

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 93 комбинированного вида Невского района Санкт-Петербурга  
(ГБДОУ детский сад № 93 комбинированного вида Невского района Санкт-Петербурга)

РАССМОТРЕНА И ПРИНЯТА  
решением Педагогического Совета  
ГБДОУ детский сад № 93  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
Протокол № 1 от 31.08.2023

УТВЕРЖДЕНА  
приказом заведующего ГБДОУ  
детским садом № 93  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
от 31.08.2023 № 83  
И.Н. Петракова



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
инструктора по физической культуре  
(группы компенсирующей направленности)  
на 2023-2024 учебный год

Разработчик:  
инструктор по физической культуре  
Молтасова Т.С.

Санкт-Петербург – 2023

Содержание
<b>Целевой раздел</b>
Пояснительная записка
Цели и задачи реализации Программы
Принципы и подходы к формированию Программы
Планируемые результаты освоения Программы
Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения планируемых результатов освоения Программы
<b>Содержательный раздел</b>
Содержание образовательной деятельности по реализации образовательной области «Физическое развитие»
Интеграция с другими образовательными областями
Формы, способы, методы и средства реализации Программы
Коррекционно-развивающая работа
Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями обучающихся
<b>Организационный раздел</b>
Психолого-педагогические условия реализации программы
Комплексно-тематическое планирование воспитательно-образовательного процесса
Организация развивающей предметно-пространственной среды
Материально-техническое обеспечение образовательного процесса
Календарный план праздников и досугов
Методическое обеспечение образовательной деятельности
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ.</b>
Перспективное планирование воспитательно-образовательного процесса
Педагогическая диагностика. Карты наблюдений детского развития

## ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

### Пояснительная записка

Рабочая программа (далее - Программа) разработана на основе адаптированной образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ детского сада № 93 комбинированного вида Невского района Санкт-Петербурга (далее – ГБДОУ № 93) в соответствии с Федеральной адаптированной образовательной программой дошкольного образования (далее – ФОП ДО) и Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (далее – ФГОС ДО).

Рабочая программа определяет содержание и организацию воспитательно-образовательного процесса для детей с ТНР и обеспечивает разностороннее развитие с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям «Физическое развитие».

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами: Указ Президента РФ от 7 мая 2018 г. №204 "О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года" (с изменениями и дополнениями).

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 № 273 -ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (Собрание законодательства РФ, 2012, № 53 ст. 7598, 2022, № 41, ст. 6959)

- Приказ Министерства просвещения РФ от 30 сентября 2022 № 874 "Об утверждении Порядка разработки и утверждения федеральных основных общеобразовательных программ"

- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155, с изменением, внесенным приказом Министерства просвещения РФ от 8 ноября 2022 № 955

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", действующий до 1 января 2027 г.

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. N 2 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

- Федеральная образовательная программа дошкольного образования (утвержденная приказом Министерства Просвещения РФ от 25 ноября 2022 г. № 1028)

- Основы государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей, утвержденные Указом Президента РФ от 9 ноября 2022 № 809

- Уставом Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 93 комбинированного вида Невского района (Распоряжение Комитета по образованию от 13.11.2019 № 3355-р).

Реализация Программы осуществляется в процессе разнообразных видов деятельности:

- Образовательную деятельность в процессе организации различных видов детской деятельности.

Образовательная деятельность в ходе режимных процессов.

- Самостоятельная деятельность детей.

- Взаимодействие с семьями детей.

Содержание рабочей программы включает совокупность образовательных областей, которые обеспечивают разностороннее развитие детей с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям – физическое, социально-коммуникативное, познавательное, речевое и художественно-эстетическое развитие.

Срок реализации Программы – 2023-2024 учебный год.

## **Цели и задачи рабочей Программы**

**Цель:** построение целостной системы с активным взаимодействием всех участников педагогического процесса, обеспечивающей оптимальные условия для перехода на новый, более высокий уровень работы по физическому развитию детей, Формированию у них физических способностей и качеств с учетом их психофизического развития, индивидуальных возможностей и склонностей. Обеспечивающей охрану и укрепление здоровья, формирование основ здорового образа жизни.

### **Задачи:**

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

Рабочая Программа предполагает проведение физкультурных занятий 3 раза в неделю в каждой возрастной группе (2 в зале и 1 на улице)

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

1. Индивидуализация образовательных программ дошкольного образования обучающихся с ТНР: предполагает такое построение образовательной деятельности, которое открывает возможности для индивидуализации образовательного процесса и учитывает его интересы, мотивы, способности и психофизические особенности.
2. Развивающее вариативное образование: принцип предполагает, что содержание образования предлагается ребенку через разные виды деятельности с учетом зон актуального и ближайшего развития ребенка, что способствует развитию, расширению как явных, так и скрытых возможностей ребенка.
3. Полнота содержания и интеграция отдельных образовательных областей: в соответствии со Стандартом Программа предполагает всестороннее социально и коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое и физическое развитие обучающихся посредством различных видов детской активности. Деление Программы на образовательные области не означает, что каждая образовательная область осваивается ребенком по отдельности, в форме изолированных занятий по модели школьных предметов. Между отдельными разделами Программы существуют многообразные взаимосвязи: познавательное развитие обучающихся с ТНР тесно связано с речевым и социально-коммуникативным, художественно-эстетическое - с познавательным и речевым. Содержание образовательной деятельности в каждой области тесно связано с другими областями. Такая организация образовательного процесса соответствует особенностям развития обучающихся с ТНР дошкольного возраста.

