

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  
(старшая 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	
2.6	Планирование воспитательно – образовательного процесса	
2.7	Перспективное планирование	
3.	Организационный раздел	
3.1	Организация развивающей предметно – пространственной среды	
3.2	Описание обеспечения методическими материалами и средствами обучения и воспитания (обязательная часть и часть, формируемая участниками образовательных отношений)	
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"
  - 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;
- бегает 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 группах: старшая группа: 4 гр. – 32 чел.

Группа, возраст	1	2	3
Старшая группа № 5	30	2	

Старший дошкольный возраст (5-6 лет). Ребёнок 5—6 лет стремится познать себя и другого человека как представителя общества, постепенно начинает осознавать связи из независимости в социальном поведении и взаимоотношениях



людей.

В этом возрасте в поведении дошкольников происходят качественные изменения — формируется возможность саморегуляции, дети начинают предъявлять к себе требования, которые раньше предъявлялись им взрослыми. Так они могут, не отвлекаясь на более интересные дела, доводить до конца малопривлекательную работу (убирать игрушки, наводить порядок в комнате и т.п.). Это становится возможным благодаря сознанию детьми общепринятых норм и правил поведения и обязательности их выполнения. В возрасте от 5 до 6 лет происходят изменения в представлениях ребёнка о себе. Эти представления начинают включать не только характеристики, которыми ребёнок наделяет себя настоящего в данный отрезок времени, но и качества, которыми он хотел бы или, наоборот, не хотел бы обладать в будущем («Я хочу быть таким, как Человек-Паук», «Я буду, как принцесса» и т. д.). В них проявляются усваиваемые детьми этические нормы. В этом возрасте дети в значительной степени ориентированы на сверстников, большую часть времени проводят с ними в совместных играх и беседах, их оценки и мнения становятся существенными для них. Повышается избирательность и устойчивость взаимоотношений с ровесниками. Свои предпочтения дети объясняют успешностью того или иного ребёнка в игре.

В этом возрасте дети имеют дифференцированное представление о своей гендерной принадлежности по существенным признакам (женские и мужские качества, особенности проявления чувств, эмоций, специфика гендерного поведения).

Существенные изменения происходят в игровом взаимодействии, в котором существенное место начинает занимать совместное обсуждение правил игры. При распределении детьми этого возраста ролей для игры можно иногда наблюдать и попытки совместного решения проблем («Кто будет...?»). Вместе с тем согласование действий, распределение обязанностей у детей чаще всего возникает ещё по ходу самой игры. Усложняется игровое пространство (например, в игре «Театр» выделяются сцена и гримёрная). Игровые действия становятся разнообразными.

Более совершенной становится крупная моторика. Ребёнок этого возраста способен к освоению сложных движений: может пройти по неширокой скамейке и при этом даже перешагнуть через небольшое препятствие; умеет отбивать мяч о землю одной рукой несколько раз подряд. Уже наблюдаются различия в движениях мальчиков и девочек (умальчиков — более порывистые, у девочек — мягкие, плавные, уравновешенные), вобщей конфигурации тела в зависимости от пола ребёнка.

## 1.2 Планируемые результаты освоения Программы.

К шести годам проявляет интерес к физическим упражнениям. Ребенок правильно выполняет физические упражнения, проявляет самоконтроль и самооценку. Может самостоятельно придумать и выполнить несложные физические упражнения.

## 2. Содержательный раздел.

### 3. 2.1 Учебный план реализации Программы в группе

Учебный план специально-организованной деятельности на неделю

занятия	проводит	Группа (занятия в неделю)
1	2	3
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 старшая
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).

#### Старшая группа (Шестой год жизни)

Задачи образовательной деятельности	Результаты образовательной деятельности. Достижения ребенка (что нас радует)
Развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей. - Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и	Двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих, спортивных упражнений). В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.

<p>упражнениях.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Развивать творчество в двигательной деятельности.</li> <li>- Воспитывать у детей стремление самостоятельно организовывать и приводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.</li> <li>- Развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу.</li> </ul> <p>Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Формировать осознанную потребность в двигательной активности в физическом совершенствовании, развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и здоровьесформирующего поведения.</li> <li>- Развивать самостоятельность детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек здорового образа жизни.</li> <li>- Развивать умения элементарно описывать свое самочувствие и привлекать внимание взрослых в случае недомогания.</li> </ul>	<p>В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.</p> <p>Ребенок проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений.</p> <p>Имеет представления о некоторых видах спорта.</p> <p>Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполнять упражнения, способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений.</p> <p>Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру.</p> <p>Мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей.</p> <p>Умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.</p> <p>Готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью).</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 группа

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	Старшая группа
1. Физкультурно- оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада	
1.1. Утренняя гимнастика	Ежедневно 8-10 минут
1.2. Физкультминутки	Ежедневно по мере необходимости (до3-хминут)
1.3. Игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно15-10 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 25 минут
2.2. Физкультурные занятия на свежем воздухе	1 раз в неделю 25 минут
3. Спортивный досуг	
3.1. Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно под руководством воспитателя,продолжительность определяется всоответствии с индивидуальнымиособенностями 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.

