

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 3 (МАДОУ детский сад №3)

---

352900 г. Армавир, ул. п. Роща, тел. 4-01-44

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МАДОУ детского сада №3  
\_\_\_\_\_ К.О. Андрющенко  
Приказ № \_\_\_\_-од от 31.08. 2022 года  
Утверждено решением педагогического совета  
МАДОУ детского сада №3  
протокол № 1 от 31.08. 2022 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

планирования образовательной деятельности с детьми по реализации  
образовательной области «Физическое развитие»  
в ходе освоения основной образовательной программы дошкольного  
образования  
в МАДОУ детском саду № 3  
(подготовительная к школе группа)

Срок реализации 1 год

Разработчик:  
Ю.С. Кудрявцева  
инструктор по ФК  
МАДОУ детского сада №3

Армавир  
2022 год

№ П/п	Содержание	страницы
1.	Целевой раздел	3
1.1	Пояснительная записка	4
1.1.1	Цели и задачи (обязательная часть и часть формируемая участниками образовательных отношений)	6
1.1.2	Принципы и подходы в организации образовательного процесса(обязательная часть и часть формируемая участниками образовательных отношений)	7
1.1.3	Значимые для разработки и реализации рабочей программы характеристики.	11
1.2	Планируемые результаты освоения Программы.	12
2.	Содержательный раздел	13
2.1	Учебный план реализации Программы в группе	14
2.2	Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка (обязательная часть и часть формируемая участниками образовательных отношений)	14-15
2.3	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	17
2.4	Способы и направления поддержки детской инициативы	18
2.5	Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	19
2.6	Планирование воспитательно – образовательного процесса	21
2.7	Перспективное планирование	22
3.	Организационный раздел	37
3.1	Организация развивающей предметно – пространственной среды	38
3.2	Описание обеспечения методическими материалами и средствами обучения и воспитания (обязательная часть и часть, формируемая участниками образовательных отношений)	40
3.3	Расписание занятий (непрерывной образовательной деятельности.)	
3.4	Организация учебно – воспитательного процесса ( приложение)	

## 1. Целевой раздел.

### 1.1 Пояснительная записка.

Рабочая программа планирования образовательной деятельности с детьми по реализации образовательной области «Физическое развитие» разработана в соответствии с основной образовательной программой муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 3 (далее – ООП ДО). Очень важной, составной частью гармоничного развития личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание всех этих качеств должно начинаться с детства. В связи с этим одной из актуальных задач физического воспитания дошкольников является разработка и использование таких методов и средств, которые способствовали бы функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делали бы его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды.

Использование разнообразных форм двигательной деятельности создает оптимальный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья ребенка. Физкультурные праздники, физкультурный досуг, Дни здоровья являются важными компонентами активного отдыха детей. Многообразная деятельность детей, насыщенная эмоциональными играми, упражнениями, проводимыми на свежем воздухе в виде развлечений, способствует физической реакции детей, расслабления организма после умственной нагрузки, укреплению их здоровья полезными упражнениями и в плане всесторонней физической подготовки, и в плане активного отдыха детей являются спортивные игры и упражнения, в основе которых лежат все основные виды движений, выполняемых в самых разнообразных условиях.

Рабочая программа по физической культуре составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами, регламентирующими деятельность ДОУ:

- Законом «Об образовании в Российской Федерации», № 273 от 29.12.2012г.
  - Приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».
  - СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"
  - Уставом МАДОУ;
  - Положением о рабочей программе педагога ДОУ;
  - нормативно – правовыми актами, регулирующими деятельность инструктора по физической культуре образовательного учреждения.
- Основанием для разработки рабочей программы послужила ООПДО МАДОУ детского сада №3.

- Инструктору по физической культуре следует целенаправленно организовывать образовательный процесс так, чтобы от детей требовалась оптимальная двигательная активность во всех видах детской деятельности. Такой подход не только стимулирует физическое развитие, но и способствует более успешному решению остальных образовательных задач.

### **1.1.1 Цели и задачи**(обязательная часть и часть формируемая участниками образовательных отношений)

**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.

**Реализация данной цели связана с решением следующих задач:**

**развитие** физических качеств — скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации;

**накопление и обогащение** двигательного опыта детей — овладение основными двигательными режимами (бег, ходьба, прыжки, метание, лазанье);

**формирование** потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Программа направлена на:

реализацию принципа доступности, учитывая возрастные особенности воспитанников;

соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», реализуя принцип систематичности и последовательности;

усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования дошкольниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

**1.1.2.** Принципы и подходы в организации образовательного процесса(обязательная часть и часть формируемая участниками образовательных отношений)полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;

построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;

содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

сотрудничество Организации с семьей;

приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;

формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;

возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);

учет этнокультурной ситуации развития детей.

Возрастные особенности детей от 3 до 7 лет

У ребенка с 3 до 7 лет жизни под воздействием обучения условные связи закрепляются и совершенствуются. Повышается физическая подготовленность, совершенствуются психофизические качества. Таким образом, понимание особенностей развития нервной системы ребенка позволяет педагогом посредством упражнений и подвижных игр укреплять и совершенствовать его нервную систему.

За период раннего и дошкольного детства непрерывно изменяются показатели физического развития: роста, массы тела, окружности головы, грудной клетки.

За первый год жизни рост ребенка увеличивается примерно на 25 см. К 5 годам он удваивается по сравнению с первоначальным.

Масса тела ребенка на первом году жизни утраивается по сравнению с массой при рождении. После года отмечаются прибавки на каждом году жизни по 2 – 2,5 кг. К 6 -7 годам она удваивается по сравнению с показателями годовалого ребенка.

Костная система ребенка богата хрящевой тканью. Кости его мягкие, гибкие, недостаточно прочные, поэтому они легко поддаются как благоприятным, так и неблагоприятным воздействиям. Эти особенности костной системы требуют внимания педагогов к подбору физических упражнений, мебели, одежды и обуви в соответствии с функциональными и возрастными возможностями ребенка.

Окостенение опорно-двигательного аппарата начинается с 2 – 3 лет. Оно происходит постепенно в течение всего дошкольного детства. В этот период

формируются изгибы в шейном, грудном, поясничном отделах позвоночника. Физиологическое развитие позвоночника играет жизненно важную роль и влияет на формирование правильной осанки, техники движений, состояние внутренних органов, дыхательную и нервную системы. S – образный изгиб позвоночника предохраняет скелет от травм при выполнении физических упражнений.

В дошкольном детстве происходит формирование свода стопы. Оно начинается на первом году жизни и интенсивно продолжается с освоением ребенком ходьбы весь дошкольный период. В укреплении свода стопы важнейшую роль играют физические упражнения. Важно также подобрать ребенку соответствующую обувь.

В младшем возрасте у ребенка мышцы-сгибатели развиты больше, чем разгибатели, поэтому часто его движения и осанка бывают неправильными: сутулая спина, опущенная голова, сведенные плечи и т.д. К 5 годам увеличивается мышечная масса, нарастает мускулатура нижних конечностей, увеличиваются сила и работоспособность мышц. Сила мышц увеличивается с 3,5 – 4 кг к 7 годам. С 4 лет появляются различия в показателях у мальчиков и девочек. Значительно увеличивается станова́я сила - сила мышц туловища. Она увеличивается к 7 годам до 32 – 34 кг по сравнению с 15 – 17 кг в 3 – 4 года.

Статическое состояние мышц называется мышечным тонусом. Мышечный тонус в дошкольном возрасте имеет большое значение для формирования правильной осанки. Мышечный тонус туловища создает естественный «мышечный корсет». С годами у ребенка укрепляются мышцы спины и живота. Это является результатом, как регулярного функционирования центральной нервной системы, так и положительным воздействием физических упражнений.