## **Планируемые результаты освоения рабочей программы по физическому воспитанию и развитию дошкольников**

Старшая группа:

- уметь осознанно, активно, точно, дифференцируя мышечные усилия выполнять физические упражнения (основные движения, общеразвивающие упражнения, музыкально-ритмические движения);
- уметь выполнять спортивные упражнения и элементы спортивных игр;
- развивать самоконтроль, самостоятельность, творчество при выполнении движений;
- воспитывать стремление соблюдать правила в подвижной игре, самостоятельно их организовывать и проводить игры и упражнения со сверстниками и младшими детьми;
- воспитывать патриотические и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх и упражнениях;
- иметь представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
- расширять представления о здоровье и его ценности, правилах здорового образа жизни, туризме как форме активного отдыха, необходимости и способах безопасного поведения в двигательной деятельности, укрепления здоровья и факторах, на него влияющих.

Подготовительная группа:

- продолжать развивать умения: точно, скоординировано, выразительно, технично выполнять физические упражнения в соответствии с возрастом, осуществлять самоконтроль, самооценку, выполнения физических упражнений, замечать ошибки и неточности при выполнении движений, соблюдать правила в подвижных играх;
- продолжать развивать двигательное творчество;
- способствовать формированию осознанной потребности в двигательной активности;
- воспитывать чувство патриотизма, гражданскую идентичность и нравственно-волевые качества в двигательной деятельности;
- расширять и уточнять представления о здоровье, факторах, влияющих на здоровье, средствах его укрепления, активном отдыхе, физкультуре и спорте, спортивных достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок;
- воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей.

### **Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения основной физической программы дошкольного образования.**

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

Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности. Инструментарий для педагогической диагностики — карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка.

Результаты педагогической диагностики используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

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

-оптимизации работы с группой детей.

Процедура отслеживания и оценки результатов развития музыкальности детей проводится 2 раза в год (в сентябре и мае).

## Содержательный раздел

### Содержание образовательной деятельности по реализации образовательной области «Физическое развитие»

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

### Формы, способы, методы и средства реализации Программы

Разделы, (задачи, блоки)	Режимные моменты	Совместная деятельность с педагогами	Совместная деятельность детей	Совместная деятельность с семьёй
Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта	Утренняя гимнастика, упражнения и подвижные игры, интегрированная детская деятельность, проблемная ситуация	подвижные игры, дидактические игры с элементами движения, игры на прогулке, подвижные игры имитационного характера; физкультурные занятия:	Самостоятельные подвижные игры, игры на свежем воздухе	Разъяснять родителям (через оформление соответствующего раздела в «уголке для родителей», на родительских собраниях, в личных беседах, рекомендуя соответствующую литературу) необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического

		<p>игровые, сюжетные, тематические, комплексные, контрольно-диагностические, физкультминутки, ритмическая гимнастика,</p> <p>игры и упражнения под музыку, игровые беседы с элементами движений</p>		<p>развития ребенка; стимулирование двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями (лыжи, коньки, фитнес), совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или лес; создание дома спортивного уголка; информировать родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях детского сада в решении данных задач; создавать в детском саду условия для совместных с родителями занятий физической культурой и спортом,</p> <p>привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятий, организуемых в детском саду</p>
<p>Формирование потребности в двигательной активности и физической совершенствовании</p>	<p>Утренняя гимнастика, упражнения и подвижные игры, интегрированная детская деятельность, проблемная ситуация</p>	<p>Специальные рассказы воспитателя детям об интересных фактах и событиях из спортивной жизни; игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, народных песенок, считалок</p>	<p>Спортивные игры и занятия (катание на санках, лыжах, велосипеде и пр.)</p>	<p>Ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту;</p> <p>привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику (это лучше всего делать на личном примере или через совместную утреннюю зарядку);</p>

				<p>покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, лыжи, коньки, велосипед, самокат и т.д.);</p> <p>совместное чтение литературы, посвященной спорту;</p> <p>просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов; знакомить с лучшим опытом физического воспитания дошкольников в семье и детском саду, демонстрирующим средства, формы и методы развития важных физических качеств, воспитания потребности в двигательной деятельности</p>
--	--	--	--	--

### **Содержание программы образовательной области «Физическое развитие» в старшей группе**

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

- Совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности.
- Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения.
- Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость.
- Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.
- Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий.
- Закреплять умение лазать по гимнастической стенке, меняя темп.
- Совершенствовать умение прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.
- Закреплять умение сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.
- Закреплять умение ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы; кататься на двухколесном велосипеде; кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой); ориентироваться в пространстве.



- Знакомить со спортивными играми и упражнениями, с играми с элементами соревнования, играми-эстафетами.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

- Развивать самостоятельность, творчество; формировать выразительность и грациозность движений.
- Воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.
- Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.
- Приучать, помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь, для физических упражнений, убирать его на место.
- Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им наиболее важные сведения о событиях спортивной жизни страны.
- Проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью 25-30 минут; два раза в год — физкультурные праздники длительностью до 1 часа.
- Во время физкультурных досугов и праздников привлекать дошкольников к активному участию в коллективных играх, развлечениях, соревнованиях.

