

ПРИНЯТА
на Педагогическом Совете
Протокол
№ 1 от 31.08.2022 г.



УТВЕРЖДАЮ
заведующий ГБДОУ детский сад № 33
Т.В. Константинова
Приказ №115-о от 31.08.2022 г.

с учетом мнения Совета родителей
протокол №1 от 31.08.2022 г.

Рабочая программа
инструктора по физической культуре
Удодовой Елены Анатольевны

Группы: раннего возраста, младшая, старшая № 1, старшая № 2

Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения
детского сада №33 комбинированного вида
Петродворцового района Санкт-Петербурга

№ n/n	Наименование раздела	Страницы
1	Целевой раздел программы (пояснительная записка)	3-11
1.1	Цели и задачи деятельности по реализации рабочей программы	3
1.2	Принципы и подходы к формированию рабочей программы	5
1.3	3 Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей	5
1.4	Основания разработки рабочей программы (документы и программно-методические материалы)	10
1.5	Целевые ориентиры, освоения воспитанниками образовательной программы	10
II.	Содержательный раздел рабочей программы	
2.1	Содержание образовательной работы с детьми для группы раннего возраста (2-3 лет).	12
2.2	Содержание образовательной работы с детьми для группы младшего возраста (3-4 лет).	21
2.3	Содержание образовательной работы с детьми для групп старшего возраста (5-6 лет)	32
2.4	Календарный план воспитательной работы	40
2.5	Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по программе	42
2.6	Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников.	42
III.	Организационный раздел рабочей программы	
3.1	Структура реализации образовательной деятельности	44
3.2.	Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы по СанПиНу (занятия по физическому развитию)	45
3.3.	Расписание НОД	45
3.4.	Организация развивающего пространства и методическое обеспечение занятий на 2021-2022 учебный год	45
3.5	Перспективный план проведения спортивных досугов и праздников	46
3.6	Перечень компонентов развивающей предметно-пространственной среды	47
3.7.	Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)	50

1.Целевой раздел рабочей программы

Пояснительная записка:

Данная рабочая программа разработана на основе образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ детский сад № 33.

1.1 Цель:	- реализация содержания образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ детский сад № 33 по физическому развитию в соответствии с требованиями ФГОС ДО детей 2-3 лет, 3-4 лет и 5-7 лет.
Задачи:	<p>Реализация данной цели связана с решением следующих задач:</p> <ul style="list-style-type: none">– развитие физических качеств — скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации;– накопление и обогащение двигательного опыта детей — овладение основными видами движений (бег, ходьба, прыжки, метание, лазанье);– формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. <p>В области физического развития ребенка основными задачами образовательной деятельности являются создание условий для:</p> <ul style="list-style-type: none">– становления у детей ценностей здорового образа жизни;- овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.);– развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;– приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;– формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами. <p>Третий год жизни. Группа раннего возраста. Задачи образовательной деятельности</p> <ul style="list-style-type: none">➤ Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.➤ Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног.➤ Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время бега в соответствии с указаниями педагога.➤ Учить ползать, лазать. Учить действовать с мячом

(брать, держать, переносить, класть, катать, бросать).
Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.

Подвижные игры.

- Развивать у детей желание играть вместе с педагогом в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями.
- Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные виды движения (ходьба, бег, бросание, катание).
- Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики, поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята).

Четвертый год жизни. 2-я младшая группа.

Задачи образовательной деятельности:

- Учить сохранять правильную осанку в положении сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.
- Продолжать развивать разнообразные виды движений. Развивать координацию движений. Закреплять умение ползать.
- Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения (в колонну, шеренгу, круг)
- Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте, в длину, метать мешочки с песком. Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками. Обучать хвату за перекладину во время лазания.
- Учить реагировать на команды «беги», «лови», «стой», выполнять правила в подвижных играх, ориентироваться в пространстве

Шестой год жизни. Старшая группа.

Задачи образовательной деятельности

- Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения.
- Развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей.
- Формировать первоначальные представления и

	<p>умения в спортивных играх и упражнениях.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий. ➤ Учить прыгать в длину, через скакалку, сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч донной рукой, отбивать мяч правой и левой рукой на месте и вести мяч при ходьбе. ➤ Учить элементам спортивных игр, играм – эстафетам. ➤ Приучать помогать взрослым в приготовлении и уборке спортивного инвентаря. ➤ Воспитывать у детей стремление самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками. ➤ Развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу. ➤ Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья. ➤ Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании, развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и здоровьесформирующего поведения. ➤ Развивать самостоятельность детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек здорового образа жизни.
<p>1.2 Принципы и подходы к формированию рабочей программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> - обеспечение охраны жизни, физического и психического здоровья детей; - организация системы физкультурно-оздоровительной работы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей развития детей; - обеспечение лично-ориентированного подхода к физическому развитию воспитанников; - взаимодействие с семьями воспитанников.
<p>1.3 Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей (по возрастам)</p>	<p style="text-align: center;">Возрастные особенности детей 2-3 лет.</p> <p><u>Мышечная система</u> у маленьких детей формируется на основе развития нервной системы и увеличения массы скелетных мышц, причем происходит этот процесс неравномерно. В раннем возрасте кости ребенка богаты кровеносными сосудами и содержат небольшое количество солей. Они эластичны, гибки, легко деформируются и искривляются, так как костная система 2-3-летних детей имеет значительные зоны хрящевой ткани, слабые, мягкие суставы и связки. У малышек еще нет устойчивых изгибов позвоночника, они проявляются лишь к 4 годам.</p>

	<p>Особое внимание следует <u>уделять развитию свода стопы</u>, так как в возрасте 2-3 лет она уплощена. Очень полезно включать в занятия ходьбу на носках, ходьбу по наклонной плоскости и ребристой доске.</p> <p><u>Дыхательная мускулатура</u> у детей еще не вполне сформирована. Постепенно происходит перестройка процесса дыхания, нормализуется частота, появляется грудобрюшной, а затем грудной тип дыхания, увеличивается емкость легких. Дыхание детей учащается только при возбуждении или физических нагрузках.</p> <p><u>Работа сердца</u> в 2-3 года напрямую связана с развитием мышц. Регулярные занятия тренируют сердечную мышцу, приводят к постепенному уменьшению частоты пульса.</p> <p>В связи с этим <u>хорошие результаты дает обучение</u>, если малыш испытывает положительные эмоции (радость, удовольствие, удовлетворение), что активизирует его, способствует нормальной деятельности сердечно-сосудистой и нервной систем.</p> <p>Следует принимать во внимание <u>психофизические особенности детей 2-3 летнего возраста</u> (быстрая утомляемость, неуравновешенность, непоследовательность поведения и т. д.), правильно чередовать процессы возбуждения и торможения, не перегружать детей однообразными движениями, обеспечивать таким образом активный отдых после нагрузок и быстрое восстановление сил.</p> <p><u>Мышление детей 2-3 лет</u> конкретно – они лучше понимают то, что видят. Детям легче представить, что они должны делать, если первоначальный показ движений был ярким, образным, целостным. Поэтому все упражнения независимо оттого новые они или знакомые нужно выполнять вместе с детьми (по показу).</p> <p>Вначале дети выполняют новые движения неточно, с излишним напряжением. Движения ребенка этого возраста считаются правильными, даже когда, повторяя упражнение, он воспроизводит самое основное. Отсутствие высокой точности и четкости в выполнении движений, а также неумение воссоздать отдельные его элементы не считаются для ребенка ошибкой.</p> <p>У маленьких детей огромное количество временных связей, имеющих прямое отношение к формированию произвольных движений, которые образуются путем подражания. Эта способность помогает им быстрее и лучше воспринимать предлагаемое упражнение или движение.</p> <p>Освоение движений хорошо влияет на развитие речи ребенка. В возрасте 2-3 лет совершенствуется условная связь между названием действия и движением. Название движения должно всегда сопровождаться показом действия, соответствующего этому слову.</p> <p>Нервно-психическое и физическое развитие ребенка зависит от возраста и двигательной подготовленности, поэтому, чем раньше начать обучение, соответствующее</p>
--	--

возможностям ребенка, тем лучше разовьются и станут увереннее его движения.