В старшем дошкольном возрасте отмечается бурное развитие и перестройка в работе всех физиологических систем организма ребенка: нервной, сердечно-сосудистой, эндокринной, опорно-двигательной. Организм дошкольника развивается очень интенсивно. Ребенок быстро прибавляет в росте и весе, изменяются пропорции тела.

На протяжении первых семи лет у него не только увеличиваются все внутренние органы, но и совершенствуются их функции. Происходят существенные изменения высшей нервной деятельности. По своим характеристикам головной мозг шестилетнего ребенка в большей степени приближается к показателям мозга взрослого человека. Организм ребенка в этот период свидетельствует о готовности к переходу на более высокую ступень возрастного развития, предполагающую более интенсивные умственные и физические нагрузки.

После пяти лет резко возрастает потребность ребенка в общении со сверстниками. В игре и других видах совместной деятельности дети осуществляют обмен информацией, планирование, разделение и координацию функций. Постепенно складывается достаточно сплоченное

детское общество. Существенно увеличиваются интенсивность и широта круга общения.

Проявления в психическом развитии:

- хочет заниматься интересными делами, умеет сам их находить;
- стремится к контактам, проявляет доброжелательность в общении со взрослыми и сверстниками, адекватность в поведении, эмоциональную отзывчивость;
- стремится к освоению нового (информации, игр, способов действия с различными предметами).

Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат и мускулатура) у детей 6-7 лет еще далеко до завершения. Кости детей содержат значительное количество хрящевой ткани, суставы очень подвижны, связочный аппарат легко растягивается. В 6-8 лет заканчивается формирование физиологических изгибов позвоночника. Скелетная мускулатура ребенка 6-8 лет характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций и связок. Так, брюшной пресс ребенка 6 лет как мышечно-фасциальный комплекс еще слабо развит и не в состоянии выдержать значительные напряжения, например, связанные с подъемом тяжестей.

К 6-7 годам хорошо развиты круглые мышцы живота, однако мелкие мышцы спины, имеющие большое значение для удержания правильного положения позвоночного столба, развиты слабее. К 6-7 годам заметно увеличивается сила мышц-разгибателей туловища, бедра и голени – это способствует развитию координированных двигательных актов (ходьба, бег, прыжки) и физических качеств (быстрота, сила, выносливость).

Уровень развития костно-мышечной системы и двигательного анализатора у детей 6-7 лет дает им возможность, кроме естественных движений (ходьба, бег, прыжки), имеющих место в повседневной двигательной активности, воспроизводить ряд сложных двигательных действий. Качество выполнения этих движений позволяет сделать заключение об определенной моторной зрелости детей 6-7 лет.

Старшие дошкольники отличаются высокой двигательной активностью, обладают достаточным запасом двигательных умений и навыков; им лучше удаются движения, требующие скорости и гибкости, а их сила и выносливость пока еще не велики. У ребенка развиты основные двигательные качества (ловкость, гибкость, скоростные и силовые качества):

- сохраняет статическое равновесие (от 15 секунд), стоя на линии (пятка одной ноги примыкает к носку другой ноги);
- подбрасывает и ловит мяч двумя руками (от 10 раз);
- прыгает в длину с места, приземляясь на обе ноги и не теряя равновесие;
- бегаёт свободно, быстро и с удовольствием, пробегает со старта дистанцию 30 м, ловко обегает встречающиеся предметы, не задевая их;
- бросает теннисный мяч или любой маленький мяч, снежок, мешочек и прочее удобной рукой на 5-8 метров;
- хорошо владеет своим телом, сохраняет правильную осанку.



В старшем дошкольном возрасте на фоне общего физического развития улучшается подвижность, уравновешенность, устойчивость нервных процессов, накапливается резерв здоровья: снижается частота заболеваний, они протекают сравнительно легко, чаще всего без осложнений.

Однако дети все еще быстро устают, «истощаются» и при перегрузках возникает охранительное торможение. Поэтому одним из основных условий эффективности физического воспитания детей старшего дошкольного возраста является учет их возрастных особенностей.

Таким образом, познание особенностей психофизического развития, формирования двигательных функций позволяет сделать вывод о необходимости создания для ребенка возможности правильно двигаться, т.е. заложить у него основы физической культуры. Важную роль здесь, об этом нельзя забывать, играют воспитание и обучение.

Особое значение в воспитании здорового ребёнка придаётся развитию движений и физической культуре детей в ходе непосредственно образовательной деятельности по физической культуре.

Причём, в каждом возрастном периоде непосредственно образовательная деятельность имеют разную направленность:

- Маленьким детям они должны доставлять удовольствие, научить их ориентироваться в пространстве, правильно работать с оборудованием, обучить приемам элементарной страховки

- В среднем возрасте – развить физические качества (прежде всего выносливость и силу)

- В старших группах – сформировать потребность в движении, развивать двигательные способности и самостоятельность и т.д.

Поэтому мы пытаемся использовать разнообразные варианты проведения непосредственно образовательной деятельности:

Непосредственно образовательная деятельность по традиционной схеме.

Непосредственно образовательная деятельность, состоящая из набора подвижных игр большой, средней и малой интенсивности.

Ритмическая гимнастика.

Соревнования, где дети в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей.

Сюжетно-игровая непосредственно образовательная деятельность.

Различные виды непосредственно образовательной деятельности (использование тренажеров и спортивных комплексов, туризм и другие).

### 1.1.3 Значимые для разработки и реализации рабочей программы характеристики.

Возрастные и индивидуальные особенности.

Режим работы- пятидневный, с 7.30 до 17.30, с 10- часовым пребыванием детей в учреждении; выходные дни- суббота, воскресенье.

Общее количество воспитанников в группа:

Подготовительная группа: 5 гр. – 29 человек.

Группа, возраст	1	2	3
Старшая группа № 3	29		

Ребенок на пороге школы (6-7 лет) обладает устойчивыми социально-нравственными чувствами и эмоциями, высоким самосознанием и осуществляет себя как субъект деятельности и поведения.

Мотивационная сфера дошкольников 6—7 лет расширяется за счёт развития таких социальных мотивов, как познавательные, просоциальные (побуждающие делать добро), самореализации. Поведение ребёнка начинает регулироваться также его представлениями о том, что хорошо и что плохо. С развитием морально-нравственных представлений напрямую связана и возможность эмоционально оценивать свои поступки. Ребёнок испытывает чувство удовлетворения, радости, когда поступает правильно, хорошо, и смущение, неловкость, когда нарушает правила, поступает плохо. Общая самооценка детей представляет собой глобальное, положительное недифференцированное отношение к себе, формирующееся под влиянием эмоционального отношения со стороны взрослых.

К концу дошкольного возраста происходят существенные изменения в эмоциональной сфере. С одной стороны, у детей этого возраста более богатая эмоциональная жизнь, их эмоции глубоки и разнообразны по содержанию. С другой стороны, они более сдержанные и избирательны в эмоциональных проявлениях. К концу дошкольного возраста у них формируются обобщённые эмоциональные представления, что позволяет им предвосхищать последствия своих действий. Это существенно влияет на эффективность произвольной регуляции поведения — ребёнок может не только отказаться от нежелательных действий или хорошо себя вести, но и выполнять неинтересное задание, если будет понимать, что полученные результаты принесут кому-то пользу, радость и т. п.

Благодаря таким изменениям в эмоциональной сфере поведение дошкольника становится менее ситуативным и чаще выстраивается с учётом интересов и потребностей других людей. Сложнее и богаче по содержанию становится общение ребёнка со взрослым.

Дошкольник внимательно слушает рассказы родителей о том, что у них произошло на работе, живо интересуется тем, как они познакомились, при встрече с незнакомыми людьми часто спрашивает, где они живут, есть ли у них дети, кем они работают и т. п.

Большую значимость для детей 6—7 лет приобретает общение между собой. Их избирательные отношения становятся устойчивыми, именно в этот период зарождается детская дружба. Дети продолжают активно сотрудничать, вместе с тем у них наблюдаются конкурентные отношения — в общении и взаимодействии они стремятся в первую очередь проявить себя, привлечь внимание других к себе. Однако у них есть все

возможности придать такому соперничеству продуктивный и конструктивный характер и избегать негативных форм поведения.

