «Космос. Земля. Солнечная система»	Учить поворотам кругом (прыжком); упражнять в умении ползать на четвереньках, толкая мяч головой; совершенствовать умения бегать по наклонной доске на носках, прыгать в длину с места	Повороты кругом (прыжком)	Ходьба от одного края зала до другого	Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках	Ходьба по узенькой рейке	Прыжки в длину с места (90 см)	Ползание на четвереньках с толканием головой мяча (4 м)	Бросание мяча о землю и ловля двумя руками (не менее 10 раз подряд)								
									<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>							
									<b>Подвижная игра (с бегом) «Мы веселые ребята»</b>							
22.04-26.04 «Посуда. Электроприборы. Бытовая техника. Правила безопасного поведения»	Формировать умения и навыки правильного выполнения движений; упражнять в беге на скорость, метании предметов в центр мишени; совершенствовать умения и навыки прыгать на мягкое покрытие, ходить по наклонной доске	Повороты кругом с переступанием	Обычная ходьба	Бег на скорость (30 м)	Ходьба по наклонной доске	Прыжки на мягкое покрытие (в: 20 см)	Ползание по гимнастической скамейке с опорой на предплечья и колени	Метание предметов в цель								
									<b>Общеразвивающие упражнения (с обручем)</b>							
29.04-03.05 «Неделя безопасности (ОБЖ)»																
<b>Подвижная игра (с бегом) «Пустое место»</b>																

## Май

Темы	Задачи	Построения, перестроения	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазание	Метание, бросание, ловля	
06.05-10.05 «Наша Родина – Россия Столица нашей родины-Москва День Победы. Города-герои»	Учить бегать с препятствиями, прыгать через длинную скакалку; упражнять в умении бросать и ловить с хлопком мяч; совершенствовать умение строиться в колонну по одному	Построение в колонну по одному	Ходьба в колонне по два	Бег с препятствиями		Прыжки через длинную скакалку	Ползание по гимнастической скамейке с подтягиванием руками	Бросание мяча вверх и ловля его с хлопками	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с мячом)</b>							
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Сделай фигуру»</b>							
13.05-17.05 «Цветущий май. Полевые и садовые цветы. Флористика»	Учить бегать мелким и широким шагом, бросать мяч левой и правой рукой, перебрасывать мяч различными способами; упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке	Перестроение в колонну по два	Ходьба с высоким подниманием бедра	Бег мелким и широким шагом	Ходьба по гимнастической скамейке с раскладыванием и собиранием предметов	Прыжки через скакалку с вращением ее вперед, назад	Игра «Пожарные на учениях»	Перебрасывание мяча различными способами	
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>							
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Гори, гори ясно!»</b>							
20.05-24.05 «Насекомые»	Упражнять в умении ползать на четвереньках через несколько предметов подряд, совершенствовать умения и навыки ходить по наклонной доске боком	Равнение в затылок	Ходьба перекатом с пятки на носок	Челночный бег (3 раза по 10 м)	Ходьба по наклонной доске боком		Перелазание через несколько предметов подряд	Бросание мяча (левой и правой рукой) не менее 4 – 6 раз подряд	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с обручем)</b>							
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Уголки»</b>							
27.05-31.05 «Мой город Санкт-Петербург. День рождения города. История города»	Формировать умения и навыки правильного выполнения движений; упражнять в прыжках через скакалку, беге мелким и широким шагом, перебрасывании мяча различными способами	Перестроение в колонну по три	Ходьба на наружных сторонах стоп	Бег мелким и широким шагом	Кружение парами, держась за руки	Прыжки через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся)	Игра «Кто скорее доберется до флажка?»	Перебрасывание мяча различными способами	
		<b>Общеразвивающиеся упражнения (с короткой скакалкой)</b>							
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Встречные перебежки»</b>							