На третьем году жизни двигательная координация значительно улучшается – развивается согласованность движений рук и ног. В этом возрасте появляются и формируются бег и прыжки.

Малышей постепенно приучают к правильному восприятию звуковых и зрительных сигналов и скорости реакций на них, а также к самостоятельности. Выполнение нового упражнения, которому обучают ребенка, должно вызывать у него определенные усилия, но быть доступными ему. Закрепление усвоенных навыков и их совершенствование достигается путем методического повторения движений с обязательным усложнением.

Возрастные особенности детей 3-4 лет

К четырем годам рост ребенка достигает 100-102 см. Вес детей в среднем 16-17 кг (между тремя и четырьмя годами прибавка в весе составляет 2 кг). Ребенок трех-четырёх лет уверенно ходит, координирует движения рук и ног при ходьбе, воспроизводит разнообразные другие движения.

Двигательная активность в этом возрасте приобретает особое значение для общего физического развития ребёнка. Дети растут, становятся выше и тоньше, у них совершенствуется координация движений, уменьшается мышечный тонус, развивается чувство равновесия.

Ребенок владеет разнообразными действиями с предметами, хорошо ориентируется в различении таких форм, как круг, квадрат, треугольник, объединяет предметы по признаку формы, сравнивает их по размеру (по длине, ширине, высоте).

Он активно стремится к самостоятельности, уверенно осваивает приемы самообслуживания и гигиены. С удовольствием самостоятельно повторяет освоенные действия, гордится своими успехами.

Возрастные особенности детей 5-6 лет

Возраст 5—6 лет часто называют «периодом первого вытяжения», когда за год ребенок может вырасти на 7—10 см. Но все-таки эти показатели у детей шестого года жизни чуть ниже, чем у воспитанников подготовительной группы. По средним данным, рост пятилетнего ребенка составляет около 106,0—107,0 см, а масса тела — 17,0—18,0 кг. На протяжении шестого года жизни средняя прибавка массы тела в месяц — 200,0 г, а роста — 0,5 см. Каждый возрастной этап характеризуется, кроме того, разной интенсивностью роста отдельных частей тела. В течение шестого года, например, быстро увеличиваются длина конечностей, ширина таза и плеч у детей обоего пола.

Вместе с тем имеются индивидуальные и половые различия в этих показателях. Например, окружность грудной клетки у девочек увеличивается интенсивнее, чем у мальчиков. Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребенка к пяти-шести годам еще не завершено.

Позвоночный столб ребенка пяти-шести лет также чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций, связок. К шести годам у ребенка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы, особенно кистей рук. Поэтому дети относительно легко усваивают задания на ходьбу, бег, прыжки, но затрудняются в выполнении упражнений, требующих работы мелких мышц. Основой двигательной деятельности является развитие устойчивого равновесия. С возрастом ребенка показатели сохранения устойчивого равновесия улучшаются. При выполнении упражнений на равновесие девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками. В целом в старшей группе детям по-прежнему легче даются упражнения, где имеется большая площадь опоры. Но они способны выполнять и короткие упражнения, в которых требуется опора на одну ногу, например, в подвижных играх «Сделай фигуру», «Не оставайся на полу», «Совушка».

Размеры и строение дыхательных путей ребенка дошкольного возраста отличаются от таковых у взрослых. Так, они значительно уже, поэтому нарушения температурного режима и влажности воздуха в помещении приводят к заболеваниям органов дыхания. Жизненная емкость легких у ребенка пяти-шести лет в среднем 1100—1200 см³, но она зависит от многих факторов (длины тела, типа дыхания и др.). К семи годам у детей ярко выражен грудной тип дыхания. Число дыханий в минуту — в среднем 25. Максимальная вентиляция легких к шести годам примерно 42 дц³ воздуха в минуту. При гимнастических упражнениях она увеличивается в 2—7 раз, а при беге — еще больше. Исследования по определению общей выносливости у дошкольников (на примере беговых и прыжковых упражнений) показали, что резервные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем у детей достаточно высоки. Прыгать через скакалку дети могут в течение 5 минут. У многих потребность в двигательной активности настолько велика, что врачи и физиологи называют период от пяти до семи лет «возрастом двигательной расточительности».

К пяти годам у ребенка размеры сердца увеличиваются в 4 раза (если сравнивать с новорожденным). Так же интенсивно формируется и сердечная деятельность, но процесс этот не завершается даже у подростков. В первые

годы жизни ребенка пульс его неустойчив и не всегда ритмичен. Средняя частота его к шести-семи годам составляет 92— 95 ударов в минуту. Развитие высшей нервной деятельности характеризуется ускоренным формированием ряда морфо-физиологических признаков.

Бурно развиваются лобные доли мозга. На шестом году жизни ребенка совершенствуются основные нервные процессы: возбуждение и особенно торможение. Свойства нервных процессов (возбуждения и торможения) — сила, уравновешенность и подвижность — также совершенствуются. Дети быстрее отвечают на вопросы, меняют действия, движения, что позволяет увеличивать плотность занятий, включать в двигательные упражнения элементы, формирующие силу, скорость, выносливость. Но все-таки свойства нервных процессов, особенно подвижность, развиты недостаточно. Ребенок порой медленно реагирует на экстренную просьбу, в необходимых случаях не может быстро по сигналу оттолкнуться, отскочить, отпрыгнуть и др. У детей пяти-шести лет динамические стереотипы, составляющие биологическую основу навыков и привычек, формируются достаточно быстро, но перестройка их затруднена, что тоже свидетельствует о недостаточной подвижности нервных процессов. Ребенок, например, отрицательно реагирует на смену привычного уклада жизни. С целью совершенствования подвижности нервных процессов и придания гибкости формируемым навыкам используют прием создания нестандартной (на время частично измененной) обстановки при проведении подвижных игр, режимных мероприятий и т. д.

НОД проводится в четырех группах:

- в группе раннего возраста (2-3 лет): 22 ребенка, из них 11 мальчиков и 10 девочек;
- в младшей группе (3-4 года): 26 детей, из них 13 мальчиков и 13 девочек;
- в 1 старшей группе (5-6 лет): 27 детей, из них 15 мальчиков и 12 девочек;
- во 2 старшей группе (6-7 лет): 27 детей, из них 13 мальчиков и 14 девочек.

<p>1.4 Основания разработки рабочей программы (документы и программно-методические материалы)</p>	<p>- Закон РФ «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ);</p> <p>- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ МОиН РФ от 17.10.2013 № 1155);</p> <p>-Примерная основная образовательная программа дошкольного образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20 мая 2015 г. № 2/15))</p> <p>- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. 28)</p> <p>- СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 г. № 2)</p>
<p>Срок реализации рабочей программы</p>	<p>2022-2023 учебный год (Сентябрь 2022 – август 2023 года)</p>
<p>1.5 Целевые ориентиры освоения воспитанниками группы образовательной программы (по физическому развитию воспитанников)</p>	<p>Планируемые результаты освоения образовательной области «Физическое развитие»</p> <p>Ранний возраст (от двух до трех лет)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга. Ходить по прямой дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 м) с перешагиванием через предметы (высота 10-15 см). Бег в медленном темпе в течение 30-40 секунд (непрерывно). • Прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед и т. д. Прыгать на двух ногах через линию, через две параллельные линии (10-30 см) • Брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч. Ловить мяч, брошенный воспитателем с расстояния 50-100 см. • Ползать, подлезать под натянутую веревку (высота 30-40 см), перелезть через бревно, лежащее на полу. Ползать на четвереньках по прямой линии (расстояние 3-4 метра), ползать по гимнастической скамейке.