Старшая и подготовительная группы

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.

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

Средняя группа.

Ребенок пятого года жизни отличается высокой активностью. Это создает новые возможности для развития самостоятельности во всех сферах его жизни. Развитие самостоятельности в познании способствуют освоение детьми системы разнообразных исследовательских действий, приемов простейшего анализа, сравнения, умения наблюдать.

Чтобы снова и снова давать ответы. Доброжелательное, заинтересованное отношение воспитателя к детским вопросам и проблемам, готовность на равных обсуждать их помогает, с одной стороны, поддержать и направить детскую познавательную активность в нужное русло — укрепляет доверие дошкольников к взрослому.

В свободной деятельности дети по желанию выбирают интересные занятия в организованных в группе центрах активности. Это — центры игры, театрализации, искусства. Науки, строительства, математики, двигательной деятельности. Во время занятий и в свободной детской деятельности воспитатель создает различные ситуации, побуждающие детей проявлять инициативу, активность, совместно найти правильное решение проблемы (примеры таких ситуаций приведены в конкретных разделах данного пособия). По мере того как дети учатся решать возникающие перед ними задачи, у них развивается самостоятельность и

уверенность в себе. Дети испытывают большое удовлетворение, когда им удается выполнить без помощи взрослого действия, которые еще совсем недавно их затрудняли. Эти маленькие победы воспитатель всегда высоко оценивает.

У детей средней группы идет активное развитие и созревание эмоциональной сферы;

Чувства становятся более глубокими, устойчивыми; прежнее радостное чувство отобщения с окружающими постепенно перерастает в более сложное чувство симпатии,

привязанности. Поддерживая их, воспитатель специально создает ситуации, в которых дошкольники приобретают опыт дружеского общения, внимания к окружающим. Это ситуации взаимной поддержки и взаимной помощи детей, проявления внимания к старшим, заботы о животных, бережное отношения к вещам и игрушкам: «Помоги другу»,

«Поделись с другими», « Нашим животным с нами хорошо», «Мы помощники в группе» и др. Воспитатель пробуждает эмоциональную отзывчивость детей, направляет ее на сочувствие сверстникам, элементарную взаимопомощь.

В средней группе активно развивается детская самостоятельность.

Постепенно совершенствуются умения дошкольников самостоятельно действовать по собственному замыслу. Сначала эти замыслы не отличаются устойчивостью и легко меняются под влиянием внешних обстоятельств. Поэтому воспитателю необходимо развивать целенаправленность действий, помогать детям устанавливать связь между целью деятельности и ее результатом, учить находить и исправлять ошибки. Помощниками в этом могут стать картинки, фотографии, модели, наглядно, «по шагам» демонстрирующие детям очередность выполнения действий от постановки цели к результату. Это может быть последовательность процесса создания постройки, выполнения аппликации, бытового труда и пр.

В режимных процессах, в свободной детской деятельности воспитатель создает по мере необходимости, дополнительно развивающие проблемно-игровые или практические ситуации, побуждающие дошкольников применить имеющийся опыт, проявить инициативу, активность для самостоятельного решения возникшей задачи.

## **2.5 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.	Проведение бесед и консультаций	
	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
<b>3.</b>	<b>Памятки для родителей</b>	
	Тренажеры и массажеры	
	Движения «особого ребенка»	
<b>4.</b>	<b>Дорожка здоровья для родителей</b>	
	Дорожка - для преодоления ожирения у ребенка в семье	Октябрь
	Дорожка здоровья для родителей (для спины, дыхания)	Февраль
	Дорожка - для сердца, уха, горла, носа	Май
<b>5.</b>	<b>Рубрики в родительских уголках</b>	
	Фотовыставка «мы со спортом дружим»	Ноябрь
	Маска откровения «Сутулость – болезнь или привычка?»	Март
<b>6.</b>	<b>Проведение тематических родительских собраний</b>	
	Семинар – практикум «Семь шагов к здоровью»	Сентябрь
	Дискуссия «Что значит быть здоровым?»	Апрель
<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	Февраль