**Подготовительная группа**

**Сентябрь**

Темы	Задачи	Построения, перестроения	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазанье	Метание, бросание, ловля								
<b>04.09-08.09</b> «До свидания, лето, здравствуй детский сад (начало осени, профессии в детском саду, ОБЖ в детском саду)»	Учить ползать на животе, подтягиваясь руками, отталкиваясь ногами, прыгать на месте на двух ногах разными способами; упражнять в умении ходить по гимнастической скамейке приставным шагом; развивать ловкость	Построение в колонну по одному	Ходьба на носках	Бег в колонне по одному	Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом	Прыжки разными способами (30 – 40 пр.) 3 – 4 раза в чередовании с ходьбой	Ползание на животе по гимнастической скамейке с подтягиванием и отталкиванием руками	Перекатывание мяча разными способами								
									<b>Общеразвивающие упражнения (с малым мячом)</b>							
									<b>Подвижная игра (с бегом) «Совушка»</b>							
<b>11.09-15.09</b> «В стране маленьких пешеходов (ПДД)»	Учить перестраиваться из одной шеренги в две, ходить с набивным мешочком на спине, рас – считываться на первый и второй, метать в движущуюся цель; упражнять в умении перебрасывать мячи разными способами, пролезать в обруч разными способами	Расчет на первый, второй, пере – строение из одной шеренги в две	Ходьба с набивным мешочком на спине	Бег на носках	Ходьба по гимнастической скамейке с перекачиванием перед собой двумя руками	Прыжки с поворотом кругом	Пролезание в обруч разными способами	Метание в горизонтальную цель								
									<b>Общеразвивающие упражнения (с большим мячом)</b>							
									<b>Подвижная игра (с бегом) «Перемени предмет»</b>							
<b>18.09-22.09</b> «Я и моя семья. Колпино. Санкт-Петербург»	Учить перебрасывать мяч через сетку, ходить по гимнастической скамейке приседая на одну ногу, лазать по гимнастической стенке с изменением темпа; закреплять умения ходить с разными положениями рук, сохранять координацию движений	Построение в шеренгу	Ходьба с разным положением рук	Бег с высоким подниманием колена	Прыжки через скакалку с вращением ее вперед и назад	Прыжки через скакалку с вращением ее вперед и назад	Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа	Перебрасывание мяча через сетку								
									<b>Общеразвивающие упражнения (с мячом)</b>							
									<b>Подвижная игра (с бегом) «Ловишки с ленточками»</b>							
<b>25.09-29.09</b> «Поле. Уборка урожая. Откуда хлеб пришел? Труд хлебороба»	Формировать умения и навыки правильного выполнения движений; упражнять в прыжках разным способом, в ползании на животе с подтягиванием руками и отталкиванием ногами; развивать ловкость	Расчет на первый, второй, перестроение из одной шеренги в две	Ходьба на пятках, руки за головой	Бег в рассыпную	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках	Прыжки разными способами (30 прыжков, 3-4 раза в чередовании с ходьбой)	Ползание на животе по гимнастической скамейке с подтягиванием руками и отталкиванием ногами	Перебрасывание мяча из одной руки в другую								
									<b>Общеразвивающие упражнения (на гимнастических скамейках)</b>							
									<b>Подвижная игра (с бегом) «Горелки»</b>							