Вторая младшая группа (от трех до четырех лет)

К концу года дети могут:

- Ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление; выполнять задания воспитателя: остановиться, присесть, повернуться.
- Бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указанием воспитателя.
- Сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, перешагивая через предметы.
- Ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.
- Энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места не менее чем на 40 см.
- Катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2—3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.
- Уметь выполнять движения, проявляя элементы творчества и фантазии.

Старшая группа

- Ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- Лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.
- Прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см); в высоту с разбега (не менее 40 см); прыгать через короткую и длинную скакалку.
- Метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м), владеть школой мяча.
- Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- Перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять

	<p>повороты направо, налево, кругом.</p> <ul style="list-style-type: none"> Знать исходные положения, последовательность выполнения общеразвивающих упражнений, понимать их оздоровительное значение. Самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, придумывать с помощью воспитателя игры на заданные сюжеты. Продолжать развивать творчество в двигательной деятельности, формировать умение варьировать упражнения и игры, придумывать и выполнять имитационные и неимитационные упражнения, демонстрируя красоту, грациозность, выразительность, и пластичность движений
--	--

2. Содержательный раздел

2.1 Содержание образовательной работы с детьми для группы раннего возраста

Месяц (или квартал)	Образовательные области	Темы, направления деятельности	Основные задачи работы с детьми	Формы работы: занятия, проекты, праздники.
IX-2022г	Речевое развитие	Адаптация у детей 2 недели.	Знакомство с детьми, установление контакта с детьми, игры коммуникативного характера.	
	Физическое развитие	2 недели Физическая культура	Диагностика уровня физического развития и владения основными видами движений.	Занятия
X-2022г.	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности.	
	Физическое развитие	Физическая культура «Осень»	Познакомить детей с выполнением ходьбы по кругу. Упражнять детей в ходьбе стайкой, не натывая друг на друга. Упражнять в ползании на	Занятия

		Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	<p>низких и высоких четвереньках. Упражнять в выполнении ОРУ с колечком. Упражнять в прокатывании и вращении кольца от кольцеброса. Развивать чувство равновесия в ходьбе по дорожке (шириной 35 – 40 см.) Упражнять в пролезании боком в обруч малого диаметра (выполнять правым и левым боком).</p> <p>Закреплять представление о частях тела: руки, ноги, голова, живот, спина.</p>	
XI-2022г.	Речевое развитие		Выполнять элементы артикуляционной гимнастики: «цокать» языком, подражая лошадке; «часики», «балалайка».	
	Физическое развитие	Физическая культура «Моя семья – мой дом»	<p>Упражнять детей в ходьбе по кругу, не сталкиваясь друг с другом, познакомить с выполнением ходьбы с высоким подниманием коленей – «лошадки».</p> <p>Упражнять в прокатывании мяча в парах. Ознакомить с выполнением прыжков на двух ногах на месте, с продвижением вперед.</p> <p>Развивать равновесие, выполняя ходьбу по ограниченной площади (дорожка), перешагивая через мешочки с песком.</p> <p>Познакомить с выполнением броска двумя руками способом снизу. Продолжить упражнять в ползании на четвереньках.</p>	Занятие

		Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	<p>Развивать внимание у детей, умение выполнять задание по сигналу.</p> <p>Закреплять представление о частях тела: руки, ноги, голова, живот, спина.</p>	
XII-2022г.	Речевое развитие		Обогащать словарь формулами словесной вежливости (приветствие, прощание).	
	Физическое развитие	<p>Физическая культура.</p> <p>«Человек и окружающий мир»</p> <p>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.</p>	<p>Развивать координацию движения при ходьбе по ограниченной площади опоры.</p> <p>Упражнять в ходьбе маленькими и большими шагами.</p> <p>Упражнять в прыжках в длину с места через шнур.</p> <p>Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом (катать, переносить, бросать).</p> <p>Развивать чувство равновесия, перешагивая через мешочки с песком, выполняя ходьбу по дорожке.</p> <p>Воспитывать умение слышать задание, реагировать на сигналы.</p> <p>Формировать у детей представление о значении рук для нормальной жизнедеятельности человека: чтобы брать, переносить, держать, трогать, кушать, одеваться, играть и т. п.</p>	Занятия

I -2023 г.	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности: повторять стихи, подражать животным и т. п.	
	Физическое развитие	Физическая культура. «Зима» Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Познакомить с выполнением ходьбы по кругу в колонне по одному. Развивать внимание и координацию движений, упражнять в ходьбе по дорожке, в выполнении бросков и ловли мяча в паре с взрослым. Упражнять в прыжках на двух ногах в длину через 2 шнура. Упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель на расстояние 80-100 см., развивать ловкость и глазомер. Закреплять у детей умение ползать и упражнять в подлезании под шнур. Воспитывать умение слышать задание и выполнять упражнения на метание по сигналу, упражнять в быстром реагировании на сигнал. Формировать у детей представление о значении ног для нормальной жизнедеятельности человека: стоять, ходить, бегать, прыгать.	Занятия Досуг
II-2023г.	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности: повторять стихи, подражать животным и т. п.	

	Физическое развитие	<p>Физическая культура</p> <p>«Я и окружающий мир»</p> <p>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, в ходьбе на носках и «веревочкой».</p> <p>Упражнять детей в катании мяча (соблюдение направления движения), в выполнении броска и ловли мяча в парах с педагогом.</p> <p>Упражнять в ползании на четвереньках, в пролезании в обруч прямо и боком, не касаясь руками пола.</p> <p>Развивать глазомер, выполняя метание мешочков. Упражнять в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед (акцент на мягком приземлении на полусогнутые ноги).</p> <p>Закреплять умение быстро реагировать на сигнал, учить совместным действиям в коллективе.</p> <p>Формировать у детей представление о значении глаз для нормальной жизнедеятельности человека: смотреть...</p>	Занятия
III-2023г.	Речевое развитие		<p>Выполнять элементы артикуляционной гимнастики: «цокать» языком, подражая лошадке; «часики», «балалайка».</p>	
	Физическое развитие	<p>Физическая культура.</p> <p>«Весна»</p>	<p>Упражнять в ходьбе в колонне по одному, в ходьбе с выполнением заданий, в беге стайкой, не сталкиваясь друг с другом.</p> <p>Упражнять в ползании на высоких и низких четвереньках, в прыжках в длину с места, на двух</p>	Занятия

		<p>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.</p>	<p>ногах на месте (акцент на приземление на полусогнутые ноги). Упражнять в бросках и ловле мяча в парах с педагогом. Упражнять в катании мяча в парах на расстоянии 1 метра из И. П. – сидя, ноги врозь. Ознакомить с прокатыванием мяча под дугу на расстояние 1 м. Способствовать развитию глазомера, координации движений и чувства равновесия. Способствовать воспитанию сдержанности, ловкости и умению дружно играть.</p> <p>Формировать у детей представление о значении ушей для нормальной жизнедеятельности человека: слышать...</p>	
IV-2023	Речевое развитие		<p>Обогащать словарный запас глаголами, обозначающими основные виды движений.</p>	
	Физическое развитие	<p>Физическая культура. «Я в мире – человек»</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, развивать чувство равновесия, выполняя ходьбу с перешагиванием через мешочки с песком, в ходьбе по массажным дорожкам. Упражнять в ходьбе парами. Ознакомить с выполнением шага – галоп: скачем на «лошадке». Упражнять в выполнении метания вдаль способом двумя руками из-за головы, в катании мяча под дугу.</p>	Занятия

		Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	<p>Упражнять в сохранении направления при метании и катании мячей.</p> <p>Закреплять умение ползать на четвереньках, пролезать в обруч.</p> <p>Продолжить закреплять представление о частях тела: руки, ноги, голова, живот, спина.</p>	
V-2023	Речевое развитие		Обогащать словарный запас глаголами, обозначающими основные виды движений.	
	Физическое развитие	<p>Физическая культура.</p> <p>«Здравствуй, лето!»»</p> <p>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.</p>	<p>Упражнять в ходьбе в колонне по одному, по массажной дорожке, в ходьбе, перешагивая мешочки с песком, в ходьбе с выполнением заданий.</p> <p>Продолжить упражнять в ловле и бросках мяча в паре с педагогом.</p> <p>Закреплять умение ползать на низких и высоких четвереньках, подлезать под дугу.</p> <p>Упражнять детей в бросках мяча из-за головы, катании мяча в парах, развивая глазомер, координацию движений и ловкость.</p> <p>Развивать умение играть в подвижные игры, быстро реагировать на сигнал.</p> <p>Способствовать развитию чувства равновесия.</p> <p>Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед, в прыжках в длину.</p> <p>Закреплять представление о частях тела: щеки, лоб,</p>	Занятия

			подбородок, брови.	
VI-2023	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности: повторять стихи, подражать животным и т. п.	
	Физическое развитие	Физическая культура. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Продолжить упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в беге в колонне по одному. Упражнять в прыжках на двух ногах на месте, с продвижением вперед (акцент на приземлении на полусогнутые ноги). Упражнять в выполнении бросков и ловле мяча в паре с педагогом, в прокатывании мяча между предметами. Упражнять в ползании по гимнастической скамейке, лежа на животе, выполняя хват за края скамейки. Развивать координацию движений, ловкость, умение быстро реагировать на сигнал. Упражнять в ходьбе по ограниченной поверхности. Закреплять представление о частях тела: щеки, лоб, подбородок, брови.	Занятия
VII - 2023	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности: повторять стихи, подражать животным и т. п.	
	Физическое развитие	Физическая культура	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в ходьбе с выполнением заданий, с изменением направления. Упражнять в беге стайкой и в колонне	Занятия

		<p>по одному. Закреплять умение ползать на низких и высоких четвереньках. Упражнять в ползании на животе по гимнастической скамейке. Развивать равновесие и ловкость, выполняя ходьбу по гимнастической скамейке, выполняя ходьбу, используя игровой комплекс «Кузнечик». Упражнять в метании вдаль, выполнении бросков мяча двумя руками из-за головы. Закреплять умение выполнять прыжки на двух ногах на месте. Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед.</p> <p>Продолжить формировать у детей представление о значении ног для нормальной жизнедеятельности человека: стоять, ходить, бегать, прыгать.</p>	
VIII - 2023	Речевое развитие		Обогащать словарный запас глаголами, обозначающими основные виды движений.
	Физическое развитие	Физическая культура	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному. Упражнять в ходьбе маленькими и большими шагами, высоко поднимая колени. Развивать чувство равновесия, выполняя ходьбу «веревочкой», ходьбу по дорожке, по дорожке, перешагивая мешочки с песком. Упражнять в выполнении бросков мяча двумя руками способом из-за</p>

		<p>головой, снизу. Упражнять в прокатывании мяча двумя руками по гимнастической скамейке, между предметами. Повторить прыжки на двух ногах в длину, перепрыгивая шнур, 2 шнура.</p> <p>Продолжать развитие умения своевременно реагировать на сигнал, выполнять задания внимательно выслушав педагога.</p> <p>Продолжить формировать у детей представление о значении рук для нормальной жизнедеятельности человека: чтобы брать, переносить, держать, трогать, кушать, одеваться, играть и т. п.</p>	
	Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни		

2.2. Содержание образовательной работы с детьми для групп младшего возраста (3-4 года)

Месяц (или квартал)	Образовательные области	Темы направления деятельности	Основные задачи работы с детьми	Формы работы (занятия, проекты, праздники, концерты и др.)
IX-2022г	Социально-коммуникативное развитие		Формировать доброжелательное отношение друг к другу, умение делиться с товарищем.	
	Речевое развитие		Напоминать детям о необходимости говорить «спасибо», «здравствуйте», «пожалуйста», «до свидания».	

	Физическое развитие	«Путешествие в осенний лес» Физическая культура	Ознакомить: с ходьбой и бегом в заданном направлении, с ходьбой по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие. Развивать умение действовать по сигналу инструктора. Учить энергично отталкивать мяч при прокатывании и выполнению прыжков на двух ногах на месте. Развивать ориентировку в пространстве. Учить группироваться при лазании под шнур. Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши).	Занятия досуг
Х-2022г.	Социально-коммуникативное развитие		Приучать детей к вежливости (учить здороваться, прощаться, благодарить за помощь).	
	Речевое развитие		Формировать знания детей о лесных животных.	
	Физическое развитие	«В гости к ежику» Физическая культура	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры. Учить энергичному отталкиванию мяча при прокатывании его друг другу, выполнять приземление после прыжка на полусогнутые ноги. Развивать ловкость в игровых заданиях с мячом. Развивать	Занятия Досуг

		Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	<p>координацию движений при ползании на четвереньках.</p> <p>Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с выполнением остановки и поворотом в другую сторону по сигналу инструктора.</p> <p>Дать представление о роли органов чувств в организме, о том, как их беречь и ухаживать за ними.</p>	
XI-2022	Социально-коммуникативное развитие		Формировать представление о безопасном поведении на занятии по физической культуре.	
	Речевое развитие		Помогать доброжелательно общаться друг с другом.	
	Физическое развитие	«Волшебный балансир» Физическая культура	<p>Упражнять: в прыжках из обруча в обруч; прокатывании и ловле мяча; в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры. Учить приземлению после прыжка на полусогнутые ноги, ползанию на высоких четвереньках.</p> <p>Развивать умение действовать по сигналу инструктора.</p> <p>Развивать внимание, координацию движений и ловкость при прокатывании мяча</p>	Занятие Досуг

		Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	<p>между предметами.</p> <p>Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.</p>	
XII-2022	Социально-коммуникативное развитие		Привлекать детей к уборке спортивного инвентаря, поддержанию порядка в спортивном зале. Формировать бережное отношение к спортивному инвентарю.	
	Речевое развитие		Развивать диалоговую форму речи: слушать и понимать заданный вопрос, понятно отвечать на него.	
	Физическое развитие	<p>«Самый ловкий»</p> <p>Физическая культура.</p> <p>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивать ориентировку в пространстве.</p> <p>Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги после прыжка; в прокатывании мяча; в подлезании под дугу в группировке и в сохранении равновесия при ходьбе по дорожке.</p> <p>Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.</p>	Занятия досуг
I -2023 г.	Социально-коммуникативное развитие		Формировать уважительное отношение к сотрудникам детского сада, напоминать их	

			имена и отчества.	
	Речевое развитие		Развивать инициативную речь детей во взаимодействиях со взрослыми и сверстниками	
	Физическое развитие	«Зимние забавы» Физическая культура. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Продолжить обучение ходьбе в колонне по одному, прыжкам на двух ногах с продвижением вперед, прыжкам между предметами. Развивать ловкость, глазомер и координацию движений. Развивать умение действовать по сигналу инструктора. Продолжить обучение прокатыванию мяча в парах, сохранять равновесие в ходьбе по ограниченной площади опоры с разным исходным положением рук. Формировать представление о том, что утренний зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение, что с помощью сна восстанавливаются силы.	Занятия Досуг
II-2023г.	Социально-коммуникативное развитие		Обеспечивать условия для нравственного воспитания детей. Поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь ему.	
	Речевое развитие		Формировать умение вести диалог с	