**Распределение основных движений, спортивных игр и упражнений на учебный год**  
Основные движения

Ходьба	Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий воспитателя. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, веревке (диаметр 1,5-3 см), по наклонной доске прямо и боком, на носках. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом) с мешочком песка на голове. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом). Кружение парами, держась за руки.
Бег	Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедра), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое; змейкой, враспынную, с препятствиями. Непрерывный бег в течение 1,5-2 минут в медленном темпе, бег в среднем темпе на 80-120 м (2-3 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м. Бег на скорость: 20м. примерно за 5-5,5 секунды (к концу года — 30 м за 7,5-8,5 секунды). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком приставным шагом. Кружение парами, держась за руки.

Бросание, ловля, метание.	Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд); одной рукой (правой, левой не менее 4-6 раз); бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли). Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед (на расстояние 5-6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание предметов на дальность (не менее 5-9 м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3-4 м.
Ползание, лазание	Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, пере ползанием через препятствия; ползание на четвереньках (расстояние 3-4 м), толкая головой мяч; ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Пере лазание через несколько предметов подряд, про лазание в обруч разными способами, лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа, пере лазание с одного пролета на другой, про лазание между рейками.
Прыжки	Прыжки двух ног на месте (по 30-40 прыжков 2-3 раза) чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, одна нога вперед — другая назад), продвигаясь вперед (на расстояние 4 м). Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперёд, в высоту с места прямо и боком через 5-6 предметов — поочередно через каждый (высота 15-20 см). Прыжки на мягкое покрытие высотой - 20см, прыжки с высоты 30 см в обозначенное место, прыжки в длину с места (не менее 80 см), в длину с разбега (примерно 100 см), в высоту с разбега (30-40 см). Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).
Построения	Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, по трое; равнение в затылок, в колонне, в шеренге. Размыкание в колонне — на вытянутые руки вперед, в шеренге — на вытянутые руки в стороны. Повороты направо, налево, кругом переступанием, прыжком.

#### Обще развивающие упражнения.

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.	Разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову. Поднимать руки со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх; поднимать руки вверх-назад попеременно,
--	--

	одновременно. Поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы.
Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.	Поднимать руки вверх и опускать вниз, стоя у стены, касаясь ее затылком, плечами, спиной, ягодицами и пятками. Поочередно поднимать согнутые прямые ноги, прижавшись к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. Наклоняться вперед, стоя лицом к гимнастической стенке и взявшись за рейку на уровне пояса; наклоняться вперед, стараясь коснуться ладонями пола; наклоняться, поднимая за спиной сцепленные руки. Поворачиваться, разводя руки в стороны, из положений руки перед грудью, руки за голову. Поочередно отводить ноги в стороны из упора, присев; двигать ногами, скрещивая их из исходного положения лежа на спине. Подтягивать голову и ногу к груди (группироваться).
Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.	Переступать на месте, не отрывая носки ног от пола. Приседать (с каждым разом все ниже), поднимая руки вперед, вверх, отводя их за спину. Поднимать прямые ноги вперед (махом); выполнять выпад вперед, в сторону (держа руки на поясе, совершая руками движения вперед, в сторону, вверх). Захватывать предметы пальцами ног, приподнимать и опускать их; перекладывать, передвигать их с места на место. Переступать приставным шагом в сторону на пятках, опираясь носками ног о палку (канат).
Статические упражнения	Сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках, приседая на носках; сохранять равновесие после бега и прыжков (приседая на носках, руки в стороны), стоя на одной ноге, руки на поясе.

#### Подвижные игры

С бегом	«Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц».
С прыжками	«Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы».
С лазанием, ползанием	«Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».
С бросанием и ловлей	«Охотники и зайцы», «Брось флажок?», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо».

С элементами соревнований	«Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?».
Народные игры	«Гари - гари ясно» и др.

### Содержание программы образовательной области «Физическое развитие»

**в подготовительной группе**

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта

- Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.
- Формировать сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.
- Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.
- Добиваться активного движения кисти руки при броске.
- Закреплять умение быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, круге; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.
- Развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.
- Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.
- Закреплять умение участвовать в разнообразных подвижных играх (в том числе играх с элементами соревнования), способствующих развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве.

• Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять умение сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

- Закреплять умение придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры.
- Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.
- Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).
- Проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью до 40 минут, два раза в год — физкультурные праздники (зимний и летний) длительностью до 1 часа.

### Распределение основных движений, спортивных игр и упражнений на учебный год

Основные движения

Ходьба	Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедр), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полу приседе. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, в рассыпную. Ходьба в сочетании с другими видами движений. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку, Ходьба по узкой
--------	--

	<p>рейке гимнастической скамейки, по веревке (диаметр 1,5-3 см) прямо и боком. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).</p>
Бег	<p>Бег обычный, на носках, высоко поднимая колено, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом. Бег в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с различными заданиями, с преодолением препятствий. Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2-3 минут. Бег со средней скоростью на 80-120 м (2—4 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3—5 раз по 10 м. Бег на скорость: 30 м примерно за 6,5-7,5 секунды к концу года.</p>
Бросание, ловля, метание.	<p>Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Ведение мяча в разных направлениях. Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6-12 м) левой и правой рукой. Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4-5 м), метание в движущуюся цель.</p>
Ползание, лазание	<p>Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Про лазание в обруч разными способами; под лазание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими способами подряд (высота 35-50 см). Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, пере лазанием с пролета на пролет по диагонали.</p>
Прыжки	<p>Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3—4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5-6 м, с зажатым между ног мешочком с песком. Прыжки через 6—8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см). Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега (180-190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25-30 см выше поднятой руки ребенка, с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку по одному, парами, прыжки через большой обруч (как через скакалку). Подпрыгивание на двух ногах, стоя на</p>