**Октябрь**

Темы	Задачи	Построения, перестроения	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазанье	Метание, бросание, ловля	
<b>02.10-06.10</b> «Сад. Фрукты. Экзотические фрукты. Труд людей в саду»	Учить подлезать под дугу не - сколькоими способами подряд, ходить по узенькой рейке бокком, развивать равновесие; упражнять в умении бегать в разных направлениях; развивать устойчивое равновесие при ходьбе по рейке	Перестроение в колонну подвое	Ходьба с набивным мешочком на спине	Бег в разных направлениях	Ходьба по узенькой рейке прямо и боком	Игра «Лягушки и цыплята»	Ползание поддугу несколькими способами подряд	Метание на дальность левой и правой рукой	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с рейкой или планкой) (по 4 – 6 человек)</b>							
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Жмурки»</b>							
<b>09.10-13.10</b> «Огород. Овощи. Труд людей в огороде»	Учить бегать, сильно сгибая ноги назад, прыгать с зажатым между ног мешочком с песком; упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, приседая на одну ногу, перебрасывать мяч через сетку, развивать координацию движений	Построение в колонну потрое	Ходьба на наружных сторонах стоп	Бег с сильным сгибанием ног назад	Ходьба по гимн. скамейке с приседанием на однойноге и пронесением другой махом вперед и боком скамейки	Прыжки с продвижением вперед (6 м) с зажатым между ног мешочком с песком	Игра «Ловля обезьян»	Перебрасывание мяча через сетку	
		<b>Общеразвивающие упражнения (на скамейках)</b>							
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Караси и щука»</b>							
<b>16.10-20.10</b> «Осень: признаки осени, человек осенью, забота о здоровье»	Учить ходить приставным шагом вперед и назад, кружиться с закрытыми глазами, прыгать на одной ноге через веревку вперед и назад; развивать умения лазать по гимнастической стенке с изменением темпа, развивать равновесие, ловкость, координацию движения	Расчет на первый, второй, перестроение из одной шеренги в две	Ходьба приставным шагом вперед и назад	Бег мелкими широким шагом	Кружение на одной ноге (с остановкой и выполнением различных фигур)	Прыжки наодной ногечерез веревку, вперед и назад	Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа	«Кто назвал – тот и ловит»	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с веревкой)</b>							
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Гори, гори ясно!»</b>							
<b>23.10-27.10</b> «Осень: экосистемы (лес, луг, водоем)»  <b>30.10-03.11</b> «Народные промыслы. Народные традиции»	Формировать умения и навыки правильного выполнения движений; упражнять в умении ходить по узенькой рейке прямо и боком, подлезать под дугу несколькими способами, прыгать на двух ногах разными способами	Равнение в затылок	Ходьба с изменением направления	Бег со сменой ведущего	Ходьба по узенькой рейке прямо и боком	Прыжки разными способами (по 30 пр., 3– 4 раза в чередовании с ходьбой)	Ползание поддугу несколькими способами подряд (50 см)		
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>							
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Быстро возьми, быстро положи»</b>							

### Ноябрь

Темы	Задачи	Построения, перестроения	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазанье	Метание, бросание, ловля							
<b>06.11-10.11</b> <b>«Дружба. День народного единства</b> <b>Моя страна: Москва – столица России, герб, флаг, гимн. Права детей»</b>	Учить перелазать с одного пролета на другой, ходить по гимнастической скамейке с остановкой и перешагиванием через предметы; закреплять умение строиться в колонну по одному; развивать ловкость	Построение в колонну по одному	Ходьба с изменением направления	Бег на носках	Ходьба по гимнастической скамейке с остановкой и перешагиванием (платки, веревки)	Прыжки с продвижением вперед (6 м) с зажатием между ног мешочком	Перелазание с одного пролета на пролет (поддиагонали)	«Кто самый меткий?»							
								<b>Общеразвивающие упражнения (со скакалкой)</b>							
								<b>Подвижная игра (с бегом) «Быстро возьми, быстро положи»</b>							
<b>13.11-17.11</b> <b>«Домашние животные и их детеныши, птицы. Труд фермера»</b>	Продолжать учить бросать и ловить мяч двумя руками, прыгать через набивные мячи, бегать в течение времени; развивать умение ходить приставным шагом вперед и назад	Повороты направо, налево, кругом	Ходьба приставным шагом вперед и назад	Непрерывный бег (до 3 мин)	Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур)	Прыжки (через набивные мячи)	Игра «Перелет птиц»	Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками							
								<b>Общеразвивающие упражнения (с большим обручем)</b>							
								<b>Подвижная игра (с бегом) «Кто скорее докатит обруч до флажка»</b>							
<b>20.11-24.11</b> <b>«Дикие животные и их детеныши, птицы средней полосы. Профессия лесника. Как звери готовятся к зиме»</b>	Учить ползать под гимнастическую скамейку несколькими способами подряд, бегать с различными заданиями, метать на дальность правой и левой рукой; развивать глазомер	Размыкание и смыкание	Ходьба на носках	Бег с различными заданиями	Ходьба по гимнастической скамейке с прокатыванием перед собой мяча двумя руками	Прыжки на одной ноге через веревку вперед, назад	Подлезание под гимнастическую скамейку несколькими способами подряд	Метание на дальность левой и правой рукой (6-12 м)							
								<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>							
								<b>Подвижная игра (с бегом) «Совушка»</b>							
<b>27.11-01.12</b> <b>«Женские профессии. День матери»</b>	Упражнять в умении бросать мяч вверх, о землю и ловить его двумя руками, перелазать с одного пролета на другой (по диагонали); ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы; развивать координацию движений, равновесие	Перестроение в колонну по трое	Бег (чередовать)	Ходьба (чередовать)	Ходьба по гимнастической скамейке с остановкой и перешагиванием (платки, веревочки)	Игра «Лягушата и цыплята»	Перелазание с одного пролета на другой пролет (по диагонали)	Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 20р)							
								<b>Общеразвивающие упражнения (с мячом)</b>							
								<b>Подвижная игра (с бегом) «Коршун и наседка»</b>							