К семи годам дети определяют перспективы взросления в соответствии с гендерной ролью, проявляют стремление усвоению определенных способов поведения, ориентированных на выполнение будущих социальных ролей.

К семи годам ребенок уверенно владеет культурой самообслуживания и культурой здоровья.

Продолжается дальнейшее развитие моторики ребёнка, наращивание и самостоятельное использование двигательного опыта. Расширяются представления о самом себе, своих физических возможностях, физическом облике. Совершенствуются ходьба, бег, шаг становятся равномерными, увеличивается их длина, появляется гармония в движениях руки ног. Ребёнок способен быстро перемещаться, ходить и бегать, держать правильную осанку. По собственной инициативе дети могут организовывать подвижные игры и простейшие соревнования со сверстниками.

## **1.2 Планируемые результаты освоения Программы.**

К семи годам у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять.

### **1. Содержательный раздел.**

#### **2. 2.1 Учебный план реализации Программы в группе**

Учебный план специально-организованной деятельности на неделю

<b>занятия</b>	<b>проводит</b>	<b>Группа (занятия в неделю)</b>
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
Физическая культура	Инструктор по физической культуре	3 раза
Физическая культура на воздухе	Инструктор по физической культуре	1 раз

Учебный план специально –организованной деятельности на месяц

занятия	проводит	Группа подготовительная
1	2	3
Физическая культура	Инструктор по физической культуре	11-13
Физическая культура на воздухе	Инструктор по физической культуре	4-5

**2.2 Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка (обязательная часть и часть формируемая участниками образовательных отношений).**

**Подготовительная группа (Седьмой год жизни)**

Задачи образовательной деятельности	Результаты образовательной деятельности. Достижения ребенка (что нас радует)
<p>Развивать умение точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Развивать и закреплять двигательные умения и знания правил в спортивных играх и спортивных упражнениях.</li> <li>- Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.</li> <li>- Развивать творчество и инициативу добываясь выразительного и вариантного выполнения движений.</li> <li>- Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость, координацию движений</li> <li>- Формировать осознанную</li> </ul>	<p>Двигательный опыт ребенка богат; результативно, уверенно, мягко, выразительно с достаточной амплитудой и точно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- В двигательной деятельности ребенок успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость.</li> <li>- Осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом.</li> <li>- Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.</li> <li>- Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему</li> </ul>

<p>потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Формировать представления о некоторых видах спорта, развивать интерес к физической культуре и спорту.</li> <li>- Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей.</li> <li>- Развивать самостоятельность в применении культурно-гигиенических навыков, обогащать представления о гигиенической культуре.</li> </ul>	<p>результату, к самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Имеет начальные представления о некоторых видах спорта.</li> <li>- Имеет представления о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить, сохранить его.</li> <li>- Владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может определять состояние своего здоровья.</li> </ul> <p>Может оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, приложить холод к ушибу, обратиться за помощью ко взрослому).</p>
--	--

### **Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации программы.**

При реализации образовательной программы педагог:

- продумывает содержание и организацию совместного образа жизни детей, условия эмоционального благополучия и развития каждого ребенка;
- определяет единые для всех детей правила сосуществования детского общества, включающие равенство прав, взаимную доброжелательность и внимание друг к другу, готовность прийти на помощь, поддержать;
- соблюдает гуманистические принципы педагогического сопровождения развития детей, в числе которых забота, теплое отношение, интерес к каждому ребенку, поддержка и установка на успех, развитие детской самостоятельности, инициативы;
- осуществляет развивающее взаимодействие с детьми, основанное на современных педагогических позициях: «Давай сделаем это вместе»; «Посмотри, как я это делаю»; «Научи меня, помоги мне сделать это»;
- сочетает совместную с ребенком деятельность (игры, труд, наблюдения и пр.) и самостоятельную деятельность детей;
- ежедневно планирует образовательные ситуации, обогащающие практический и познавательный опыт детей, эмоции и представления о мире;
- создает развивающую предметно-пространственную среду;
- наблюдает, как развиваются самостоятельность каждого ребенка и взаимоотношения детей;
- сотрудничает с родителями, совместно с ними решая задачи воспитания

и развития малышей.

Основной образовательной единицей педагогического процесса является непрерывная образовательная деятельность (образовательная игровая ситуация, игры – занятия, практикумы, тренинги), т.е. такая форма совместной деятельности педагога и детей, которая планируется и организуется педагогом с целью решения определенных задач развития и воспитания с учетом возрастных особенностей и интересов детей. Планируя развивающую ситуацию, воспитателю необходимо согласовывать содержание разных разделов программы, добиваться комплексности, взаимосвязи образовательных областей.

Старшая и подготовительная группы

В старшем дошкольном возрасте значительно расширяется игровой опыт детей. Детям становится доступна вся игровая палитра: игры с готовым содержанием и правилами, игровое экспериментирование, спортивные, подвижные и музыкальные игры.

### Модель организации физического воспитания

Формы организации	Подготовительная группа
1. Физкультурно- оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада	
1.1. Утренняя гимнастика	Ежедневно 10 минут
1.2. Физкультминутки	Ежедневно по мере необходимости (до 3-х минут)
1.3. Игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 25-35 минут
1.4. Закаливающие процедуры	Ежедневно после дневного сна
1.5. Дыхательная гимнастика	Ежедневно после дневного сна
2. Физкультурные занятия	
2.1. Физкультурные занятия в физкультурном зале	2 раза в неделю 30 минут
2.2. Физкультурные занятия на свежем воздухе	1 раз в неделю 30 минут
3. Спортивный досуг	
3.1. Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно под руководством воспитателя, продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка.
3.2. Спортивные мероприятия	3 раза в год
3.3. Физкультурные досуги развлечения	1 раз в месяц
3.4. Дни здоровья	1 раз в квартал

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

Во второй половине дня организуются разнообразные культурные практики, ориентированные на проявление детьми самостоятельности и творчества в разных видах деятельности. В культурных практиках воспитателем создается атмосфера свободы выбора, творческого обмена и самовыражения, сотрудничества взрослого и детей.

Организация культурных практик носит преимущественно подгрупповой характер.

Детский досуг-вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для игры, развлечения, отдыха. Как правило, в детском саду организуются досуги «Здоровья и подвижных игр», музыкальные и литературные досуги.

Возможна организация досугов в

соответствии с интересами и предпочтениями детей (в старшем дошкольном возрасте). В этом случае досуг организуется как «кружок». Например, для занятий рукоделием, художественным трудом и пр.

### **2.5 Способы и направления поддержки детской инициативы.**

Подготовительная группа

Переход в старшую, и, особенно, подготовительную группу связан с изменением статуса дошкольников в детском саду. В общей семье воспитанников детского сада они становятся самыми старшими. Воспитатель помогает детям осознать эмоционально прочувствовать свое новое положение в детском саду. Такие мотивы, как:

«Мы заботимся о малышах», «Мы - помощники воспитателя», «Мы хотим узнать новое о мире и многому научиться», «Мы готовимся к школе», направляют активность старших

дошкольников на решение новых, значимых для их развития задач.

Опираясь на характерную для старших дошкольников потребность в самоутверждении и признании со стороны взрослых, воспитатель обеспечивает условия для развития детской самостоятельности, инициативы, творчества. Он постоянно создает ситуации, побуждающие детей активно применять свои знания и умения, ставит перед ними все более сложные задачи, развивает волю, поддерживает желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца, нацеливает на поиск новых, творческих решений.