			педагогом: слушать и понимать заданный вопрос, понятно отвечать на него, говорить в нормальном темпе, не перебивая говорящего взрослого.	
	Физическое развитие	«Будем сильными, как папа» Физическая культура Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов в обе стороны. Развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом. Разучить броски мяча через шнур, расположенный на высоте поднятой руки ребенка. Повторить подлезание под шнур на высоте 50 см. от пола, не касаясь пола руками. Повторить упражнение в равновесии. Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма.	Занятия Досуг
III-2023г.	Социально-коммуникативное развитие		Формировать навыки безопасного поведения в подвижных играх.	
	Речевое развитие		Формировать потребность делиться своими впечатлениями с воспитателями и родителями	
	Физическое развитие	«Вот какие мы большие» Физическая культура.	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу в колонне по одному. Повторить прыжки с продвижением вперед, упражнения в ползании, в сохранении равновесия	Занятия Досуг

		Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	при ходьбе на повышенной опоре. Учить выполнению прыжков в длину с места. И бросанию мяча в пол и ловле его двумя руками. Дать представление о необходимости закаливания организма.	
IV-2023г.	Социально-коммуникативное развитие		Постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, формировать уважительное отношение к окружающим.	
	Речевое развитие		На основе обогащения представлений о ближайшем окружении продолжать расширять и активизировать словарный запас детей	
	Физическое развитие	«Космонавты»» Физическая культура.	Формировать правильную осанку, упражнять в ходьбе и беге по кругу в колонне по одному, в ходьбе с выполнением заданий. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке. Продолжить обучение прыжкам в длину с места. Развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом (броски мяча вверх и ловля его двумя руками). Повторить ползание на высоких четвереньках.	Занятия Досуг

		Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Дать представление о ценности здоровья, формировать желание вести здоровый образ жизни.	
V-2023г.	Социально-коммуникативное развитие		Развивать умение согласовывать свои действия с действиями других детей.	
	Речевое развитие		Помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом.	
	Физическое развитие	«Непослушные мячи» Физическая культура. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Развивать ориентировку в пространстве, повторить ходьбу и бег врассыпную, учить ходьбе «змейкой» между предметами. Упражнять в ходьбе с обозначением поворотов на «углах» зала. Развивать равновесие, выполняя задания на гимнастической скамейке (ходьба и ползание на низких четвереньках). Упражнять в бросании мяча вверх и ловле его двумя руками, в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги. Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма.	Занятия Досуг
VI-2023	Социально-коммуникативное		Создавать игровые ситуации, способствующие	

	развитие		формированию внимательного, заботливого отношения к окружающим.	
	Речевое развитие		Формировать умение вести диалог с педагогом: слушать и понимать заданный вопрос, понятно отвечать на него, говорить в нормальном темпе, не перебивая говорящего взрослого.	
	Физическое развитие	Веселые старты, посвященные Международному Олимпийскому Дню. Физическая культура.	Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге враспынную. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры. Продолжить обучение прыжкам в длину, акцентируя внимание на приземлении на полусогнутые ноги. Развивать ловкость и глазомер, выполняя задания с мячом. Учить выполнению бросков мешочков вдаль удобной для ребенка рукой. Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения.	Занятия Досуг
VII-2023	Социально-коммуникативное развитие		Формировать доброжелательное отношение друг к другу, умение делиться с	

			товарищем.	
	Речевое развитие		Обучать умению вести диалог с педагогом: слушать и понимать заданный вопрос, понятно отвечать на него, говорить в нормальном темпе, не перебивая говорящего взрослого.	
	Физическое развитие	«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья» Физическая культура. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Повторить ходьбу с выполнением заданий, развивать равновесие и упражнять в прыжках на двух ногах, уделяя внимание выполнению энергичного отталкивания двумя ногами. Упражнять в выполнении прыжков в длину с места, повторить броски мяча на дальность. Упражнять в лазании по гимнастической лестнице, акцентируя внимание на правильности выполнения хвата за рейку. Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.	Занятия Досуг
VIII-2023	Социально-коммуникативное развитие		Формировать опыт правильной оценки хороших и плохих поступков.	
	Речевое развитие		Обучать умению вести диалог с педагогом:	

		слушать и понимать заданный вопрос, понятно отвечать на него, говорить в нормальном темпе, не перебивая говорящего взрослого	
Физическое развитие	Веселые старты, посвященные Дню физкультурника Физическая культура. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, разучить выполнение бросков мешочков в горизонтальную цель, развивать глазомер. Упражнять в ползании на четвереньках между предметами. Упражнять в выполнении бросков и ловли мяча двумя руками и в выполнении броска мяча в пол и ловле его после отскока. Продолжить развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.	Занятия Досуг

2.3 Содержание образовательной работы с детьми для групп старшего возраста (5-6 лет)

Месяц (или квартал)	Образовательные области	Темы направления деятельности	Основные задачи работы с детьми	Формы работы (занятия, проекты, праздники, концерты и др.)
IX-2022	Социально-коммуникативное развитие		Побуждать детей постоянно и своевременно поддерживать порядок в физкультурном зале.	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, обсуждать пользу соблюдения режима дня.	
	Физическое развитие	«Здравствуй, Осень золотая!» Физическая культура. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Развивать умения: сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке, в ходьбе на носках на возвышенной опоре; выполнять энергичное отталкивание двумя ногами от пола с взмахом рук в прыжке при доставании предмета. Упражнять в перебрасывании мяча в парах друг другу разными способами, в бросании мяча вверх и ловле его двумя руками. Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма.	Занятия Досуг
X-2022	Социально-коммуникативное развитие		Поощрять проявления смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнений.	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности. Расширять представление об	

			особенностях функционирования и целостности человеческого организма.	
	Физическое развитие	«День мяча» Физическая культура. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Формировать умения: перестраиваться в колонну по два. Ходить приставным шагом по гимнастической скамейке, выполнять поворот во время ходьбы по сигналу. Упражнять в перепрыгивании через шнуры, в бросании мяча двумя руками от груди на расстояние 3 м. Ознакомить с техникой выполнения спрыгивания с гимнастической скамейки на полусогнутые ноги. Расширять представление о составляющих здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.	Занятия Досуг
XI-2022	Социально-коммуникативное развитие		Побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр.	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой	
	Физическое развитие	«С физкультурой мы дружим!» Физическая культура.	Формировать умения: переключать (мал.) мяч из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке, прыгать на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед. Развивать ловкость и координацию движений. Упражнять в перебрасывании мяча двумя руками из-за головы, в ползании по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя	Занятия Досуг

		Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	руками. Расширять представление о составляющих здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.	
XII-2022	Социально-коммуникативное развитие		Побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр, формирование дружеских отношений.	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.	
	Физическое развитие	«Здравствуй, Зимушка - Зима» Физическая культура. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Упражнять в беге змейкой и со сменой направления по сигналу. Отрабатывать навык прыжка с преодолением препятствий на двух ногах и с одной ноги на другую. Формировать умения выполнять броски мяча вверх с одним и двумя хлопками и ловлей. Закрепить навык ползания на высоких четвереньках «змейкой». Ознакомить с выполнением прокатывания набивного мяча весом 1 кг. вперед. Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке приставным шагом. Формировать представление о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.	Спортивный праздник Занятия
I -2023	Социально-коммуникативное развитие		Формировать навыки безопасного поведения в спортивном зале, во время подвижной игры.	