**Декабрь**

Темы	Задачи	Построения, перестроения	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазанье	Метание, бросание, ловля								
04.12-08.12 «Зима. Признаки зимы. /Зимние месяцы»	Учить прыгать вверх из глубокого приседа, ходить по гимнастической скамейке, ползать на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; упражнять в метании на дальность правой и левой рукой	Построение в шеренгу	Ходьба широким и мелким шагом	Бег с сильным сгибанием ног назад	Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием и поворотом кругом	Прыжки вверх из глубокого приседа	Игра «Кто скорее доберется до флажка?»	Игра «Кто самый меткий?»								
									<b>Общеразвивающие упражнения (с обручем)</b>							
									<b>Подвижная игра (с бегом) «Ловишки с ленточками»</b>							
11.12-15.12 «Зимующие и перелетные птицы. Забота о птицах»	Учить ползать на спине по гимнастической скамейке; упражнять в метании на дальность правой и левой рукой, развивать чувство равновесия, глазомер	Построение в колонну по двое	Ходьба приставным шагом вперед и назад	Бег на носках		Прыжки через набивные мячи (6 – 8)	Ползание на спине по гимнастической скамейке с подтягиванием руками и отталкиванием ногами	Метание на дальность (6 – 12 м) левой и правой рукой								
									<b>Общеразвивающие упражнения</b>							
									<b>Подвижная игра (с бегом) «Жмурки»</b>							
18.12-22.12 «Обувь. Одежда. Головные уборы»	Учить прыгать на мягкое покрытие с разбега, бросать и ловить мяч одной рукой, перестраиваться из одного круга в несколько; упражнять в прыжках с разбега; совершенствовать умение ходить в колонне по одному	Перестроение изодного круга в несколько	Ходьба в колонне по одному	Бег с разными заданиями	Ходьба по гимнастической скамейке с присоединением и поворотом кругом	Прыжки на мягкое покрытие с разбега (40 см)	Ползание под дугу несколькими способами подряд (35 – 50 см)	Бросание и ловля мяча одной рукой (10 раз)								
									<b>Общеразвивающие упражнения (с веревкой в обеих руках внизу)</b>							
									<b>Подвижная игра (с бегом) «Два мороза»</b>							
25.12-29.12 «Как встречают Новый Год люди всех земных широт»	Формировать умения и навыки правильного выполнения движений; упражнять в умении ходить по гимнастической скамейке, приседая на одну ногу; совершенствовать умение в перебрасывании мяча различными способами подряд; развивать ловкость	Размыкание и смыкание	Ходьба змейкой	Бег обычный	Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием на одной ноге и пронесением другой махом вперед и сбоку скамейки	Прыжки на одной ноге через веревку и назад	Лазанье по гимнастической стенке и с изменением темпа	Перебрасывание мяча различными способами								
									<b>Общеразвивающие упражнения</b>							
									<b>Подвижная игра (с бегом) «Бездомный заяц»</b>							