Воспитатель придерживается следующих правил. Не нужно при первых же затруднениях спешить на помощь ребенку, полезнее побуждать его к самостоятельному решению; если же без помощи не обойтись, вначале эта помощь должна быть минимальной: лучше дать совет, задать наводящие вопросы, активизировать имеющийся у ребенка прошлый опыт. Всегда необходимо предоставлять детям возможность самостоятельного решения поставленных задач, нацеливать их на поиск нескольких вариантов решения одной задачи, поддерживать детскую инициативу и творчество,

показывать детям рост их достижений, вызывать у них чувство радости и гордости от успешных самостоятельных, инициативных действий.

Следует отметить, что на седьмом году жизни нередко возникают сложности в поведении и общении ребенка со взрослыми. Старшие дошкольники перестают быть наивными и непосредственными, как раньше, становятся менее понятными для окружающих. Ребенок порой ведет себя вызывающе, манерничает, кого-то изображает, кому-то подражает. Он как бы примеряет на себя разные модели поведения, заявляя взрослому о своей индивидуальности, о своем праве быть таким, каким он хочет.

Психологи связывают это с проявлением «кризиса семи лет».

Появление подобных особенностей в поведении должно стать для близких взрослых сигналом к перемене стиля общения с ребенком. Надо относиться к нему с большим вниманием, уважением, доверием, активно поддерживать стремление к самостоятельности. Старшие дошкольники очень чувствительны к оценкам взрослых. Они остро переживают, если взрослый выражает сомнение в их самостоятельности, ограничивает свободу.

Необходимо поддерживать в детях ощущение своего взросления, вселять уверенность в своих силах.

Развитию самостоятельности способствует освоение детьми универсальных умений: поставить цель (или принять ее от воспитателя), обдумать путь к ее достижению, осуществить свой замысел, оценить полученный результат с позиции цели. Задача развития данных умений ставится воспитателем в разных видах деятельности. При этом воспитатель использует средства, помогающие дошкольникам планомерно и самостоятельно осуществлять свой замысел: опорные схемы, наглядные модели, операционные карты.

Высшей формой самостоятельности детей является творчество. Задача воспитателя — развивать интерес к творчеству. Этому способствует создание творческих ситуаций в игровой, театральной, художественно-изобразительной деятельности, в ручном труде, словесное творчество.

Все это — обязательные элементы образа жизни старших дошкольников в детском саду. Именно в увлекательной творческой деятельности перед дошкольником возникает проблема самостоятельного определения замысла, способов и формы его воплощения.

Старшие дошкольники с удовольствием откликаются на предложение поставить спектакль по мотивам знакомых сказок, подготовить концерт для малышей или придумать и записать в «волшебную книгу» придуманные ими истории, а затем оформить обложку и иллюстрации. Такие самодельные книги становятся предметом любви и гордости детей.

Вместе с воспитателем они перечитывают свои сочинения, обсуждают их, придумывают новые продолжения историй.

Для развития детской инициативы и творчества воспитатель проводит



отдельные дни необычно – как «День космических путешествий», «День волшебных превращений», «День лесных обитателей». В такие дни виды деятельности и режимные процессы организуются в соответствии с выбранным тематическим замыслом и принятыми ролями:

«космонавты» готовят космический корабль, снаряжение, готовят космический завтрак, расшифровывают послания инопланетян, отправляются в путешествие по незнакомой планете и пр. В общей игровой, интересной, совместной деятельности решаются многие важные образовательные задачи.

## **2.6 Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников**

Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников:

1. Познакомить родителей с особенностями физического, социально-личностного, познавательного и художественного развития детей младшего дошкольного возраста и адаптации их к условиям дошкольного учреждения.
2. Помочь родителям в освоении методики укрепления здоровья ребенка в семье, способствовать его полноценному физическому развитию, освоению культурно-гигиенических навыков, правил безопасного поведения дома и на улице.
3. Познакомить родителей с особой ролью семьи, близких в социально-личностном развитии дошкольников. Совместно с родителями развивать доброжелательное отношение ребенка к взрослым и сверстникам, эмоциональную отзывчивость к близким, уверенность в своих силах.
4. Совместно с родителями способствовать развитию детской самостоятельности, простейших навыков самообслуживания, предложить родителям создать условия для развития самостоятельности дошкольника дома.
5. Помочь родителям в обогащении сенсорного опыта ребенка, развитии его любознательности, накоплении первых представлений о предметном, природном и социальном мире.
6. Развивать у родителей интерес к совместным играм и занятиям с ребенком дома, познакомить их со способами развития воображения, творческих проявлений ребенка в разных видах художественной и игровой деятельности.



### План работы с родителями

1.	Проведение индивидуальных работ с родителями	Месяц
2.	<b>Проведение бесед и консультаций</b>	
	Консультация «Не мешайте детям ползать и лазать»	Сентябрь
	Семинар – практикум «Организация совместной работы ДОУ и родителей по формированию ЗОЖ у дошкольников»	Октябрь
	Консультация «Роль дыхательной гимнастики в оздоровлении детей»	Ноябрь
	Консультация «Физическая готовность детей к обучению в школе»	Декабрь
	Консультация «Советы родителям гиперактивного ребенка»	Январь
	Консультация «Роль двигательной активности в физическом развитии и здоровье ребенка»	Февраль
	Консультация «Зрение и здоровье»	Март
	Консультация «Совместные занятия спортом детей и родителей»	Апрель
	Консультация «Сколиоз - патологическое боковое искривления позвоночного столба»	Май
3.	<b>Памятки для родителей</b>	
	Памятка: «Осанка – стройная спина!»	
	Памятка «Одна пробежка и 3 одежды»	
	Памятка «Как учитывать биоритмы в режиме дня будущегошкольника»	
	Памятка: ««Витаминная азбука родителям»»	
4.	<b>Дорожка здоровья для родителей</b>	

	Дорожка закаливания для родителей (для живота, груди, для страдающих энурезом)	Октябрь
	Дорожка здоровья для родителей (для спины, дыхания)	Январь
	Дорожка здоровья для родителей (для разных групп мышц)	Апрель
<b>5.</b>	<b>Рубрики в родительских уголках</b>	
	Маска откровения «Сутулость – болезнь или привычка?»	Октябрь
	Фотовыставка « мы со спортом дружим»	Февраль
	«ОКНО, или очень короткие новости о том, что такое здоровье»	Май
<b>6.</b>	<b>Проведение тематических родительских собраний</b>	
	Семинар – практикум «Семь шагов к здоровью»	Сентябрь
	Дискуссия «Что значит быть здоровым?»	Февраль
<b>7.</b>	<b>Физкультурные занятия с детьми и родителями</b>	
	«Папа, мама, я – спортивная семья»	Февраль
	Военно-патриотическая игра «Зарница»	Май
<b>8.</b>	<b>Анкетирование</b>	Сентябрь-май

#### **Работа с педагогическим коллективом**

1.	Брошюра «Гимнастика пробуждения как один из компонентов оздоровительной работы»	Сентябрь
2.	Консультация «Пальчиковые игры и упражнения для развития дошкольников»	Октябрь
3.	Консультация «Формирование интереса к подвижной игре»	Ноябрь
4.	Консультация «Физическое развитие, как основная форма воспитания двигательной культуры дошкольников»	Декабрь
5.	Консультация «Подвижные игры и забавы на прогулке зимой»	Январь
6.	Консультация «Виды утренней гимнастики и возможности ее использования»	Февраль
7.	Консультация «Школа для родителей» Тренинг для родителей «Босиком от простуды»	Март
8.	Консультация «Значение дыхательной гимнастики для детей дошкольного возраста»	Апрель
9.	Консультация «Инновационные подходы в физкультурно-оздоровительной работе»	Май
10.	Консультации педагогов	По заявке в течении года