	возможности ее использования»	
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. 6 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>	Вечера развлечения	
	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
	«Спортивное детство»	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	Апрель

	космонавтики»	
	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

(старшая группа)

Старшие дошкольники быстро растут. Именно в этот период происходит ростовой скачок, зримо увеличивается длина конечностей, изменяются пропорции тела. Поэтому необходимы постоянный контроль позы и осанки детей, использование общеразвивающих физических упражнений, укрепляющих мышечную систему, а также специальные меры для предупреждения развития плоскостопия и функциональных отклонений осанки.

Движения детей старшего дошкольного возраста становятся все более осознанными и носят преднамеренный характер. У них развивается способность понимать задачу, поставленную педагогом, самостоятельно выполнять указания педагога, определяющие заданный способ. Дети обращают внимание на особенности разучиваемых упражнений, пытаются выяснить, почему следует проделывать их так, а не иначе. Во время объяснения ребенка возникает мысленное представление о движении, его направлении, последовательности составных частей. Дети научаются постепенно планировать свои практические и игровые действия, стремясь к их результативности.

Двигательная деятельность детей становится все более интенсивной. Дети уже достаточно хорошо владеют основными движениями, им знакомы различные гимнастические упражнения, подвижные игры, начинается формирование разнообразных способов выполнения многих видов спортивных упражнений. Усиливаются проявления самостоятельности, возникают творческие поиски новых способов действий. Начинают создаваться небольшие группировки по интересам к тому или иному виду упражнений.

В двигательной деятельности большое внимание следует уделять развитию движений и физических качеств детей. Целесообразно рационально организовать двигательный режим, разнообразить двигательную деятельность детей в течение дня. Педагогу важно поддержать попытки ребенка в правильной организации собственной деятельности, учить элементам разминки и релаксации с помощью

специальных атрибутов.

В двигательной деятельности у детей складываются более сложные формы общения со взрослыми и между собой. У них развивается чувство уважения к старшим, стремление подражать им. У некоторых детей появляется желание помочь другому, научить его. При этом существенное значение имеет направленность на достижение коллективного результата в движении, игре. Однако в этом возрасте нередко поведение детей обуславливает возникающие мотивы соперничества, соревнования.

Оценка ребенком движений, как своих, так и товарищей, приобретает более развернутый и обоснованный характер, что обуславливает большую ее объективность. Стремясь к правильной оценке, дети начинают понимать связь между способом движения и полученным результатом. Они начинают упражняться в движениях по своей инициативе, многократно повторять их без напоминания педагога, пытаясь освоить то, что не получается. При этом они довольно настойчиво преодолевают трудности.

Старший дошкольный возраст — начало активного социального развития. В этот период начинает складываться личность с ее основными компонентами. Взрослым необходимо учитывать и поддерживать проявления индивидуальности в ребенке. Важно развивать у ребенка представления о собственных возможностях и силах, учить познавать себя, используя самонаблюдение. Важно, чтобы каждый ребенок чувствовал себя принятым в обществе, это дает ему необходимое для полноценного личностного развития ощущение уверенности и защищенности. Необходимо поддерживать в детях ощущение своего взросления, вселять уверенность в своих силах. Поэтому, взаимодействуя с детьми, педагогу целесообразно придерживаться следующих правил: 1) подходить к каждому ребенку с «оптимистической гипотезой», верить в его успех, всегда поддерживать положительные действия и намерения; 2) развивать в детях чувство самоуважения, потребность в совершении социально одобряемых, справедливых действий и поступков; 3) признавать право каждого ребенка на проявление творчества, поддерживать и поощрять самостоятельность и инициативу, чаще ставить детей перед необходимостью самостоятельно сделать выбор решения; 4) обеспечивать нарастание стремления детей к освоению новых умений, способов деятельности.

Старший дошкольный возраст — это важный возраст для развития детской самостоятельности. В двигательной деятельности целесообразно соблюдать ряд требований, способствующих ее развитию:

создавать разнообразные условия и ситуации, побуждающие детей к активному применению знаний, умений, способов деятельности в личном опыте; постепенно выдвигать перед детьми более сложные задачи, требующие сообразительности, творчества, поиска новых подходов, поощрять детскую инициативу; тренировать волю детей, поддерживать желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца; поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных

самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества; содействовать освоению умений детей поставить цель (или принять ее от взрослого), обдумать путь и средства ее достижения, осуществить свой замысел и оценить полученный результат с позиции цели;

широко использовать ситуацию выбора, что создает почву для самовыражения каждого ребенка.