	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой, влияние прогулок на свежем воздухе на здоровье человека.	
	Физическое развитие	«Малые Олимпийские Игры» Физическая культура. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их, развивать ловкость и глазомер. Формировать умение: в прыжках на одной ноге между предметами, забрасывании мяча в корзину двумя руками способом от груди и из-за головы, выполнении бросков мяча в парах (двумя руками от груди), в пролезании в обруч боком и лицом вперед. Ознакомить с выполнением отбивания мяча на месте правой и левой рукой. Расширять представление о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.	Занятия Досуг
II-2023	Социально-коммуникативное развитие		Формировать навык оценки поведения своего и сверстников во время проведения игр	
	Речевое развитие		Расширять представление о частях тела человека, проговаривать действия и названия упражнений в процессе двигательной деятельности.	
	Физическое развитие	Веселые учения, посвященные Дню защитника Отечества Физическая культура.	Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную, по сигналу с переходом на движение в колонну по одному. Развивать умение выполнять прыжки на двух ногах через мешочки с песком правым и левым боком, выполнять броски мяча двумя руками из-за головы в корзину, перебрасывать	Занятия Досуг

		Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	<p>малый мяч с одной руки на другую, бросать и ловить малый мяч одной рукой. Формировать умение ползать на низких и высоких четвереньках по гимнастической скамейке, ведение мяча правой и левой рукой.</p> <p>Формировать представление о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к тем, кто болеет и плохо себя чувствует.</p>	
III-2023	Социально-коммуникативное развитие		Поощрять проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнений	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, при обсуждении правил игры	
	Физическое развитие	<p>«Весенняя капель»</p> <p>Физическая культура.</p> <p>Формирование начальных представлений о</p>	<p>Формировать навык: ходить по «змейке» приставным шагом при поддержке партнера, упражнять в прыжках из обруча в обруч, выполнении прыжков ноги скрестно - ноги врозь. Упражнять в выполнении бросков мяча в парах и ловле его после отскока, с усложнением (добавление хлопка), в выполнении прыжков на двух ногах через набивные мячи, в метании мешочка в горизонтальную цель, в ползании по гимнастической скамейке на высоких четвереньках. Ознакомить с выполнением ходьбы по гимнастической скамейке с выполнением поворота на 360 градусов.</p> <p>Формировать умение характеризовать свое</p>	<p>Занятия</p> <p>Праздник с родителями</p>

		здоровом образе жизни.	самочувствие. Знакомить детей с возможностями здорового человека.	
IV-2023	Социально-коммуникативное развитие		Формировать навык ролевого поведения, выступать в роли капитана команды.	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности.	
	Физическое развитие	«Земля в иллюминаторе» Физическая культура. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Формировать умение: сохранять устойчивое равновесие на гимнастической скамейке, выполнять прыжки на одной ноге, подбрасывать малый мяч одной рукой и ловить его после отскока от пола одной рукой, прыгать через короткую скакалку, пролезать в обруч. Упражнять в прокатывании обруча на расстояние 3-4 м., потом в парах друг другу. Ознакомить с ползанием по полу с последующим переползанием через гимнастическую скамейку. Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физической культурой и спортом.	Занятия Досуг, посвященный дню космонавтики.
V-2023	Социально-коммуникативное развитие		Воспитывать у детей положительное отношение к труду, желание выполнять посильные трудовые поручения. Учить оценивать результат своей работы.	
	Речевое развитие		Формировать умение договариваться об условиях игры, объяснять правила игры, развивать умение детей общаться спокойно без крика и обид.	
	Физическое	«Если хочешь быть	Формировать умение: ходить и бегать парами с поворотом	Занятия

	развитие	здоров..!» Физическая культура.	по сигналу; перешагивать через набивные мячи, положенные на гимнастическую скамейку; прыгать на двух ногах с продвижением вперед; перебрасывании мяча в парах друг другу и ловле его двумя руками после отскока от пола; прыгать в длину с места. Упражнять в выполнении челночного бега 3 по 10 м., в ходьбе по гимнастической скамейке приставным шагом с выполнением приседания на середине, ударяя мячом о пол и ловлей его руками. Упражнять в лазании по гимнастической стенке с переходом с одного пролета на другой (на спортивной площадке, на улице). Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физической культурой и спортом.	Досуг
VI-2023	Социально-коммуникативное развитие		Продолжать знакомить с правилами безопасного поведения вот время игр в разное время года. Поощрять проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнений.	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, при обсуждении правил игры	
	Физическое развитие	«Летние малые Олимпийские Игры!»!» Веселые старты, посвященные Международному Олимпийскому	Упражнять детей в непрерывном беге в течение 2 минут, в ходьбе с выполнением заданий по сигналу, в метании мячей вдаль и в цель. Развивать ловкость и силовые качества. Формировать умение	Занятия Спортивный праздник

		<p>Дню.</p> <p>Физическая культура.</p> <p>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.</p>	<p>прокатывать набивной мяч в прямом направлении, лазать по гимнастической стенке с переходом с одного пролета на другой (на спортивной площадке, на улице). Выполнять бег на скорость, челночный бег.</p> <p>Знакомить с основами безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.</p>	
VII-2003	Социально-коммуникативное развитие		Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми, воспитывать уважительное отношение к окружающим.	
	Речевое развитие		Расширять словарный запас детей, знакомя с летними видами спорта.	
	Физическое развитие	<p>«Путешествие в мир русских народных игр»</p> <p>Физическая культура.</p> <p>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.</p>	<p>Продолжить обучение выполнению поворотов на месте переступанием. Развивать координацию движений в прыжке в длину с места. Развивать точность движений при броске мяча. Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке приставным шагом, перешагивая через набивные мячи. Развивать ловкость, глазомер, точность движений, координацию движений в прыжках с доставанием предмета.</p> <p>Формировать умение замечать и самостоятельно устранять беспорядок в своем внешнем виде.</p>	
VIII-2023	Социально-коммуникативное развитие		Продолжать формировать умение оценивать свои поступки и поступки других детей, воспитывать стремление «поступать	

			хорошо».	
	Речевое развитие		Расширять словарный запас детей, знакомя со спортивным инвентарем.	
	Физическое развитие	Веселые старты, посвященные Дню физкультурника. Физическая культура. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Развивать координацию движения. Ознакомить детей с выполнением челночного бега. Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами, упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре, в прыжках на одной ноге через шнуры, положенные на расстоянии 40 см., отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки и ведения мяча по прямой (баскетбольный вариант). Продолжить формирование у детей потребности в здоровом образе жизни	

2.4 Календарный план воспитательной работы

На уровне ГБДОУ

Месяц	Тематика мероприятия	Мероприятие	Группы
Сентябрь	Гражданско-патриотическое воспитание	«Здравствуй, любимый детский сад!»	Младшая группа Старшие группы №1, № 2
Октябрь	Формирование основ здорового образа жизни	«Джунгли зовут» (4 октября – Всемирный день животных)	Старшие группы №1, № 2
Ноябрь	Формирование основ здорового образа жизни	Неделя здоровья	Младшая группа Старшие группы №1, № 2
Декабрь	Формирование основ здорового образа жизни	«Зимние забавы»»	Младшая группа Старшие группы №1, № 2
Январь	Формирование основ здорового	Малые зимние	Старшие группы