## 2. 7 Планирование воспитательное- образовательного процесса (из организационногораздела)

№	Мероприятия	Срок проведения
<b>1.</b>	Организационно – методическая работа	
1.1	Посещение городских объединений инструкторов по физическому развитию	В течении года
1.2	Составление месячных планов работы	Ежемесячно
1.3	Подбор методической литературы	В течении года
1.4	Оформление методических пособий по диагностике	Сентябрь
1.5	Составление конспектов НОД	В течение года
1.6	Подготовка к выступлению на родительских собраниях, педсоветах, семинарах для родителей и педагогов	По заявке
1.7	Оформление отчетной документации	В течении года
1.8	Участие в методических семинарах, конференциях	В течении года
<b>2.</b>	<b>Работа с детьми</b>	
<b>2.1</b>	НОД (по плану)	В течении года
<b>2.2</b>	Индивидуальная работа	В течении года
<b>2.3</b>	<b>Вечера развлечения</b>	
	День знаний	Сентябрь
	День отца 16 октября	Октябрь
	День матери	Ноябрь
	День Героев Отечества 9 декабря	Декабрь
	Прощание с елкой	Январь
	День защитника Отечества	Февраль
	«Праздник дорожных знаков»	Март
	День космонавтики	Апрель
	9 мая	Май
<b>2.4</b>	<b>Спортивные праздники</b>	
	Мама, пап, я спортивная семья	Февраль
	Спортивно – патриотический праздник «День космонавтики»	Апрель
	Зарница	Май
	Велогонка	Июнь
<b>3.</b>	<b>Диагностическая работа</b>	
<b>3.1</b>	Анкетирование родителей	Сентябрь, май
<b>3.2</b>	Диагностика детей	Сентябрь, май
<b>3.3</b>	Заполнение паспортов здоровья	Сентябрь, май

## 2.7 Перспективное планирование.

Физическое развитие

Пояснительная записка

(подготовительная к школе группа)

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

Нередко проявляются личные вкусы в выборе физических упражнений.

В связи с этим в подготовительной группе появляется возможность реализации следующих задач:

- добиваться точного, энергичного и выразительного выполнения всех упражнений;
- закреплять умения в анализе движений (самоконтроль, самооценка, контроль и оценка движений других детей, элементарное планирование);
- закреплять умения в самостоятельной организации игр и упражнений со сверстниками и малышами;
- развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений;
- закреплять правила и двигательные умения в спортивных играх и упражнениях;
- целенаправленно развивать ловкость движений.

Что осваивает ребенок

1. Порядковые упражнения: способы перестроения

2. Общеразвивающие упражнения:

- разноименные и одноименные упражнения;
- темп и ритм в соответствии с музыкальным сопровождением;
- упражнения в парах и подгруппах;

3. Основные движения:

- в беге — работу рук;
- в прыжках — плотную группировку, устойчивое равновесие при приземлении;
- в метании — энергичный толчок кистью, уверенные и разнообразные действия с мячом;

— в лазании — ритмичность при подъеме и спуске.

#### 4. Подвижные и спортивные игры:

- правила игр;
- способы контроля за своими действиями;
- способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр.

#### 5. Спортивные упражнения:

- скользящий переменный шаг по лыжне, технику подъема и спуска в низкой и высокой стойке;
- скольжение и повороты при катании на коньках;
- скольжение в воде на груди и на спине, погружение в воду.

Основные движения Упражнения в ходьбе. Ходить в разных построениях (колонне по одному, парами, четверками, в круге, в шеренге); ходить, совершая различные движения руками. Ходить обычным, гимнастическим, скрестным шагом; ходить выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами.

Упражнения в беге. Бегать легко, стремительно. Бегать, сильно сгибая ноги в коленях, спиной вперед; выбрасывая прямые ноги вперед; бегать через препятствия — барьеры, набивные мячи (высотой 10—15 см), не задевая за них, сохраняя скорость бега. Бегать спиной вперед, сохраняя направление и равновесие. Бегать со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну. Бегать из разных стартовых положений (сидя, сидя «потурецки», лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т. п.).

Сочетать бег с ходьбой, прыжками, подлезанием и др.; с преодолением препятствий вестественных условиях. Пробегать 10 м с наименьшим числом шагов. Бегать в спокойном темпе до 2—3 минут. Пробегать 2—4 отрезка по 100—150 м в чередовании с ходьбой.

Пробегать в среднем темпе по пересеченной местности до 300 м. Выполнять челночный бег (5x10 м). Пробегать в быстром темпе 10 м 3—4 раза с перерывами. Бегать наперегонки; на скорость — 30 м.

Упражнения в прыжках. Подпрыгивать на двух ногах на месте с поворотом кругом; смещая ноги вправо – влево; сериями по 30—40 прыжков 3—4 раза. Прыгать, продвигаясь вперед на 5—6 м; перепрыгивать линию, веревку боком, с зажатым между ног мешочком с песком, с набитым мячом; перепрыгивать через 6—8 набивных мячей (вес 1 кг).

Перепрыгивать на одной ноге линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением вперед. Выпрыгивать вверх из глубокого приседа.

Подпрыгивать на месте и с разбега с целью достать предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка на 25—

30 см. Впрыгивать с разбега в три шага на предметы высотой до 40 см,

спрыгивать с них.

Прыгать в длину с места (не менее 100 см); в длину с разбега (не менее 180—190 см); ввысоту с разбега (не менее 50 см). Прыгать через короткую скакалку разными способами:

на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бегать соскакалкой. Прыгать через длинную скакалку: пробегать под вращающейся скакалкой, перепрыгивать через нее с места, вбегать под вращающуюся скакалку, перепрыгивать через нее один или несколько раз и выбегать; пробегать под вращающейся скакалкой парами. Прыгать через большой обруч, как через скакалку.

Упражнения в бросании, ловле, метании. Бросать мяч вверх, о землю и ловить его двумя руками не менее 20, одной — не менее 10 раз подряд с хлопками, поворотами и другими заданиями; из одной руки в другую с отскоком от пола. Перебрасывать мяч друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3—4 м), из положения сидя «по-турецки», через сетку; перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг). Бросать в цель из разных исходных положений (стоя на коленях, сидя и др.). Метать в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 4—5 м; в движущуюся цель. Метать вдаль на расстояние не менее 6—12 м.

Упражнения в ползании, лазании. Ползать на четвереньках по гимнастической скамейке; на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; проползать под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд. Перелезть через гимнастическую стенку и спуститься с ее противоположной стороны. Переходить сполета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Влезать на лестницу и спускаться с нее быстро; менять темп лазания, сохранять координацию движений, используя перекрестную и одноименную координацию движений рук и ног. Лазать по веревочной лестнице, по канату, захватывая канат ступнями ног и вися в положении стоя (воспитатель поддерживает конец каната); выпрямлять ноги, захватив канат ступнями ног, одновременно сгибать руки; перехватывать канат руками вверх до их выпрямления (ноги выпрямлены); влезать на канат на доступную высоту.

Упражнения в равновесии. Пройти по гимнастической скамейке: боком приставным шагом; неся мешочек с песком на спине; приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок.

Идти по гимнастической скамейке, посередине остановиться и перешагнуть палку (обруч, веревку), которую держат в руках; присесть и повернуться

кругом, встать и идти дальше; перепрыгнуть ленточку, идти дальше. Стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее; прыгать, продвигаясь вперед на двух ногах по наклонной поверхности. Пройти по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком.

Стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх.

Балансировать на большом набивном мяче (вес 3 кг). Кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру.

Упражнения в построении и перестроении

Самостоятельно, быстро и организованно строиться в колонну по одному, парами, вокруг, в несколько колонн (звеньев), в шеренгу. Равняться в колонне, в шеренге, в круге. Перестраиваться из одной колонны в несколько на ходу; из одного круга в несколько. Делать повороты (направо и налево).

Рассчитываться на «первый-второй», после чего перестраиваться из одной шеренги в две. При построении в три колонны размыкаться и смыкаться приставными шагами. Делать повороты на углах во время движения.

Останавливаться после ходьбы всем одновременно.