	скамейке, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности.
Построения	Построение (самостоятельно в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение 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; равнение в колонне, шеренге, круге; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом

#### Обще развивающие упражнения.

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.	Поднимать руки вверх, вперед, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам. Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки сжаты в кулаки), вперед и в стороны; отводить локти назад (рывки 2-3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч). Вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку; вращать кистями рук. Разводить и сводить пальцы; поочередно соединять все пальцы с большим.
Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.	Опускать и поворачивать голову в стороны. Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх — в стороны из положения руки к плечам(руки из-за головы): наклоняться вперед, поднимая руки вверх, держа руки в стороны. В упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживаясь в этом положении; переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней упоре сзади. Садиться из положения лежа на спине (закрепив ноги) и снова ложиться. Прогибаться, лежа на животе. Из положения лежа на спине поднимать обе ноги одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол). Поочередно поднимать ногу, согнутую в колене; стоя, держась за опору, поочередно поднимать прямую ногу.
Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.	Выставлять ногу вперед на носок скрестно: приседать, держа руки за головой; поочередно пружинисто сгибать ноги (стоя, ноги врозь); приседать из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Выполнять выпад вперед, в сторону; касаться носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной); свободно размахивать ногой вперед-назад, держась за опору. Захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу.

Статические упражнения	Сохранять равновесие, стоя на скамейке, кубе на носках, на одной ноге, закрыв глаза, балансируя на большом набивном мяче (вес 3 кг). Общеразвивающие упражнения, стоя на левой или правой ноге и т.п.
------------------------	---

#### Подвижные игры

С бегом	«Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун и наседка».
С прыжками	«Лягушки и цапля», «Не попадись», «Волк во рву».
С лазанием, ползанием	«Перелёт птиц», «Ловля обезьян».
Эстафеты	«Весёлые соревнования», «Дорожка препятствий».
С элементами соревнований	«Кто скорее добежит через препятствия к флажку?», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?».
Народные игры	«Горелки» и др.

#### Интеграция с другими образовательными областями

Содержание Программы обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей детей в образовательной области «Физическое развитие» интегрировать со всеми образовательными областями: социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие.

##### «Музыкальное развитие»

- Развитие физических качеств в музыкально-ритмической деятельности, использование музыкальных произведений в качестве музыкального сопровождения различных видов детской деятельности и двигательной активности; - Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, формирование представлений о здоровом образе жизни, релаксация;- Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности в различных видах музыкальной деятельности.

##### «Познавательное развитие»

- Расширение кругозора детей в области физической культуры; сенсорное развитие, формирование целостной картины мира в сфере физкультуры и спорта.

«Социально-коммуникативное развитие»

- Развитие свободного общения со взрослыми и детьми в области физической культуры; развитие всех компонентов устной речи в игровой деятельности; практическое овладение воспитанниками нормами речи;

- Формирование представлений о физической культуре и здоровом образе жизни; развитие игровой деятельности; формирование гендерной, семейной, гражданской принадлежности, патриотических чувств, чувства принадлежности к мировому сообществу.

«Художественно-эстетическое развитие»

- Развитие детского творчества, приобщение к различным видам искусства, использование художественных произведений для обогащения содержания занятий по физическому развитию детей.

- Формирование интереса к эстетической стороне окружающей действительности, развитие детского творчества.

«Речевое развитие»

- Использование игровых заданий с целью усиления эмоционального восприятия детской художественной литературы, развитие артикуляционного аппарата, развитие слухового восприятия; развитие активного словаря.

### **Коррекционно-развивающая работа**

Специальные условия для получения образования детьми с тяжелыми нарушениями речи:

Специальными условиями получения образования детьми с тяжелыми нарушениями речи можно считать создание предметно-пространственной развивающей образовательной среды, учитывающей особенности обучающихся с ТНР; использование специальных дидактических пособий, технологий, методики других средств обучения (в том числе инновационных и информационных), разрабатываемых образовательной организацией; реализацию комплексного взаимодействия, творческого и профессионального потенциала специалистов образовательных организаций при реализации АОП ДО; проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий с учителем-логопедом (не реже 2-х раз в неделю) и педагогом-психологом; обеспечение эффективного планирования и реализации в организации образовательной деятельности, самостоятельной деятельности обучающихся с ТНР, режимных моментов с использованием вариативных форм работы, обусловленных учетом структуры дефекта обучающихся с тяжелыми нарушениями речи.

Такой системный подход к пониманию специальных условий образования, обеспечивающих эффективность коррекционно-развивающей работы с детьми, имеющими тяжелые нарушения речи, позволит оптимально решить задачи их обучения и воспитания в дошкольном возрасте.

Коррекционно-развивающая работа с детьми с ТНР основывается на результатах комплексного всестороннего обследования каждого ребенка.