В образовательной программе дошкольного образования «Детство» обозначен ряд задач образовательной деятельности по физическому развитию детей старшего дошкольного

возраста, которые целесообразно решать каждому педагогу в практике собственной деятельности .

Задачи образовательной деятельности с детьми 5—6 лет ° Развивать умения осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих и спортивных упражнений).

Развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей.

Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях.

Развивать творчество в двигательной деятельности.

Воспитывать у детей стремление самостоятельно организовывать и проводить

подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.

Развивать физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу.

## КАЛЕНДАРНО - ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Физическое развитие  
(в старшей группе)

№ НОД	Задачи
1 (занятия 1, стр.(15) Л.И. Пензулаева	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.
2 (занятия 2, стр. (15,16) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге с врассыпную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча.
3 (занятия 3, стр. (15, 16) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге с врассыпную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча.
4 (занятия 4, стр.(17) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в построении в колонны; повторить упражнения в равновесии и прыжках.
5 (занятия 5, стр. (19,20) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках; развивать координацию движений в прыжках в высоту (достань до предмета) и ловкость в бросках мяча вверх.
6 (занятия 5, стр. (20) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках; развивать координацию движений в прыжках в высоту (достань до предмета) и ловкость в бросках мяча вверх.
7 (занятия 6, стр. (20,21) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег между предметами, врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках. Разминать ловкость в беге; разучить игровые упражнения с мячом.
8 (занятия 7, стр. (21,22) Л.И.Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге продолжительностью до I минуты; в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони; в подбрасывание мяча вверх. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры.
9 (занятия 8, стр. (23,24) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге продолжительностью до I минуты; в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони; в подбрасывание мяча вверх. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры.
10 (занятия 9, стр. (24) Л.И. Пензулаева	Повторить бег, продолжительность до 1 минуты, упражнения в прыжках. Развивать ловкость и глазомер, координацию движения
11 (занятия	Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу

10, стр. (24,25) Л.И. Пензулаева	воспитателя; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках.
12 (занятия 11, стр. (26) Л.И. Пензулаева	Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках.
13 (занятия 12, стр. (26,27) Л.И. Пензулаева	Упражнять в беге на длинную дистанцию, в прыжках повторить задания с мячом, развивая ловкость и глазомер.
14 (занятия 13, стр. (28) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в беге продолжительностью до 1 минуты в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча.
15 (занятия 14, стр. (29) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в беге продолжительностью до 1 минуты в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча.
16 (занятия 15, стр. (29,30) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; знакомить с ведением мяча правой и левой рукой (элементы баскетбола), упражнять в прыжках.
17 (занятия 16, стр. (30,31) Л.И. Пензулаева	Разучить поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча.
18(занятия 17, стр. (32) Л.И. Пензулаева	Разучить поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча.
19(занятия 18, стр. (32) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге; разучить игровые упражнения с мячом; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.
20(занятия 19, стр. (33,34) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать, координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнений.в равновесии.
21 (занятия 20, стр. (34,35) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать, координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнений.в равновесии.



22 (занятия 21, стр. (35) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия, непрерывном беге продолжительностью до 1 минуты; познакомить с игрой в бадминтон; повторить игровое упражнение с прыжками.
23 (занятия 22, стр. (35,36) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках.
24 (занятия 23, стр. (37) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках.
25 (занятия 24, стр. (37,38) Л.И. Пензулаева	Развивать выносливость в беге продолжительностью до 1 минуты; разучить игру «Посадка картофеля»; упражнять в прыжках, уделять внимание в игре «Затейники».
26 (занятия 25, стр. (39,40) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах.
27 (занятия 26, стр. (41) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах.
28 (занятия 27, стр. (41) Л.И. Пензулаева	Повторить бег; игровые упражнения с мячом, в равновесии и прыжках.
29 (занятия 28, стр. (42,43) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами.
30 (занятия 29, стр. (43) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами.
31 (занятия 30, стр. (43,44) Л.И. Пензулаева	Повторить бег с перешагиванием через предметы, развить координацию движений; развивать ловкость в игровом задании с мячом, упражнять в беге.
32 (занятия 31, стр. (44,45) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом.
33 (занятия 32, стр. (45) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом.