Положения и движения рук, ног, туловища Упражнения для рук и плечевого пояса. Поднимать руки вверх, вперед, в стороны, поднимаясь на носки в положении стоя, пятки вместе, носки врозь; отставляя одну ногу

назад на носок; прижимаясь к стене. Поднимать руки вверх — в стороны из положения руки перед грудью, руки к плечам. Поднимать и опускать плечи.

Энергично разгибать вперед и в стороны согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки): отводить локти назад два-три раза и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью. Делать круговые движения

согнутыми в локтях руками (кисти у плеч). Совершать

руками разнонаправленные движения. Вращать обруч пальцами одной руки вокруг вертикальной оси (как юлу), на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку.

Упражнения для ног. Выставлять ногу вперед на носок скрестно. Приседать, держа руки за головой, сгибая к плечам. Сгибать ноги в стойке ноги врозь поочередно, одну ногу 2—3 раза подряд (пружинисто). Приседать в положении ноги врозь: переносить вес тела содной ноги на другую (не подниматься). Делать выпад вперед, в сторону. Махом вперед доставать носком выпрямленной ноги ладони вытянутых вперед рук (одноименной и противоположной). Свободно размахивать ногой вперед и назад, держась рукой за рейку, лестницу, спинку стула. Захватить палку ступнями ног посередине и поворачивать ее на полу.



Упражнения для туловища. Опускать, поднимать голову, поворачивать ее в стороны.

Поворачиваться в стороны, поднимая руки вверх — в стороны, из-за головы, из положения руки к плечам. Наклоняться вперед, подняв руки вверх, медленно, подряд 2—3 раза, держа руки в стороны. Стоя, вращать верхнюю часть туловища. В упоре сзади сидя поднять обе ноги, оттянуть носки, удерживать ноги в этом положении. Переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади. Садиться из положения лежа на спине, закрепив ноги, и снова ложиться; прогибаться, лежа на животе. Лежа на спине, поднимать одновременно обе ноги, стараясь коснуться положенного за головой предмета.

Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую назад (носок опирается на пол). Пробовать присесть и встать на одной ноге. Лежа на спине, группироваться и покачиваться в этом положении; перекачиваться в положении группировки на бок.

Пытаться делать кувырок с поддержкой. Подтягиваться на руках, помогая ногами, на гимнастической скамейке, лежа на спине. Сгибать и разгибать руки, опираясь о стенку (держась за рейку гимнастической стенки) на уровне груди. Отрывать ноги от пола (или рейки гимнастической стенки), стоя спиной к гимнастической стенке и захватившись за ее рейку руками как можно выше над головой; поочередно поднимать ноги, согнутые в колене; поочередно поднимать прямые ноги; на короткий момент оторвать от опоры сразу обе ноги.

Минимальные результаты

Бег 30 м..... 7,2 сек

Прыжок в длину с места..... 100 см

Прыжок в длину с разбега..... 180 см

Прыжок в высоту с разбега..... 50 см

Прыжок вверх с места..... 30 см

Прыжок в глубину..... 45 см

Метание предметов:

весом 250 г..... 6,0 м

весом 80 г..... 8,5 м

Метание набивного мяча..... 3,0 м

Двигательные умения

Самостоятельно, быстро и организованно строиться и перестраиваться во время движения. Выполнять общие упражнения активно, с напряжением, из разных исходных положений. Выполнять упражнения выразительно и точно, в соответствии с музыкальной фразой или указаниями. Сохранять

динамическое и статическое равновесие в сложных условиях.

Сохранять скорость и заданный темп бега. Ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления.

Отбивать, передавать, подбрасывать мяч разными способами. Точно поражать цель (горизонтальную, вертикальную, кольцо брос и другие).

Энергично подтягиваться на скамейке различными способами. Быстро и ритмично лазать по наклонной и вертикальной лестнице; лазать по канату (шесту) способом «в три приема».

## ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Физическая культура на воздухе  
(подготовительная к школе группа)

<b>КАЛЕНДАРНО - ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ</b>	
Физическое развитие (в подготовительной группе)	
<b>№ НОД</b>	<b>Задачи</b>
1 (занятия 1, стр.(9,10) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча.
2 (занятия 2, стр. (10) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча.
3 (занятия 3, стр. (11) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставанием предмета; повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его.
4 (занятия 4, стр.(11,12) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставанием предмета; повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его.
5 (занятия 5, стр. (13) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу; развивать внимание и быстроту движений.
6 (занятия 6, стр. (14) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов (ориентир — кубик или кегля); развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие; повторить упражнение на переползание по гимнастической скамейке.
7 (занятия 7, стр. (15,16) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов (ориентир — кубик или кегля); развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие; повторить упражнение на переползание по гимнастической скамейке.
8 (занятия 8, стр. (16) Л.И. Пензулаева	Упражнять в чередовании ходьбы и бега; развивать быстроту и точность движений при передаче мяча, ловкость в ходьбе между предметами.
9 (занятия 9, стр. (16) Л.И. Пензулаева	Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторить прыжки через шнуры.
10 (занятия 10, стр. (16,17) Л.И. Пензулаева	Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторить прыжки через шнуры.

11 (занятия 11, стр. (18) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег в чередовании по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках и с мячом; разучить игру «Круговая лапта».
12 (занятия 12, стр. (18) Л.И. Пензулаева	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом,
13 (занятия 13, стр. (20,21) Л.И. Пензулаева	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом.
14 (занятия 14, стр. (21,22) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в беге с преодолением препятствий; развивать ловкость в упражнениях с мячом; повторить задание в прыжках.
15 (занятия 15, стр. (22) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом.
16 (занятия 16, стр. (22,23) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом.
17 (занятия 17, стр. (23,24) Л.И. Пензулаева	Повторить бег в среднем темпе (продолжительность до 1,5 минуты); развивать точность броска; упражнять в прыжках.
18(занятия 18, стр. (24) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.
19(занятия 19, стр. (24,25) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.
20(занятия 20, стр. (26) Л.И. Пензулаева	Закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя; развивать точность в упражнениях с мячом.
21 (занятия 21, стр. (26,27) Л.И. Пензулаева	Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре.
22 (занятия 22, стр. (27,28)	Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с

Л.И. Пензулаева	дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре.
23 (занятия 23, стр. (28) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе; упражнять в прыжках и переброске мяча.
24 (занятия 24, стр. (28,29) Л.И. Пензулаева	Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату (или толстому шнуру); упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом.
25 (занятия 25, стр. (29,30,31) Л.И. Пензулаева	Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату (или толстому шнуру); упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом.
26 (занятия 26, стр. (32) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе между постройками из снега; разучить игровое задание "Точный пас"; развивать ловкость и глазомер при метании снежков на дальность.
27 (занятия 27, стр. (32) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег враспынную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнение при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через припятствие.
28 (занятия 28, стр. (32,33) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег враспынную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнение при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через припятствие.
29 (занятия 29, стр. (34) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе в колонне по одному; беге между предметами; ходьбе и беге враспынную; повторить игровые упражнения с прыжками, скольжение по дорожке; провести подвижную игру «Два Мороза».
30 (занятия 30, стр. (34) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.
31 (занятия 31, стр. (34,35) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур.
32 (занятия 32, стр. (36) Л.И. Пензулаева	Провести игровое упражнение «Снежная королева»; упражнение с элементами хоккея; игровое задание в метании снежков на дальность; игровое упражнение с прыжками «Веселые воробушки».
33 (занятия 33, стр. (36,37)	Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом

Л.И. Пензулаева	и ползании по скамейке.
34 (занятия 34, стр. (37,38) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур.
35 (занятия 35, стр. (38,39) Л.И. Пензулаева	Провести игровое упражнение «Снежная королева»; упражнение с элементами хоккея; игровое задание в метании снежков на дальность; игровое упражнение с прыжками «Веселые воробушки».
36 (занятия 36, стр. (39) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия и прыжках.
37 (занятия 1, стр. (40) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия и прыжках.
38 (занятия 2, стр. (41) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу между постройками из снега; упражнять в скольжении по ледяной дорожке; разучить игру «По местам!».
39 (занятия 3, стр. (41,42) Л.И. Пензулаева	Упражнять в сохранение равновесии при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, закреплять навык отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер.
40 (занятия 4, стр. (42,43) Л.И. Пензулаева	Упражнять в сохранение равновесии при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, закреплять навык отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер.
41 (занятия 5, стр. (43) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровое задание с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками.
42 (занятия 6, стр. (43,44) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу); упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч (или под дугу).
43 (занятия 7, стр. (45,46) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу); упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч (или под дугу).
44 (занятия 8, стр. (46) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.
45 (занятия 9, стр. (46,47) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазаньи на гимнастическую стенку.