Обследование строится с учетом следующих принципов:

1. Принцип комплексного изучения ребенка с тяжелыми нарушениями речи, позволяющий обеспечить всестороннюю оценку особенностей его развития. Реализация данного принципа



осуществляется в трех направлениях: анализ первичных данных, содержащих информацию об условиях воспитания ребенка, особенностях раннего речевого и психического развития ребенка; изучение медицинской документации, отражающей данные о неврологическом статусе таких обучающихся, их соматическом и психическом развитии, состоянии слуховой функции, получаемом лечении и его эффективности; психолого-педагогическое изучение обучающихся, оценивающее соответствие его интеллектуальных, эмоциональных, деятельностных и других возможностей показателям и нормативам возраста, требованиям образовательной программы; специально организованное логопедическое обследование обучающихся, предусматривающее определение состояния всех компонентов языковой системы в условиях спонтанной и организованной коммуникации.

2. Принцип учета возрастных особенностей обучающихся, ориентирующий на подбор и использование в процессе обследования таких методов, приемов, форм работы и лексического материала, которые соответствуют разным возрастным возможностям обучающихся.

3. Принцип динамического изучения обучающихся, позволяющий оценивать не отдельные, разрозненные патологические проявления, а общие тенденции нарушения речезыкового развития и компенсаторные возможности обучающихся.

4. Принцип качественного системного анализа результатов изучения ребенка, позволяющий отграничить физиологически обоснованные несовершенства речи, выявить характер речевых нарушений у обучающихся разных возрастных и этиопатогенетических групп и, соответственно с этим, определить адекватные пути и направления коррекционно-развивающей работы для устранения недостатков речевого развития обучающихся дошкольного возраста.

### **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 должна дополнять, поддерживать и тактично направлять воспитательные действия родителей (законных представителей) детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов.

Достижение этих целей должно осуществляться 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) способствовать развитию ответственного и осознанного родительства как базовой основы благополучия семьи;
- 4) построение взаимодействия в форме сотрудничества и установления партнерских 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) должно придерживаться следующих принципов:

- 1) приоритет семьи в воспитании, обучении и развитии ребенка: 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 ребенка;
- 2) открытость: для родителей (законных представителей) должна быть доступна актуальная информация об особенностях пребывания ребенка 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 ребенка 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 ребенка, отношении 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 ребенка 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, ее запросах в отношении охраны здоровья и развития ребенка; об уровне психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей); а также планирование работы с семьей с учетом 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 ребенка в группе ДОО; содержании и методах образовательной работы с детьми;

3) консультационное направление объединяет в себе консультирование родителей (законных представителей) по вопросам их взаимодействия с ребенком, преодоления возникающих проблем воспитания и обучения детей, в том числе с ООП в условиях семьи; особенностей поведения и взаимодействия ребенка 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 должно уделяться повышению уровня компетентности родителей (законных представителей) в вопросах здоровьесбережения ребенка.

Реализация данной темы может быть осуществлена в процессе следующих направлений просветительской деятельности:

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

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, ГП- специалистов и других).

Направления деятельности педагога 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, 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 целесообразно использовать 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 ребенком (с учетом 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 ребенка, 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 ребенка, а также согласование совместных действий, которые могут быть предприняты со стороны ДОО и семьи для разрешения возможных проблем и трудностей ребенка 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.

## **Организационный раздел**

### **Комплексно-тематическое планирование воспитательно-образовательного процесса**

**в группах старшего возраста  
2023-2024 учебный год**

Тема	Содержание работы	Период
<b>Сентябрь</b>		
«До свидания лето, здравствуй, детский сад!» День знаний	Развивать у детей познавательную мотивацию, интерес к школе, книгам. Формировать дружеские, доброжелательные отношения между детьми. Продолжать знакомить с детским садом как ближайшим социальным окружением ребенка, расширять представления о профессиях сотрудников детского сада.	1 неделя сентября
Педагогические наблюдения	Наблюдение проявлений ребенка в деятельности и общении с другими субъектами педагогического процесса, а также свободные беседы с детьми.	неделя сентября
<b>Октябрь</b>		
Осень золотая. Деревья.	Обогащать и расширять знания детей об осени, закреплять знания о временах года. Воспитывать бережное отношение к природе.	1 неделя октября
Огород. Овощи	Обогащать и расширять знания детей об овощах.	2 неделя октября
Сад. Фрукты	Обогащать и расширять знания детей о фруктах.	3 неделя октября
Ягоды	Обогащать и расширять знания детей о ягодах наших садов и лесов.	3 неделя октября
Грибы	Обогащать и расширять знания детей о грибах.	4 неделя октября
<b>Ноябрь</b>		
Птицы	Обогащать и расширять у детей представления о перелетных и зимующих птицах.	1 неделя ноября
Домашние животные и птицы	Обогащать и расширять знания детей о животных и птицах. Напомнить правила безопасного поведения при общении с животными и птицами, стимулировать проявление добрых чувств и отношения к домашним животным.	2 неделя ноября
День толерантности (в режимных моментах)	Воспитание терпимости к другим, чьи вкусы, привычки, взгляды отличаются от собственных, поможет дошкольникам найти общий язык не только со сверстниками, педагогами, родителями, но и с представителями других культур	3 неделя ноября
День правовой помощи детям (в режимных моментах)	20.11.1959 г. - принятие Декларации прав ребёнка. День правовой помощи детям должен включать: просвещение, выявление нарушения прав ребёнка, формирование активной позиции и организацию помощи ребёнку в трудной ситуации.	3 неделя ноября
Дикие животные	Расширять представления детей о диких животных и птицах, особенности приспособления зверей к окружающей среде.	4 неделя ноября
День Матери. Семья. Традиции.	Ознакомление с праздником, укрепление семейных традиций. Воспитание чувства любви и уважения к матери, желания помогать ей, заботиться о ней.	1 неделя декабря
<b>Декабрь</b>		
Зима. Зимние	Обобщать и систематизировать представление детей о	2 неделя