## Январь

Темы	Задачи	Построения, перестроения	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазанье	Метание, бросание, ловля								
01.01-08.01 «Каникулы»	Учить бегать, выбрасывая прямые ноги вперед, метать в цель, стоя на коленях. прыгать в длину с места; упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке; совершенствовать умения ползать по бревну; развивать чувство равновесия	Перестроение в колонну по три	Ходьба змейкой	Бег с выбрасыванием прямых ног вперед	Ходьба по гимнастической скамейке с остановкой и перешагиванием через предметы	Прыжки в длину с места (100см)	Ползание на четвереньках по доске	Метание в цель из положения стоя на коленях								
									<b>Общеразвивающие упражнения (с палкой)</b>							
									<b>Подвижная игра (с бегом) «Чье звено скорее соберется?»</b>							
09.01-12.01 «Зимние забавы. Народные традиции. Колядки, Святки Безопасность зимой»	Учить ходить с поворотом, ползать по гимнастической стенке; упражнять в прыжках вверх из глубокого приседа, перестроении из одного круга в несколько, развивать равновесие	Перестроение из одного круга в несколько	Ходьба с поворотами	Бег с высоким подниманием колена	Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием и поворотом кругом	Прыжки вверх из глубокого приседа	Лазанье по гимн. скамейке с использованием пере крестного и одноименного движения рук и ног	Бросание мяча вверх, о землю и ловля его одной рукой (10 р)								
									<b>Общеразвивающие упражнения (с мячом)</b>							
									<b>Подвижная игра «Ловишки с ленточками»</b>							
15.01-19.01 «Животные Севера. Арктика и Антарктика»	Учить прыгать на одной ноге вправо, влево. бегать с мячом по доске, перестраиваться в колонну по четыре; упражнять в умении ползать на спине по гимнастической скамейке; развивать координацию движений	Перестроение в колонну по четыре	Ходьба с высоким подниманием колена	Бег с мячом по доске, в чередовании с ходьбой	Ходьба по узенькой рейке прямо и боком	Прыжки на одной ноге через линию вправо, влево	Ползание на спине по гимн. скамейке с подтягиванием руками и отталкиванием ногами	Перебрасывание мяча через сетку								
									<b>Общеразвивающие упражнения (с палкой)</b>							
									<b>Подвижная игра (с бегом) «Догони свою пару»</b>							
22.01-26.01 «Санкт-Петербург. День снятия блокады»	Формировать умения и навыки Правильного выполнения движений; упражнять в умении прыгать с разбега, бросать и ловить мяч, ходить приставным шагом вперед, назад	Перестроение в колонну по одному	Ходьба приставным шагом вперед, назад	Бег со сменой ведущего	Ходьба по наклонной доске вверх, вниз на носках	Прыжки на Мягкое покрытие с разбега (40 см)	Игра «Пожарные на учениях»	Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (20 р)								
									<b>Общеразвивающие упражнения</b>							
									<b>Подвижная игра (с бегом) «Краски»</b>							

### Февраль

Темы	Задачи	Построения, перестроения	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазанье	Метание, бросание, ловля
29.01-02.02 «Транспорт. Профессии на транспорте. История транспорта»	Учить прыгать в длину с разбега, отбивать мяч в движении; упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке боком приставным шагом; развивать ловкость	Равнение в колонне	Ходьба на носках	Бег непрерывный (до 3 мин)	Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом	Прыжки в длину с разбега (190 см)	Лазанье по гимнастической стенке с использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног	Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении
		Общеразвивающие упражнения (с мячом)						
		Подвижная игра (с бегом) «Совушка»						
05.02-09.02 «Мебель (аксессуары). Инструменты» 19.02-23.02 «Семья, семейные традиции. Родословная» 26.02-01.03 «День Защитника Отечества. Военный транспорт. Военные профессии»	Учить бегать со средней скоростью; упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с приседанием на одной ноге и пронесением другой сбоку; развивать равновесие	Перестроение в колонну по четыре	Ходьба широким и мелким шагом	Бег со средней скоростью в чередовании с ходьбой	Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием на одной ноге и протягиванием вперед и сбоку скамейки	Прыжки в длину с места (100 см)	Подлезание под дугу разными способами подряд	Метание в цель из положения стоя на коленях
		Общеразвивающие упражнения (с лентой)						
		Подвижная игра (с бегом) «Гори, гори ясно!»						
29.01-02.02 «Транспорт. Профессии на транспорте. История транспорта»	Учить подпрыгивать на двухногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед, перебрасывать набивные мячи, размыкаться и смыкаться приставным шагом	Размыкание и смыкание приставным шагом	Ходьба на пятках, руки за головой	Бег с высоким подниманием колена		Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед	Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа	Перебрасывание набивных мячей
		Общеразвивающие упражнения (с кеглями)						
		Подвижная игра (с бегом) «Два Мороза»						