46 (занятия 10, стр. (47,48) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лзаньи на гимнастическую стенку.
47 (занятия 11, стр. (48) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайба.
48 (занятия 12, стр. (48,49) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки.
49 (занятия 13, стр. (49,50) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки.
50 (занятия 14, стр. (51) Л.И. Пензулаева	Повторить бег в среднем темпе (продолжительность до 1,5 минуты); развивать точность броска; упражнять в прыжках.
51 (занятия 15, стр. (51,52) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.
52 (занятия 16, стр. (52,53) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом.
53 (занятия 17, стр. (53,54) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе между постройками из снега; разучить игровое задание "Точный пас"; развивать ловкость и глазомер при метании снежков на дальность.
54 (занятия 18, стр. (54) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнение при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через припятствие.
55 (занятия 19, стр. (54,55) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.
56 (занятия 20, стр. (56) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе в колонне по одному; беге между предметами; ходьбе и беге врассыпную; повторить игровые упражнения с прыжками, скольжение по дорожке; провести подвижную игру «Два Мороза».
57 (занятия 21, стр. (56) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесии при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафета с мячом.
58 (занятия 22, стр. (57,58)	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесии при ходьбе по повышенной опоре с

Л.И. Пензулаева	дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафета с мячом.
59(занятия 23, стр. (58) Л.И. Пензулаева	Повторить упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и с мячом.
60 (занятия 24 стр. (58) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, бег врассыпную; повторить упражнения в прыжках, ползании; задания с мячом.
61 (занятия 25, стр. (59,60) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, бег врассыпную; повторить упражнения в прыжках, ползании; задания с мячом.
62 (занятия 26, стр. (60) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в беге, прыжках; развивать ловкость в заданиях с мячом.
63 (занятия 27, стр. (60,61) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре.
64 (занятия 28, стр. (61,62) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре.
65 (занятия 29, стр. (62) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.
66 (занятия 30, стр. (62,63) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжках.
67 (занятия 31, стр. (63,64) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжках.
68 (занятия 32, стр. (64) Л.И. Пензулаева	Повторить упражнения с бегом, прыжках и с мячом.
69 (занятия 33, стр. (64,65) Л.И. Пензулаева	Упражнять в сохранение равновесии при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, закреплять навык отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер.
70 (занятия 34, стр. (65,66) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.
71 (занятия 35, стр. (66)	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.



Л.И. Пензулаева	
72 (занятия 36, стр. (66) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег враспынную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнение при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через припятствие.
73 (занятия 1, стр. (72,73) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия и прыжках.
74 (занятия 2, стр. (73) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе в колонне по одному; беге между предметами; ходьбе и беге враспынную; повторить игровые упражнения с прыжками, скольжение по дорожке; провести подвижную игру «Два Мороза».
75 (занятия 3, стр. (73,74) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.
76 (занятия 4, стр. (74,75) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия и прыжках.
77 (занятия 5, стр. (75) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу между постройками из снега; упражнять в скольжении по ледяной дорожке; разучить игру «По местам!».
78 (занятия 6 стр. (75,76) Л.И. Пензулаева	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом,
79 (занятия 7, стр. (76,77) Л.И. Пензулаева	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом,
80 (занятия 8, стр. (78) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег в чередовании по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках и с мячом; разучить игру «Круговая лапта».
81 (занятия 9, стр. (78,79) Л.И. Пензулаева	Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнение на равновесие, в прыжках, с мячом.
82 (занятия 10, стр. (79,80) Л.И. Пензулаева	Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнение на равновесие, в прыжках, с мячом.
83 (занятия 11, стр. (80) Л.И. Пензулаева	Повторить игровое задание с ходьбой и бегом; игровые упражнения с мячом, в прыжках.
84 (занятия 12, стр. (80,81) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии.
85 (занятия	Повторить бег на скорость; упражнять детей в заданиях с

13, стр. (81,82) Л.И. Пензулаева	прыжками, в равновесии.
86 (занятия 14, стр. (82) Л.И. Пензулаева	Повторить бег на скорость; упражнять детей в заданиях с прыжками, в равновесии.
87 (занятия 15, стр. (82,83) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом.
88 (занятия 16, стр. (83) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом.
89 (занятия 17, стр. (84) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом.
90 (занятия 18, стр. (84) Л.И. Пензулаева	Повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге; в бросании малого мяча о стенку.
91 (занятия 19, стр. (84,85) Л.И. Пензулаева	Повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге; в бросании малого мяча о стенку.
92 (занятия 20, стр. (86) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в продолжительном беге, развивая выносливость; развивать точность движений при переброске мяча друг другу в движении; упражнять в прыжках через короткую скакалку; повторить упражнение в равновесии с дополнительным заданием.
93 (занятия 21, стр. (86,87) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом.
94 (занятия 22, стр. (87,88) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом.
95 (занятия 23, стр. (88) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить упражнения с мячом, в прыжках.
96 (занятия 24, стр. (88) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге враспынную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии.
97 (занятия 25, стр. (88,89) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге враспынную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии.
98 (занятия	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в ходьбе

26, стр. (89,90) Л.И. Пензулаева	беге враспынную; повторить задания с мячом и прыжками.
99 (занятия 27, стр. (90) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге враспынную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии.
100 (занятия 28, стр. (90,91) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге враспынную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии.
101 (занятия 29, стр. (91) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в ходьбе и беге враспынную; повторить задания с мячом и прыжками.
102 (занятия 30, стр. (92) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить упражнения с мячом, в прыжках.
103 (занятия 31, стр. (92,93) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге враспынную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии.
104 (занятия 32, стр. (93) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге враспынную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии.
105 (занятия 33, стр. (93,94) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в ходьбе и беге враспынную; повторить задания с мячом и прыжками.
106 (занятия 34, стр. (95,96) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить упражнения в лазанье на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках.
107 (занятия 34, стр. (65,66) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.
108(занятия 23, стр. (58) Л.И. Пензулаева	Повторить упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и с мячом.

### 3.Организационный

#### 3.1 Организация развивающей предметно – пространственной среды Компоненты построения предметно-пространственной среды.

Модель построения предметно-пространственной среды включает три компонента: предметное содержание, его пространственную организацию и изменение во времени.

К наполнению развивающей среды (предметному содержанию) относятся:

игры, предметы и игровые материалы, учебно-игровое оборудование.

Пространственная организация.

Предусмотренная возможность трансформации и изменения расположения некоторых игровых оборудование в центре по мере необходимости, использования пространство образующих материалов.

В спорт зале создана уютная естественную обстановку, гармоничная по цветовому и пространственному решению. Преобладают светлые пастельные тона для оформления стен, подобранна оборудования естественных оттенков. В процессе проектирования среды продуманны варианты ее изменения.

Условно можно выделить следующие линии:

- времени (обогащение центров новыми материалами и изменение организации пространства в течение года);
- освоенности (с ориентировкой на зону ближайшего развития детей и уже освоенного);
- стратегического и оперативного изменения (по мере решения конкретных задач и развертывания определенного вида деятельности).

Особенности организации предметно-развивающей среды спортивного зала.