признаки. Зима в литературе и живописи	характерных признаках зимы, зимующих птиц.	декабря
Профессии	Закреплять знания детей о разнообразных профессиях, их названия. Специфика деятельности, личностных и профессиональных качествах людей разных профессий. Развитие интереса к различным профессиям, в частности к профессиям родителей и месту их работы.	3 неделя декабря
Материалы. Инструменты.	Формирование представлений о различных, инструментах, орудиях труда, трудовых действиях. Знакомство с материалами (дерево, бумага, ткань, глина), их свойствами (прочность, твердость, мягкость)	3 неделя декабря
Новогодний праздник дома и в детском саду	Расширить представление о Новом годе как веселом и добром празднике, как начале календарного года. Формировать умение доставлять радость близким и благодарность за новогодние сюрпризы и подарки	4 неделя декабря
<b>Январь</b>		
Каникулы		1 неделя января
Рождество.	Познакомить детей с праздником Рождество, историей праздника, традициями, обычаями.	2 неделя января
Зимние игры и забавы. Спорт. Зимние виды спорта.	Формирование представлений о безопасном поведении зимой. Закреплять знания о различных видах спорта, об Олимпиаде. Развивать интерес к различным видам спорта, желание заниматься спортом.	3 неделя января
Одежда. Обувь. Головные уборы	Расширять представление об одежде и обуви, головных уборах. Расширение представлений о видах одежды, с деталями одежды, ее сезонности. Знакомство с историей одежды	4 неделя января
<b>Февраль</b>		
Животные севера	Расширять представления детей о животных Севера, их месте и образе жизни.	1 неделя февраля
Животные жарких стран	Систематизация и углубление представлений детей о животном мире жарких стран.	2 неделя февраля
Рыбы. Вода.	Закрепление знаний у детей о рыбах (морские, пресноводные, аквариумные). Воспитание осознанного, бережного отношения к воде как источнику жизни и здоровья человека.	3 неделя февраля
День защитника Отечества	Закреплять представления детей о Российской армии. Рассказывать о трудной, но почетной обязанности защищать Родину, охранять ее спокойствие и безопасность. Воспитание уважения к защитникам Отечества.	4 неделя февраля
<b>Март</b>		
Ранняя весна. Международный женский день	Воспитание чувства любви и уважения к женщине, желания помогать им, заботиться о них. Обобщение представлений о весне, о связях между живой и неживой природой, о весенних изменениях в природе. Труд людей весной	1 неделя марта
Человек. Части тела. Эмоции.	Обобщать представления о здоровье, здоровом образе жизни, строении человека, эмоциях. Дать понятие режим	2 неделя марта

	дня и дать первичные навыки составления своего режима дня. Развитие желания сохранять и укреплять свое здоровье	
Дом. Квартира. Мебель	Расширение и углубление представлений о мебели, ее назначении, деталях и частях.	3 неделя марта
Посуда. Продукты питания	Формирование представлений о посуде, продуктах питания.	4 неделя марта
Апрель		
День детской книги. Библиотека	Воспитание интереса к книге, любви к художественной литературе. Формировать бережное отношение к книгам, познакомиться с правилами обращения с книгами.	1 неделя апреля
Космос.	Расширять представления детей о космосе, солнечной системе. Рассказать детям о Ю. Гагарине и других героях космоса. достижениях России. Испытать чувства гордости за успехи страны и отдельных людей.	2 неделя апреля
Транспорт.	Значение транспорта в жизни современного общества.	3 неделя апреля
Правила дорожного движения	Закреплять у детей правила дорожного движения, правила поведения на транспорте; учить безопасному поведению на улицах большого города.	3 неделя апреля
Насекомые	Расширять представления детей о насекомых, их разнообразии и месте обитания. Питание. Формирование бережного отношения к природе.	4 неделя апреля
Май		
День Победы	Расширять и углублять представления детей о великом событии в истории России – День Победы, о том, как солдаты в годы войны храбро сражались и защищали страну от врагов. Формировать знания о традиции празднования Дня Победы в России. Воспитывать чувство уважения и благодарности к подвигу соотечественников в годы Великой Отечественной Войны.	1 неделя мая
Педагогические наблюдения	Наблюдение проявлений ребенка в деятельности и общении с другими субъектами педагогического процесса, а также свободные беседы с детьми.	3-4 неделя мая
Наша Родина - Россия. Город наш - Санкт-Петербург	Расширять представления детей о России, городе Санкт-Петербурге, знаменитых людях, архитектурных и исторических памятниках. Воспитывать любовь к родному городу, стране.	4 неделя мая

## Календарный план праздников и досугов

сентябрь	Спортивная неделя (прыгуны, бегуны, силачи, ловкачи) Здравствуй осень спортивная Спортивный досуг	Старшие Подготовительные.
октябрь	«С физкультурой мы дружны, нам болезни не нужны!» Спортивный досуг	Старшие Подготовительные.
ноябрь	«Сильные, смелые, ловкие, умелые!» - Спортивный празднике эстафет	Подготовительные. Старшие.
декабрь	«Мы мороза не боимся» Спортивный досуг	Старшие Подготовительные.
январь	«Зимние забавы» спортивный досуг	Старшие Подготовительные
февраль	«Королевство волшебных мячей» спортивный досуг.	Старшие Подготовительные.
март	«Мы будущие олимпийцы». праздник эстафет	Старшие Подготовительные
апрель	Спортивная неделя (прыгуны, бегуны, силачи, ловкачи) «Спорт глазами детей» конкурс рисунка «Я б в пожарные пошёл- пусть меня научат». Спортивный праздник	Старшие Подготовительные.
май	«Приключения Незнайки и его друзей». спортивный праздник по правилам дорожного движения. «Со СПОРТОМ дружат дети – будущее России!!!» Спортивный досуг - путешествие по спортивным станциям	Старшие Подготовительные.