34 (занятия 33, стр. (45,46) Л.И. Пензулаева	Упражнять в беге, развивая выносливость: в перебрасывании мяча в шеренгах. Повторить игровые упражнения с прыжками и бегом.
35 (занятия 34, стр. (46,47) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу нос питателя; упражнять в равновесии и прыжках.
36 (занятия 35, стр. (47) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу нос питателя; упражнять в равновесии и прыжках.
37 (занятия 36, стр. (47) Л.И. Пензулаева	Повторить бег с преодолением препятствий; повторить игровые упражнения с прыжками, с бегом и мячом.
38 (занятия 1, стр. (48,49) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча.
39 (занятия 2, стр. (46,47) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча.
40 (занятия 3, стр. (50) Л.И. Пензулаева	Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками, упражнять в метании снежков на дальность.
41 (занятия 4, стр. (51,52) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и переброске мяча.
42 (занятия 5, стр. 52) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и переброске мяча.
43 (занятия 6, стр. (52,53) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег между снежными постройками; упражнять в прыжках на двух ногах до снеговика; в бросании снежков в цель.
44 (занятия 7, стр. (53,54) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; закреплять и умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия.
45 (занятия 8, стр. (54) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; закреплять и умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия.
46 (занятия 9, стр. (54,55)	Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; упражнять в прыжках на двух ногах; повторить игровые упражнения с

Л.И. Пензулаева	бегом и бросание снежков в горизонтальную цель.
47 (занятия 10, стр. (55,56) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге врассыпную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках.
48 (занятия 10, стр. (55,56) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге врассыпную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках.
49 (занятия 11, стр. (57) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге врассыпную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках.
50 (занятия 12, стр. (57,58) Л.И. Пензулаева	Повторить передвижение на лыжах скользящим шагом; разучить игровые упражнения с клюшкой и шайбой; развивать координацию движений и устойчивое равновесие при скольжении по ледяной дорожке.
51 (занятия 13, стр. (59,60) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги ногу, м забрасывании мяча в кольцо.
52 (занятия 14, стр. (60) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги ногу, м забрасывании мяча в кольцо.
53 (занятия 15, стр. (61) Л.И. Пензулаева	Продолжать учить детей передвигаться по учебной лыжне; повторить игровые упражнения.
54 (занятия 16, стр. (61,62) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой.
55(занятия 17, стр. (63) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой.
56 (занятия 18, стр. (63) Л.И. Пензулаева	Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; повторить игровые упражнения с бегом и метанием.
57 (занятия 19, стр. (63,64) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии.
58 (занятия 20, стр. (64) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии.
59 (занятия 21, стр. (65)	Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; повторить игровые упражнения с бегом, прыжками и

Л.И. Пензулаева	метанием снежками на дальность.
60 (занятия 22, стр. (65,66) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек.
61 (занятия 23, стр. (66) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек.
62 (занятия 24, стр. (66,67) Л.И. Пензулаева	Разучить повороты на лыжах; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.
63 (занятия 25, стр. (68,69) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; в беге продолжительностью до 1 минуты; в сохранении устойчивого равновесии при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину.
64 (занятия 26, стр. (69) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; в беге продолжительностью до 1 минуты; в сохранении устойчивого равновесии при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину.
65 (занятия 27, стр. (69,70) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе по лыжне скользящим шитом, повторить повороты на лыжах, игровые упражнения с шайбой, скольжение по ледяной дорожке.
66 (занятия 28, стр. (70) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег врассыпную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю.
67 (занятия 29, стр. (71) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег врассыпную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю.
68 (занятия 30, стр. (71) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе на лыжах, метании снежков на дальность; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.
69 (занятия 31, стр. (71,72) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную пень; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через лес
71 (занятия 33, стр. (73) Л.И. Пензулаева	Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками, метание снежков в цель и на дальность.
72 (занятия 34, стр. (73,74)	Упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в