Насыщенная развивающая, предметно-пространственная среда становится основой для организации увлекательной, содержательной жизни и разностороннего развития каждого ребенка.

Вся организация педагогического процесса детского сада предполагает свободу передвижения ребенка по всему зданию, а не только в пределах своего спорт зала. Детям

должны быть доступны все функциональные пространства детского сада, включая те, которые предназначены для взрослых. Конечно, доступ в помещения для взрослых, например в методический кабинет, кухню или прачечную, должен быть ограничен, но не закрыт, так как труд взрослых всегда интересен детям. Способность детей-выпускников свободно ориентироваться в пространстве и времени помогает им легко адаптироваться к особенностям школьной жизни.

Если позволяют условия учреждения, можно обустроить места для самостоятельной деятельности детей не только в спортивном зале, но и в спальнях, раздевалках, холлах.

Все это способствует эмоциональному раскрепощению, укрепляет чувство уверенности в себе и защищенности.

Предметно-пространственная среда организуется по принципу небольших полузамкнутых микропространств, для того чтобы избежать скученности детей и способствовать играм подгруппами в 3-5 человек. «Спортивный зал», обеспечивающей двигательную активность и организацию

здоровьесберегающую деятельность детей.

Есть ряд показателей, по которым воспитатель может оценить качество созданной в спортивном зале развивающей предметно-игровой среды и степень ее влияния на детей:

низкий уровень шума в зале (так называемый «рабочий шум»), при этом голос воспитателя не доминирует над голосами детей, но тем не менее хорошо всем слышен положительный эмоциональный настрой детей, их жизнерадостность, открытость, желание посещать детский сад.

Организация развивающей предметно – пространственной среды для физкультурного зала.

<b>Тип оборудования</b>	<b>Наименование</b>	<b>Кол - во</b>	
Для ходьбы, бега, равновесия.	Доска с ребристой поверхностью	1	
	Доска гладкая сзацепами	1	
	Коврик массажный	1	
	Скамейка гимнастическая	4	
	Модуль мягкий (Комплект из 15 сегментов)	3	
	Балансиры	2	
	Эстафетные палочки	2	
	Тренажер « беговая дорожка»	1	
	Для прыжков	Гимнастический набор: обручи, палки, подставки.	2
		Скакалка короткая	20
Мат гимнастический		6	
Дорожка- «по камушкам»		2	
Дорожка		1	
Для катания, бросания и ловли	Кегли (набор)	2	
	Кольцеброс( набор)	2	
	Мешочек с грузом малый	12	
	Мяч для баскетбола	4	
	Мяч для волейбола	2	
	Набор мячей для массажа (10 шт.)	1	
Для ползанье и лазанья	Кольца напольные	2	
	Набор дуг, разного размера	1	

	Стенка гимнастическая деревянная	7
	Спортивный комплекс	1
Для общеразвивающих упражнений	Мяч малый	15
	Мяч набивной	10
	Палка гимнастическая короткая	10
	Палка гимнастическая	10
	Лента короткая	20
Тренажеры	Сухой бассейн с мячами	
	Вело- тренажер	1
	Тренажер «штанга»	1
	Тренажер « лыжи»	1

### 3.2 Описание обеспечения методическими материалами и средствами обучения и воспитания.

Направление развития ребенка	Методическое обеспечение
Физическая культура (вторая младшая группа)	<p>1. Л.И. Пензулаева, физическая культура в детском саду, с детьми 5-6 лет, 2014 год.</p> <p>2. Издательство «Учитель», Автор-составитель Н.М. Соломенникова, организация спортивного досуга дошкольников 4-7 лет, 2021 год.</p> <p>3. Сборник подвижных игр, «Подвижные игры в детском саду», Е.П. Новохацкая, Ю.С. Кудрявцева, 2020 год.</p> <p>4. Издательство «Учитель», игровые технологии в системе физического воспитания дошкольников, Авторы-составители Л.Н. Волошина, доктор педагогических наук, Е.В. Гавришова, Н.М. Елецкая, Т.В. Курилова, 2021 год.</p>

### 3.3 Расписание занятий (непрерывной образовательной деятельности.) 2020-2021 год.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
	9.55 -10.20		9.55 – 10.20	11.35- 12.00 На воздухе

## **Циклограмма работы инструктора по физкультуре Кудрявцевой Юлии Сергеевны на 2021– 2022 учебный год**

### **Понедельник. ( 9.00 – 13.00/ 4 часа)**

9.00- 9.30 – подготовка к НОД

9.30 – 9.45 – НОД 3 группа (вторая младшая ,тренажерный зал)

9.45- 10.10– анализ индивидуальных особенностей детей и подбор упражнений для индивидуальной работы

10.10-10.20 – подготовка к занятиям

10.20 – 10.50 – НОД 5 группы (подготовительная)

10.50- 11.30 –подбор наглядного материала, изготовление дидактических игр.

11.30 -12.00– работа с документацией по взаимодействию с родителями.

12.00-13.00 –работа с документами

### **Вторник .( 9.30 – 17.00/ 7.5 часов)**

9.30- 9.50 - НОД 2 группа (средняя)

9.55- 10.20- НОД 4 группа (старшая).

10.20- 11.00 – анализ индивидуальных особенностей детей и подбор упражнений для индивидуальной работы

11.00-11.15 – индивидуальная работа в 3 группу (вторая младшая)

11.15-11.40 – изучение методической литературы

11.30- 12.00 – НОД 5 группа (подготовительная на улице)

12.00- 13.00- работа над сценарием спортивных развлечений

13.00- 13.30 –работа с мед.персоналом

13.30- 14.00 – работа с документами

14.00 – 15.00 –взаимодействие с педагогами (консультации, собеседования и т.д)

15.00 – 15.30 - подбор наглядного материала, изготовление дидактических игр.

15.30 – 16.00 – спортивное развлечение

16.00 – 17.00 – работа с родителями

### **Среда 09.00- 12.30 / 3.5 часа**

09.00- 09.25подготовка к занятиям

09.25-09.40- НОД 3 группа (младшая, тренажерный зал)

09.40-10.10- анализ индивидуальных особенностей детей и подбор упражнений для индивидуальной работы

10.10- 10.45- проветривание спортивного зала. Влажная уборка.

10.45-11.10 –индивидуальная работа в 2 группу (средняя)

11.10- 12.00 - работа с документацией по взаимодействию с родителями.

12.00-12.30 –работа с документами

### **Четверг 9.00 – 13.00 / 4 часов**

9.00- 9.30- подготовка к занятиям

9.30- 09.50 -НОД 4 группа (средняя, тренажерный зал)  
09.50- 10.15- индивидуальная работа в 5 группе (старшая)  
10.15- 10.20- подготовка к занятиям  
10.25- 10.55–НОД 5 группы (подготовительная)  
10.55-11.00- анализ индивидуальных особенностей детей и подбор упражнений для индивидуальной работы  
11.00 – 11.30 - проветривание спортивного зала. Влажная уборка.  
11.30 – 11.40 – подготовка к занятию  
11.40 – 12.05 – НОД 4 группы (старшая)  
12.05 – 13.00 – подготовка консультаций для педагогов

**Пятница 9.00 – 12.30 / 3.5 часов**

9.00-9.25- подготовка к занятию  
9.25-9.40- НОД 3 группы (младшая)  
9.40-9.50 – проветривание зала  
9.50- 10.10- НОД 2 группа(средняя )  
10.10 - 11.00- подбор наглядного материала, изготовление дидактических игр.  
11.00-11.30 – индивидуальная работа 5 группы (подготовительная)  
11.30-11.35- влажная уборка, подготовка к занятию  
11.35- 12.00 –НОД 4 группа (старшая, улица)  
12.00 – 12.30 - работа с мед.персоналом

**Итого: 22.5 часов /0.75 ставка**

**Инструктор по физической культуре \_\_\_\_\_ Ю.С.Кудрявцева**