### Материально-техническое обеспечение образовательного процесса в физкультурном зале.

Развивающая среда подобрана и организована с учетом направления всех видов деятельности.

Работа совместной деятельности проходит в спортивном зале и на воздухе (спортивная площадка ДОУ). Оборудование соответствует требованиям программы.

**Физкультурный зал** – помещение, предназначенное для специальных занятий с необходимым для этого оборудованием.

**Условия размещения физкультурного зала.** Физкультурный зал достаточно просторный, хорошо освещен. Общий фон зала выполнен в оттенках светло зелёного (пастельного) цвета. Зал оформлен согласно основного принципа – ничего лишнего.

№п/п.	Наименование	Количество
1.	Магнитофон	1
2.	Ковровое покрытие	5х3
3.	Шкафы для спортивного оборудования	2
4.	Корзины для спорт. инвентаря	2



5.	Скамейка.	5
----	-----------	---

Перечень оборудования физкультурного зала.

Тип оборудования	Наименование	Размер масса	Кол-во
Для ходьбы, бега, равновесия	Гимнастическая скамейка	Длина – 2,5м. Ширина – 23 см. Высота – 30 см.	2 шт.
	Дорожка гладкая (резиновая)	Длина – 300 см. Ширина – 15 см.	2 шт.
	Дорожка массажная с ребристой поверхностью	Длина – 150 см. Ширина – 30 см.	1 шт.
	набор «следочки»		1 шт.
Для прыжков	Мяч Фитбол	Диаметр – 55см.	5шт.
		Диаметр – 30см.	10 шт.
	Скакалки	Длина – 200 см.	14 шт.
	Набор мягких модулей «кочки»	6шт. 50х40 высота 15см	1 шт.
	Набор «кузнечик»		1 шт.
	Маты гимнастические	Длина – 100 см. Ширина – 100 см. Высота – 10 см.	2 шт.
	Мат гимнастический	200см.х100см	1 шт.
	Мягкий модуль «Змея»	Диаметр – 10 см. Длина 400см.	1 шт.
Для катания, бросания, ловли.	Кегли (набор)		2 шт.
	Кольцеброс		2 шт.
	Мешочек с песком малый	Масса – 100 гр.	25шт.
	Мешочек с песком средний	Масса – 150 гр.	25 шт.
	Мяч утяжеленный (набивной)	Масса – 1000 гр.	3шт.
	Мячи большие (надувные)	Диаметр – 25 см.	20 шт.
	Мячи средние (резиновые)	Диаметр – 15 см.	15 шт.
	Мячи арабские		50 шт.
Мячи резиновые «Футбол»		2 шт.	

	Мячи набивные (лёгкие)		10 шт.
	Мячи малые (резиновые), мячи малые		10 шт. 10шт.
	Мячи для толкания (тяжёлые) диаметр10см. 250гр		10 шт.
	Кольцо	Диаметр 25см. Диаметр 15см.	10шт. 15шт.
Для ползания и лазания	Лесенка «воротики»	Высота60см. Ширина50см.	2шт.
	Канат для перетягивания	Длина – 400 см.	1шт.
	Верёвка канат тонкая	Длина – 500см.	2 шт.
	Модуль Туннель «Гусеница»	Высота –100см.	1шт.
	угловой Сухой бассейн с наполнителем (шарики пластмассовые)	R-2м.	1 шт.
Для общеразвивающих упражнений	Флажки		50шт.
	Кубики	Ребро – 10 см.	50шт.
	Ленточки	Длина – 25 см.	80шт.
	Платочки		20шт.
	Гимнастические палки	Длина – 100 см.	50шт.
	Гимнастические палки	Длина – 55 см.	5 шт.
	Кегли		50 шт.
	Теннисные мячики		16 шт.
	Погремушки	Диаметр – 5 см.	12 шт.
	Обручи малые (метал.)	Диаметр – 54 см.	10 шт.
	(пластмассовые)		5шт.
Обручи большие (пластмассовые)	Диаметр - 100	16 шт.	
«Полоса препятствий»	Набор мягких модулей «геометрические фигуры»		1x12 шт.

Подвижные игры	Шапочки	10 шт.
	Ленточки	20шт.
	Лыжи малые	4шт.
	Клюшки (шайбы 2шт)	4шт.
	Санки – ледянки	2шт.
	Ракетки для бадминтона	10шт.
	Набор «Кегельбан»	2 шт.
	Набор «Городки»	1шт.

Перечень уличного оборудования.