	образа жизни	Олимпийские игры	№1, № 2
Февраль	Гражданско-патриотическое воспитание	День мужества «23 февраля - День Защитника Отечества»	Младшая группа Старшие группы №1, № 2
Март	Формирование основ здорового образа жизни	Весенняя капель	Младшая группа Старшие группы №1, № 2
Апрель	Формирование основ здорового образа жизни Гражданско-патриотическое воспитание	Декада здорового образа жизни «День космонавтики»	Младшая группа Старшие группы №1, № 2
Май	Формирование основ здорового образа жизни Гражданско-патриотическое воспитание	Тропа здоровья Неделя мужества. День Победы.	Младшая группа Старшие группы №1, № 2 Старшие группы №1, № 2
Июнь	Гражданско-патриотическое воспитание Формирование основ здорового образа жизни	«День России» Веселые старты	Старшие группы №1, № 2 Младшая группа
Июль	Формирование основ здорового образа жизни	Малые летние Олимпийские Игры	Старшие группы №1, № 2
Август	Формирование основ здорового образа жизни	«День физкультурника»	Старшие группы №1, № 2 Младшая группа

Внешний уровень

Сроки проведения	Тематика мероприятия	Группы
в течение года	Участие в ежегодных совместных социальных проектах и акциях патриотической направленности на разных уровнях: всероссийский, городской, районный	Старшие группы №1, № 2
январь-май	Урок – презентация ВФСК ГТО для воспитанников детских садов	Старшая группа № 2
май	Районные соревнования «Папа, мама, я – дружная спортивная семья»	Старшая группа № 2

май	Фестиваль «Веселая дорога к ГТО»	Старшие группы № 2

2.5 Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по программе

Объект педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
Индивидуальные достижения детей в образовательной области: "Физическое развитие"	- Наблюдение	2 раза в год	2 недели в каждой группе	Сентябрь Май

Н.В.Верещагина Диагностика педагогического процесса в первой младшей группе (с 2 до 3 лет) дошкольной образовательной организации. – СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», 2015

Н.В.Верещагина Диагностика педагогического процесса в младшей группе (от 3 до 4 лет) дошкольной образовательной организации. – СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», 2015

Н.В.Верещагина Диагностика педагогического процесса в старшей группе (от 5 до 6 лет) дошкольной образовательной организации. – СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», 2015

2.6. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников

Работа, обеспечивающая взаимодействие семьи и дошкольной организации, включает следующие направления:

– **аналитическое** - изучение семьи, выяснение образовательных потребностей ребёнка и предпочтений родителей для согласования воспитательных воздействий на ребенка;

– **коммуникативно-деятельностное** - направлено на повышение педагогической культуры родителей; вовлечение родителей в воспитательно-образовательный процесс; создание активной развивающей среды, обеспечивающей единые подходы к развитию личности в семье и детском коллективе.

– **информационное** - пропаганда и популяризация опыта деятельности ДОО; создание открытого информационного пространства: размещение информации для родителей на сайте ДОО, консультации для родителей в группе в социальных сетях.

месяц	Темы	Группы	Формы работы
IX-2022	Задачи и содержание воспитательно - образовательной работы по физическому воспитанию, подготовка формы для занятий физической культурой.	Все группы	Подготовка информации для воспитателей перед родительскими собраниями.
X-2022	Итоги мониторинга детей по физической подготовленности.	Все группы	Индивидуальные консультации для родителей.
XI-2022	«Физкультура и спорт в нашей семье»	Все группы	Анкеты для родителей
XII-2022	«Профилактика плоскостопия у дошкольников»	Все группы	Папка-передвижка
I-2023	«I ступень ГТО: тесты, нормативы? Совместная подготовка детей к сдаче нормативов ГТО.»	Все группы	Размещение в группе «ВКонтакте», в WatsApp
II-2023	«День защитника Отечества»	Старшая группа	Совместный праздник с папами
III-2023	»Мы за здоровый образ жизни»	Старшие группы	Рисунки, создание групповой книги «ЗОЖ»
IV-2023	«Формирование правильной осанки у дошкольников в домашних условиях» в рамках Недели здоровья	Старшие группы	Мастер класс для родителей
V-2023	Итоги мониторинга детей по физической подготовленности.	Все группы	Индивидуальные консультации
VI-2023	«Выходи играть во двор»	Все группы	Папка с информацией Размещение в группе «ВКонтакте», в WatsApp
VII-2023	"Русские народные игры"	Все группы	Папка с информацией Размещение в группе «ВКонтакте», в WatsApp
VIII-2023	«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»	Все группы	Папка с информацией

Планируемый результат работы с родителями:

- повышение уровня родительской компетентности;
- организация преемственности в работе ДОО и семьи по вопросам оздоровления, досуга, обучения и воспитания;
- активное вовлечение родителей в спортивную жизнь ДОО

3. Организационный раздел рабочей программы.

3.1. Структура реализации образовательной деятельности

Виды деятельности, технологии	Совместная деятельность педагога с детьми	Самостоятельная деятельность детей	Индивидуальный маршрута развития ребенка
Здоровьесберегающие технологии, технологии сохранения и стимулирования здоровья: - пальчиковая гимнастика - ортопедическая гимнастика - корригирующая гимнастика - подвижные игры - гимнастика после дневного сна - дыхательная гимнастика - гимнастика для глаз - самомассаж ИТК технологии	- Непрерывная образовательная деятельность 3 раза в неделю; - эстафеты и соревнования - дыхательная гимнастика - дни здоровья - контрольные (диагностика) - физкультминутки -динамические паузы -игры большой и малой подвижности -физкультурные праздники и развлечения - тематические с интеграцией образовательных областей -с использованием персонажей -с участием родителей - спортивные игры и упражнения	Создание условий для самостоятельной деятельности детей, по физическому развитию, в режимных моментах: подвижные игры, свободное творчество, игровые упражнения со спортивным инвентарем, подражательные движения танцевальные движения под музыку.	Наблюдение. Диагностика.

3.2. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию)

(в соответствии с требованиями СанПиН, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ 28.09.2020 г. 28)

Группы	Продолжительность одного занятия по физическому развитию	Количество образовательных занятий по физическому развитию <u>в неделю</u>
раннего возраста	10мин	2
младшая	15 мин	3
старшая	25 мин.	3

3.3 Расписание НОД

группа	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
раннего возраста		15.40-15.50		9.05-9.15 9.20-9.30	
младшая	10.10-10.25		9.00-9-15		9.00-9.15
1 старшая	16.35-17.00	16.35-17.00	12.05-12.30		
2 старшая			16.05-16.30	16.05-16.30	10.10-10.35

3.4 Организация развивающего пространства и методическое обеспечение занятий на 2022-2023 учебный год

№ п/п	Содержание работы	Срок
1.	Подготовить спортивный инвентарь и оборудование к новому учебному году (отремонтировать мячи - мякиши, вымыть инвентарь, накачать мячи)	Сентябрь
2.	Обновить ориентиры из экокожи в форме листочков.	
3.	Пополнить картотеку подвижных игр, пальчиковых игр, физкультминуток по лексическим темам на первое полугодие учебного года.	Октябрь
4.	Обновить материал по зимним видам спорта	Ноябрь

5.	Сделать подборку материалов «Подвижные игры зимой».	Декабрь
6.	Пополнить картотеку подвижных игр, пальчиковых игр, физкультминуток по лексическим темам на второе полугодие учебного года.	
7. 8.	Изготовить атрибуты и пособия для проведения «Малых Зимних Олимпийских игр»	Январь
9.	Изготовить атрибуты и пособия для проведения эстафет, посвященных Дню защитника Отечества и к совместному празднику с папами.	Февраль
10.	Пополнить картотеку русских народных игр.	Март
11.	Изготовить атрибуты и пособия для проведения досуга, посвященного Дню космонавтики.	Апрель
12.	Обновить материал по летним видам спорта	Май
13.	Сделать подборку материалов о подвижных играх для детей дошкольного возраста "Выходи играть во двор».	Июнь
14.	Изготовить ориентиры в форме божьей коровки	Июль
15.	Изготовить атрибуты и пособия для проведения досуга, посвященного Дню физкультурника	Август

3.5 Планирование спортивных досугов и праздников

Старшие группы № 1 и 2	
сентябрь	«Здравствуй, Осень золотая»
октябрь	«День мяча!»
ноябрь	«С физкультурой мы дружим»
декабрь	«Здравствуй, Зимушка - Зима»
январь	«Малые Олимпийские игры – спортивный праздник»
февраль	Веселые учения, посвященные Дню защитника Отечества
март	«Весенняя капель»
апрель	«Земля в иллюминаторе»
май	«»Если хочешь быть здоров...»
июнь	«Малые Летние Олимпийские Игры!»», посвященные Международному

	Олимпийскому Дню
июль	«Путешествие в мир русских народных игр»
август	Веселые старты, посвященные Дню физкультурника.