Л.И. Пензулаева	сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом.
73 (занятия 35, стр. (74,75) Л.И. Пензулаева	Повторить игровые упражнения на санках; упражнять в беге и прыжках.
74 (занятия 36, стр. (75) Л.И. Пензулаева	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба с выполнением заданий.
75 (занятия 1, стр. (76,77) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату (шпуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер.
76 (занятия 2, стр. (77,78) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату (шпуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер.
77 (занятия 3, стр. (78,79) Л.И. Пензулаева	Повторить игровые упражнения с бегом; упражнять в перебрасывании шайбы друг другу, развивая ловкость и глазомер.
78 (занятия 4, стр. (79,80) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и враспынную; разучить прыжок в высоту с разбега, упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами.
79 (занятия 5, стр. (80) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и враспынную; разучить прыжок в высоту с разбега, упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами.
80 (занятия 6, стр. (80,81) Л.И. Пензулаева	Повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками.
81 (занятия 8, стр. (81,82) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражняй, и ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках
82 (занятия 2, стр. (82) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражняй, и ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках
83 (занятия 9, стр. (83) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в беге и ходьбе в чередовании; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом.
84 (занятия 10, стр. (83,84)	Упражнять детей в ходьбе с перестроением и колонну по два (парами) в движении; в метании в горизонтальную

Л.И. Пензулаева	цель; лазанье и равновесии.
85 (занятия 11, стр. (84) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе с перестроением иколонну по два (парами) в движении; в метании в горизонтальную цель; лазанье и равновесии.
86 (занятия 12, стр. (85) Л.И. Пензулаева	Упражнять в беге на скорость; разучить упражнение с прокатыванием мяча; повторить игровые задания с прыжками.
87 (занятия 13, стр. (86,87) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании.
88 (занятия 14, стр. (87) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании.
89 (занятия 15, стр. (87) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в чередовании ходьбы и бега; повторить игру с бегом «Ловишки — перебежки», эстафету с большим мячом.
90 (занятия 16, стр. (88,89) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей.
91 (занятия 17, стр. (89) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей.
92 (занятия 18, стр. (89) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в длительном беге, развивая выносливость; в прокатывании обруча; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.
93 (занятия 19, стр. (89,90) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде воспитателя; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия.
94 (занятия 20, стр. (91) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде воспитателя; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия.
95 (занятия 21, стр. (91) Л.И. Пензулаева	Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом прыжками и бегом.
96 (занятия 22, стр. (91,92) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках.
97 (занятия 23, стр. (93)	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в

Л.И. Пензулаева	сохранении равновесия и прыжках.
98 (занятия 24, стр. (93,94) Л.И. Пензулаева	Упражнять в беге на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, прыжках и равновесии.
99 (занятия 25, стр. (94,95) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде воспитателя; и сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом.
100 (занятия 26, стр. (95,96) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде воспитателя; и сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом.
101 (занятия 27, стр. (96) Л.И. Пензулаева	Упражнять в беге с высоким подниманием бедра; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и воланом (бадминтон).
102 (занятия 28, стр. (96,97) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча.
103 (занятия 29, стр. (97) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча.
104 (занятия 30, стр. (97,98) Л.И. Пензулаева	Развивать выносливость в непрерывном беге; упражнять в прокатывании обручей, развивая ловкость и глазомер; повторить игровые упражнения с мячом.
105 (занятия 31, стр. (98,99) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и в рассыпную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем.
106 (занятия 32, стр. (99) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и в рассыпную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем.
66 (занятия 28, стр. (70) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег в рассыпную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю.
39 (занятия 2, стр. (46,47) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча.

## Физкультурные досуги в старшей группе

Название	Месяц
«Мы футболисты» (стр. 29)	Сентябрь
«Спортивное детство» (стр. 38)	Октябрь
«Игры Берендея» (стр.9)	Ноябрь
«Зимние забавы» (стр.92)	Декабрь
«Поле чудес» (стр. 59)	Январь
«Веселые старты» (стр. 64)	Февраль
«Мы растем здоровыми» (стр. 75)	Март
«Необитаемый остров» (стр. 80)	Апрель
«Страна необыкновенных игр» (стр.50)	Май

### 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 оборудования в центре по мере необходимости, использования пространствообразующих материалов.

В спорт зале создана уютная естественную обстановку, гармоничная по цветовому и пространственному решению. Преобладают светлые пастельные тона для оформления стен, подобрана оборудования естественных оттенков.

В процессе проектирования среды продуманы 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 с зацепами	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,	2

	подставки.	
	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
	Кольца напольные	2
Для ползания и лазанья	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)	1. Л.И. Пензулаева, физическая культура в детском саду, с детьми 5-6 лет, 2014 год. 2. Издательство «Учитель», Автор-составитель Н.М. Соломенникова, организация спортивного досуга дошкольников 4-7 лет, 2021 год. 3. Сборник подвижных игр, «Подвижные

	<p>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.) 2020-2021год.

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- 09.25 подготовка 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**