1. Спортивная площадка – 30м./3,5м.(покрытие - асфальт)
2. Беговая дорожка – 30м./1.75 (разметка на асфальте)- 2 шт.
3. Игровое Баскетбольное кольцо «Жираф» -1шт.
4. Игровые футбольные ворота – 2шт.
5. Игровой спортивный комплекс «Полоса препятствий»
6. Лестница «Дуга» - средняя
7. Разметки на асфальте для проведения подвижных игр.

Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, электронные образовательные ресурсы, др.)

<p><b>Образовательная область, направление образовательной деятельности</b></p>	<p><b>Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.)</b></p>
<p><b>Физическое развитие</b></p>	<p>Детство: Примерная образовательная программа дошкольного образования/ Т. И. Бабаева, А. Г. Гогобадзе, О.В. Солнцева и др.- СПб: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014.</p> <p>Филиппова С.О., Пономарева Г.Н. «Теория и методика физической культуры дошкольников» - СПб «ДЕТСТВО-ПРЕСС», М., ТЦ «СФЕРА» 2008,-656с.</p> <p>Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста,- СПб: : ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2012</p> <p>Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Давыдова Н.А. Физическое развитие детей 2-7лет: развернутое перспективное планирование по программе «Детство» Волгоград: Учитель, 2012-189с.</p> <p>Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду. Вторая младшая группа». - М: Мозаика-Синтез, 2014г.</p> <p>Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду. Средняя группа» - М: Мозаика-Синтез, 2014г.</p> <p>Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду. Старшая группа». - М: Мозаика-Синтез, 2014г.</p> <p>Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа». - М: Мозаика-Синтез, 2014г.</p> <p>Потапчук А.А., Овчинникова Т.С. «Двигательный игротренинг для дошкольников» - СПб: Речь, М: Сфера,2009г.</p> <p>Полтавцева Н.В., Гордова Н.А. «Физическая культура в дошкольном детстве» 3-4 года - М: Просвещение,2005г.</p> <p>ПолтавцеваН.В., Гордова Н.А. «Физическая культура в дошкольном детстве» 4-5 года. - М: Просвещение,2005г</p> <p>ПолтавцеваН.В., Гордова Н.А. «Физическая культура в дошкольном детстве» 5-6 года. - М: Просвещение,2005г</p> <p>ПолтавцеваН.В., Гордова Н.А. «Физическая культура в дошкольном детстве» 6-7 года. - М: Просвещение,2005г</p> <p>Попова М.Н. «Психолого- педагогическая технология эмоционального сближения взрослого и ребенка в процессе взаимодействия на физкультурных занятиях в ДОУ «Навстречу</p>
<p><b>Педагогическая диагностика</b></p>	<p>Ориентировочные показатели физической подготовленности детей 3-7 лет (утверждено Постановлением Правительства Р.Ф. 29 декабря 2001г. №916)</p>

## Приложение

### Педагогическая диагностика

#### Критерии оценки уровней - физического развития

**НИЗКИЙ:** Ребенок допускает существенные ошибки в технике движений. Не соблюдает заданный темп и ритм, действует в сопровождении показа воспитателя. Нарушает правила в играх, хотя с интересом в них участвует. Ошибок в действиях других не замечает.

**СРЕДНИЙ:** Владеет главными элементами техники большинства движений.

Способен самостоятельно выполнять упражнения на основе предварительного показа.

Иногда замечает ошибки при выполнении упражнений и нарушения правил в играх.

Увлечен процессом. Не всегда обращает внимание на результат.

В играх- активен.

**ВЫСОКИЙ:** Ребенок проявляет стойкий интерес к физическим упражнениям.

Осуществляет элементы контроля за действиями сверстников, замечает нарушение правил в играх. Наблюдается перенос освоенных упражнений в самостоятельную деятельность.

#### Уровни усвоения программы

##### Старшая группа

низкий	средний	высокий
Ребёнок неуверенно выполняет сложные упражнения. Не замечает ошибок детей и собственные. Нарушает правила в игре, увлекаясь ее процессом. С трудом сдерживает свои желания, слабо контролирует способ выполнения упражнений. Не обращает внимание на качество движений. Интерес к физическим упражнениям низкий.	Ребёнок правильно выполняет большинство физических упражнений, но не всегда проявляет должные усилия. Верно оценивает движения сверстников, иногда замечает собственные ошибки. Понимает зависимость между качеством выполнения упражнений и результатом. Хорошо справляется с ролью водящего, правил не нарушает, но интереса к самостоятельной организации не проявляет.	Ребёнок уверенно, точно, с большим напряжением и хорошей амплитудой, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения. Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений. Проявляет самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру. Интерес к физическим упражнениям высокий, стойкий.

## Подготовительная группа

низкий	средний	высокий
<p>Ребёнок допускает ошибки в основных элементах сложных физических упражнениях. Слабо контролирует выполнение движений, затрудняется в их оценке. Допускает нарушение правил в подвижных и спортивных играх, чаще всего в силу недостаточной физической подготовленности. Снижен интерес к физическим упражнениям.</p>	<p>Ребёнок технически правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляет при этом должные усилия, активность и интерес. Способен оценивать движения других детей, упорен в достижении своей цели и положительного результата. Самоконтроль и самооценка непостоянны (эпизодически проявляются)</p>	<p>Ребёнок результативно, уверенно, мягко, выразительно и точно выполняет физические упражнения. Самоконтроль и самооценка постоянны. Проявляет элементы творчества и двигательной деятельности, самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает разнообразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях. Интерес к физическим упражнениям устойчивый.</p>