05.02-09.02 «Мебель (аксессуары). Инструменты»	Формировать умения и навыки правильного выполнения движений; упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке боком приставным шагом, отбивании мяча в движении, прыгать разными способами	Перестроение изодного круга в несколько	Ходьба на наружных сторонах стоп	Бег с мячом в чередовании с ходьбой	Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом	Прыжки разными способами (30 п, 4 р) в чередовании с ходьбой	Игра «Перелет птиц»	Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении
		Общеразвивающие упражнения (без предмета)						
		Подвижная игра (с бегом) «Перемени предмет»						

### Март

Темы	Задачи	Построения, перестроения	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазание	Метание, бросание, ловля
04.03-08.03 «Наши мамы. 8 марта»	Учить ходить по гимнастической скамейке, поднимая прямую ногу, и делать под ней хлопок, бегать со скакалкой, метать в цель из разных положений; развивать ловкость и глазомер	Повороты направо, налево, кругом	Ходьба с разным положением рук	Бег со скакалкой	Ходьба по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги и выполнением подней хлопка	Прыжки (через 6 – 8 набивных мячей)	Подлезание в обруч разными способами	Метание в цель из разных положений (сидя, стоя, стоя на коленях)
		Общеразвивающие упражнения (с обручем)						
		Подвижная игра (с бегом) «Ловишки с ленточками»						
11.03-15.03 «Весна. Изменения в природе. Растительный и животный мир весной. Перелётные птицы. Весенние сельскохозяйственные работы»	Учить перебрасывать мячи друг другу на расстоянии; закреплять навыки и умение ползать на спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами	Построение в колонну по три	Ходьба с высоким подниманием колена	Непрерывный бег в течение 2 – 3 минут	Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных заданий)	Прыжки на одной ноге через линию (ленту) вправо, влево	Ползание на спине по гимнастической скамейке с подтягиванием руками и отталкиванием ногами	Перебрасывание мяча друг другу из – за головы (расстояние 4 м)
		Общеразвивающие упражнения (с лентами)						
		Подвижная игра (с бегом) «Краски»						

18.03-22.03 «Экосистемы: водоёмы, их обитатели. Правила безопасного поведения на воде»	Учить ходить в полуприседе, бросать мяч вверх, с хлопком и поворотом; упражнять в ходьбе с набивным мешочком на спине, прыжках в длину с разбега со средней скоростью	Расчет на первый-второй и перестроение из одной шеренги в две	Ходьба в полуприседе	Бег со средней скоростью в чередовании с ходьбой	Ходьба с набивным мешочком на спине	Прыжки в длину с разбега (190см)		Бросание мяча вверх с хлопком и поворотом	
		<b>Общеразвивающие упражнения (с мешочком)</b>							
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Бездомный заяц»</b>							
25.03-29.03 «Неделя детской книги. Библиотека. Профессия библиотекарь»	Формировать умения и навыки правильного выполнения движений; упражнять в умении прыгать на двух ногах с продвижением вперед, ходить по гимнастической скамейке; развивать равновесие	Размыкание и смыкание приставным шагом	Обычная ходьба	Бег с выбрасыванием прямых ног вперед	Ходьба по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги и выполнением подной хлопка	Прыжки на двух ногах по скамейке с продвижением вперед	Перелезание с одного пролета на пролет по диагонали	Метание на дальность (6 – 12 м) правой и левой рукой	
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>							
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Быстро возьми, быстро положи»</b>							

### Апрель

Темы	Задачи	Построения перестроения	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазанье	Метание, бросание, ловля	
01.04-05.04 «Животные жарких стран. Африка»	Учить ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через ленточку, перебрасывать мяч друг другу, бегать на расстояние; развивать чувство устойчивого равновесия	Перестроение в колонну по одному	Ходьба приставным шагом вперед и назад	Челночный бег	Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через ленточки	Прыжки вверх из глубокого приседа		Перебрасывание мяча друг другу из положения сидя, ноги скрестно	
		<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>							
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Догони свою пару»</b>							
08.04-12.04 «Человек и части тела, ЗОЖ»	Учить прыгать с разбега, бегать с прыжком, закреплять навыки и умения в ходьбе на наружных сторонах	Построение в шеренгу	Ходьба на наружных сторонах стоп	Бег с прыжками	Ходьба по узенькой рейке прямо и боком	Прыжки с разбега	Подлезание под скакалкой несколькими способами подряд	Бросание и ловля мяча одной рукой (не менее 10 раз подряд)	