Младшая группа:	
сентябрь	«Путешествие в осенний лес»
октябрь	«В гости к ежику»
ноябрь	«Волшебный балансир»
декабрь	«Самый ловкий»
январь	«Зимние забавы»
февраль	«Будем сильными как папа!»
март	«Вот какие мы большие»
апрель	«Космонавты»
май	«Непослушные мячи»
июнь	Веселые старты, посвященные Международному Олимпийскому Дню.
июль	«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»
август	Веселые старты, посвященные Дню физкультурника.

3.6 Перечень компонентов развивающей предметно-пространственной среды.

№	Наименование инвентаря для занятий по физической культуре	количество
1.	Гимнастическая скамейка (длина 4 м., высота 30 см.)	2
2.	Маты гимнастические (большие)	3+1
3.	Мат гимнастический (малый)	1
4.	Батут круглый, диаметр 102 см.	1
5.	Детский набор мягких модулей «Частокол»	1
6.	Игровой комплект «Набрось кольцо»	2

7.	Ворота футбольные с сеткой	2
8.	Набор мягких модулей производство «Альма» 28 шт.	1
9.	Мягкие модули производство «Альма»: горка, большой куб, 2 арки, 1 ступенька, черепаха.	1
10.	Массажная змея производство «Альма» (с шариками внутри).	1
11.	Детская полоса препятствий (11 модулей)	1
12.	Игровая дорожка	1
13.	Коврик «Топ-топ»	1
14.	Детская дорожка «Гофр» со следочками	1
15.	Лента-гусеница	2
16.	Игровой набор «Кузнечик»	1
17.	Дорожка для подлезания «Радуга» (4 элемента).	2
18.	Сенсорная дорожка: 40 на 180 см. (песок, горох, пуговицы, канат) №1	2
19.	Тактильная дорожка 150х30	1
20.	Гантели мягкие с насыпкой, 250 гр.	20
21.	Мешочки для равновесия	4
22.	Мешочки для метания 15х15	16
23.	Палка гимнастическая деревянная	34
24.	Комплект плоских обручей 10 шт.	1
25.	Конус с заглушкой и отверстиями	4
26.	Обруч Д =60 см.	18
27.	Обруч Д=80 см.	5
28.	Скакалки	16
29.	Диски «Здоровья»	2
30.	Конусы - ограничители	24
31.	Деревянные бруски	8
32.	Набор кеглей	2
33.	Эспандер кистевой	4

34.	Клюшки	4
35.	Тоннель	1
36.	Массажный коврик 25х25	6
37.	Балансировочная подушка с шипами (16 см.)	12
38.	Тренажер «Бегущий по волнам»	1
39.	Мяч массажный	13
40.	Мяч теннисный	16
41.	Мяч резиновый Д=7 см.	32
42.	Набивные мячи, вес 5 кг.	2
43.	Набивные мячи, вес 1 кг.	8
44.	Мячи полиуретановые, диаметр 20-22 см.	21
45.	Мячи баскетбольные, детские	5
46.	Мячи баскетбольные, большие	2
47.	Мячи фитболы, диаметром 45 см.	4
48.	Мячи фитболы, диаметром 55 см.	3
49.	Мяч «Хоп-45» с рогами	5
50.	Листочки и геометрические фигуры из дермантина – ориентиры.	25
51.	Мяч - «мякиш».	2
52.	«Парашют»	2
53.	Игровой набор «Заплети косу»	2
54.	Игровой набор «Классики»	2
55.	Штаны с обручем для конкурсов	1

3.7 Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)

Список используемой литературы

Образовательная область, направление образовательной деятельности	Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.)
Физическое развитие	<ol style="list-style-type: none"> 1. «От рождения до школы инновационная программа дошкольного образования» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, Э. М. Дорофеевой – Мозаика Синтез, М.2021. Издание 6-е, дополнительное 2. И. С. Красикова «Осанка. Воспитание правильной осанки. Лечение нарушений осанки» - СПб: Корона принт, 2001. 3. Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду: старшая группа. Соответствует ФГОС» - М. МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2014 4. С. Я. Лайзане «Физическая культура для малышей» - Москва «Просвещение», 1987 5. Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду: младшая группа. Соответствует ФГОС» - МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2014. 6. Э. Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. Соответствует ФГОС» » - М. МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2014. 7. Н. В. Сулим «Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 3-5 лет» - ООО «ТЦ Сфера». 2014. 8. К. К. Утробина «Занимательная физкультура для дошкольников 3-5 лет» - М. : Издательство ГНОМ и Д, 2003. 9. М. Ю. Картушина «Коммуникативные игры для дошкольников» Методическое пособие. – М. «Скрипторий 2003», 2014 10. А. И. Фомина «Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду» - М. Просвещение, 1984. 11. Т. В. Лисина, Г. В. Морозова «Подвижные тематические игры для дошкольников» - М.:ТЦ Сфера, 2015 12. Л. А. Соколова «Комплексы сюжетных утренних гимнастик для дошкольников» - СПб ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2013.

	<p>13. Т. Е. Харченко «Спортивные праздники в детском саду» - ООО «ТЦ Сфера», 2013.</p> <p>14. В. Я, Лысова, Т. С. Яковлева, М. Б. Зацепина, О. И. Воробьева «»Спортивные праздники и развлечения ,сценарии .Старший дошкольный возраст» - М. АРКТИ, 2000.</p> <p>15. Т. Ю. Бардышева «Разговорчивые пальчики» - Дмитров, Карапуз, 2001.</p> <p>16. Т. Ю. Бардышева «Забодаю, забодаю! Пальчиковые игры для самых маленьких» - Дмитров, Карапуз, 2001.</p> <p>17. Л. И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-7 лет» - М. МОСКВА – СИНТЕЗ, 2013</p> <p>18. О. И. Крупенчук «Ладушки. Пальчиковые игры для малышей (1-3 лет)» - СПб, Литера, 2005.</p> <p>19. Т. Н.Щербакова «Игры с пальчиками» - Дмитров, Карапуз, 2001.</p> <p>20. В. В. Цвынтарный «Играем с пальчиками и развиваем речь» - СПб, ХАРДФОРД, 1996.</p> <p>21. Н. С, Голицына, Е.Е. Бухарова «Физкультурный калейдоскоп для дошкольников» - М. , Скрипторий 2003, 2006.</p>
Педагогическая диагностика	<p>Н.В.Верещагина Диагностика педагогического процесса в первой младшей группе (с 2 до 3 лет) дошкольной образовательной организации. – СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», 2015</p> <p>Н.В.Верещагина Диагностика педагогического процесса в младшей группе (от 3 4 лет) дошкольной образовательной организации. – СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», 2015</p> <p>.Н.В.Верещагина Диагностика педагогического процесса в старшей группе (от5 до 6 лет) дошкольной образовательной организации. – СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», 2015</p>