	стопы	<b>Общеразвивающие упражнения (с лентами)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Горелки»</b>						
<b>15.04-19.04</b> <b>«Космос. Земля.</b> <b>Солнечная система»</b>	Учить ведению мяча в разных направлениях; совершенствовать умения и навыки в ходьбе с мешочком на голове, лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа	Построение вокруг	Ходьба с изменением направления	Бег со сменой ведущего	Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове	Прыжки на одной ноге через веревку (скакалку) и назад	Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа	Ведение мяча в разных направлениях
		<b>Общеразвивающие упражнения (со скакалкой)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Два Мороза»</b>						
<b>22.04-26.04</b> <b>«Посуда.</b> <b>Электроприборы.</b> <b>Бытовая техника.</b> <b>Правила безопасного поведения»</b>	Формировать умения и навыки правильного выполнения движений; упражнять в умении бросать мяч вверх с хлопком и поворотом, прыгать с разбега, развивать координацию движения	Перестроение в колонну по три	Ходьба на носках	Челночный бег (3 – 5 раз по 10 м)	Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через ленточку	Прыжки с разбега	Ползание на четвереньках по доске	Бросание мяча вверх с хлопком и поворотом
<b>Общеразвивающие упражнения (с палкой)</b>								
<b>29.04-03.05</b> <b>«Неделя безопасности (ОБЖ)»</b>		<b>Подвижная игра (с бегом) «Жмурки»</b>						

### Май

Темы	Задачи	Построения, перестроения	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание, лазанье	Метание, бросание, ловля						
<b>06.05-10.05</b> <b>«Наша Родина – Россия</b> <b>Столица нашей родины- Москва</b> <b>День Победы.</b> <b>Города-герои»</b>	Учить прыгать через скакалку парами, метать в движущуюся цель; упражнять в умении ходить по гимнастической скамейке с переступанием и поворотом  ом, развивать равнове	Повороты направо, налево, кругом	Ходьба широким и мелким шагом	Бег на скорость	Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием и поворотом кругом	Прыжки через длинную скакалку парами	Ползание на спине по гимнастической скамейке с подтягиванием руками и отталкиванием ногами	Метание в движущуюся цель						
									<b>Общеразвивающие упражнения (без предмета)</b>					
									<b>Подвижная игра (с бегом) «Коршун и насекомая»</b>					

	сие, координацию движений							
13.05-17.05 «Цветущий май. Полевые и садовые цветы. Флористика»	Учить прыгать через большой обруч; упражнять в ходьбе с другими видами движений; закрепить умение бегать в течение определенного времени	Размыкание и смыкание приставным шагом	Ходьба с другими видами движений	Непрерывный бег в течение (2 – 3 мин)		Прыжки через большой обруч	Подлезание в обруч разными способами	Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении
		<b>Общеразвивающие упражнения (с обручем)</b>						
		<b>Подвижная игра (с бегом) «Чье звено скорее соберется?»</b>						
20.05-24.05 «Насекомые»	Упражнять в перебрасывании мяча друг другу, сидя ноги скрестно; закреплять навыки и умения в ходьбе по наклонной доске,	Расчет на первый и второй, перестроение из одной шеренги в две	Ходьба с выбрасыванием прямых ног вперед	Челночный бег (5 раз по 10 м)	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках	Прыжки через длинную скакалку парами	Лазанье по гимнастической стенке с использованием перекрестного и одноименного движения рук	Перебрасывание мяча друг другу из положения сидя ноги скрестно
		<b>Общеразвивающие упражнения (с большим мячом)</b>						
		<b>Подвижная игра (с лазаньем) «Ловля обезьян»</b>						
27.05-31.05 «Мой город Санкт-Петербург. День рождения города. История города»	Формировать умения и навыки правильного выполнения движений; упражнять в умении прыгать через большой обруч, метать в движущуюся цель; развивать координацию движений	Перестроение в колонну по четыре	Ходьба в полуприседе	Бег на скорость	Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур)	Прыжки через большой обруч (как через скакалку)	Игра «Ловля обезьян»	Метание в движущуюся цель
		<b>Общеразвивающие упражнения</b>						
<b>Подвижная игра (с бегом) «Быстро возьми, быстро положи»</b>								