

Принят решением
педагогического совета
СПДС «Чебурашка»
Протокол № _____
от «_____» _____ 2024г

УТВЕРЖДАЮ
руководитель СПДС
«Чебурашка»
_____ С.Н. Ендуткина
«_____» _____ 2024г.

**Рабочая программа
инструктора по физической культуре
по реализации ОО «Физическое развитие»
на 2024-2025 учебный год**

Срок реализации: 2024-2025 уч/год (1 год)
Разработал:
инструктор по физической культуре
Наумова Оксана Владимировна

№ п/п	содержание	страница
	Введение	3
1.	Целевой раздел	4
1.1.	Пояснительная записка	4
1.2.	Цель и задачи рабочей программы	4
1.3.	Принципы и подходы к формированию рабочей программы	5
1.4.	Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста	6
1.5.	Планируемые результаты реализации ОО «Физическое развитие»	6
1.6.	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	7
2.	Содержательный отдел	8
2.1.	Задачи физического развития детей младшего и дошкольного возраста	8
2.1.2.	Задачи физического развития детей 2-3 лет	8
2.1.3.	Задачи физического развития детей 3-4 лет	8
2.1.4.	Задачи физического развития детей 4-5 лет	9
2.1.5.	Задачи физического развития детей 5-6 лет	9
2.1.6.	Задачи физического развития детей 6-7 лет	10
2.2.	Содержание образовательной деятельности, описание форм, способов, методов, средств реализации рабочей программы физического развития дошкольников	11
2.2.1.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 2-3 лет	11
2.2.2.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 3-4 лет	12
2.2.3.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 4-5 лет	13
2.2.4.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 5-6 лет	15
2.2.5.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 6-7 лет	17
2.3.	Основные требования по освоению детьми ОО «Физическое развитие»	21
2.4.	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы	22
2.5.	Взаимодействие педагогов	24
2.6.	Направления и задачи коррекционно-развивающей работы	25
2.7.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	26
2.8.	Особенности взаимодействия с семьями воспитанников в рамках ОО «Физическое развитие»	26
3.	Организационный раздел	26
3.1.	Особенности организации РППС	26
3.2.	Материально-техническое обеспечение РП по реализации ОО «Физическое развитие»	27

Введение

Содержание образования должно содействовать взаимопониманию и сотрудничеству между людьми, народами независимо от расовой, национальной, этнической, религиозной и социальной принадлежности, формированию и развитию личности ребенка в соответствии с принятыми в семье и обществе духовно-нравственными и социокультурными ценностями.

Основополагающими функциями дошкольного уровня образования в соответствии с ФОП являются:

1. Воспитание и развитие ребенка дошкольного возраста как Гражданина Российской Федерации, формирование основ его гражданской и культурной идентичности на доступном его возрасту содержании доступными средствами.
2. Создание единого ядра содержания дошкольного образования, ориентированного на приобщение детей к духовно-нравственным и социокультурным ценностям русского народа, воспитание подрастающего поколения как знающего и уважающего историю и культуру своей семьи, большой и малой Родины.
3. Создание единого федерального образовательного пространства воспитания и обучения детей от рождения до поступления в начальную школу, обеспечивающего ребенку и его родителям (законным представителям), равные, качественные условия ДО, вне зависимости от места и региона проживания. [1, с. 2].

ФГОС ДО и ФОП являются основой для разработки и утверждения ДОО образовательной программы дошкольного образования.

В ФОП ДО определены единые для Российской Федерации базовые объем и содержание ДО, осваиваемые обучающимися в организациях, осуществляющих образовательную деятельность, и планируемые результаты освоения образовательной программы. Содержание и планируемые результаты разрабатываемых в ДОО образовательных программ (в том числе и рабочих программ педагогов) должны быть не ниже соответствующих содержания и планируемых результатов Федеральной программы.

Образовательная программа ДОО (рабочие программы педагогов) в соответствии с ФГОС ДО и ФОП содержит целевой, содержательный, организационный разделы.

Расшифровка применяемых в тексте обозначений и сокращений

РП – рабочая программа

ИФК – инструктор по физической культуре

ФОП – федеральная образовательная программа

ДО – дошкольное образование

ДОО – дошкольная образовательная организация

РФ – Российская федерация

ФГОС ДО – федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования

ОВД – основные виды движений (ходьба, бег, прыжки, ползание, ланье, катание, ловля, бросание)

ОРУ – общеразвивающие упражнения

ЗОЖ – здоровый образ жизни

ПИ – подвижные игры

РППС – развивающая предметно-пространственная среда

СанПиН – Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды

обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2.

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора по физкультуре определяет содержание образовательной деятельности ДОО в рамках образовательной области «Физическое развитие» и обеспечивает физическое развитие воспитанников ДОО в возрасте от 2 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Основу рабочей программы составляют следующие нормативно-правовые документы:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. No 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. No 1155;
3. Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. No 2.
4. Федеральная образовательная программа дошкольного образования, утверждённая приказом министерства просвещения РФ от 25 ноября 2022 г.
5. Устав МБДОУ
6. Основная образовательная программа МБДОУ

В РП сформулированы цели, задачи, содержание образовательной деятельности по физическому развитию, предусмотренные для освоения в каждой возрастной группе детей в возрасте от двух до восьми лет, а также результаты, которые могут быть достигнуты детьми при целенаправленной систематической работе с ними.

РП описывает формы, средства, методы работы с детьми по развитию физических качеств, формированию двигательных навыков, формированию основ ЗОЖ, освоению здоровьесберегающих умений.

РП включает перечень основных движений, ОРУ, музыкально-ритмических упражнений, подвижных игр, спортивных упражнений с учетом индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их потребностей и интересов, возрастных возможностей.

Реализация РП ИФК предполагает интеграцию обучения и воспитания за счёт проведения физкультурных развлечений, праздников, прогулок-походов, дней здоровья, физкультурно-массовых мероприятий, включения регионального компонента (подвижных игр народов РФ, знакомство с достижениями российских спортсменов, использование музыкального сопровождения народной тематики, и т.д.).

Вариативная часть РП направлена на обогащение двигательного опыта дошкольников, связанного с использованием нестандартного оборудования, современных технологий физического развития и оздоровления дошкольников.

1.2. Цели и задачи реализации рабочей программы

Цель РП: создание системы работы по физическому развитию дошкольников, обеспечивающей разностороннее и гармоничное физическое развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей народов РФ, исторических и национально-культурных традиций.

Цель РП достигается через решение **задач**, обозначенных в ФОП:

- обеспечение единых для РФ содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;
- построение (структурирование) содержания образовательной работы на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;
- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
- обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;
- достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей [1, стр. 4].

1.3. Принципы и подходы к формированию рабочей программы

РП ИФК по реализации ОО «Физическое развитие» в соответствии с ФОП и ФГОС ДО построена на следующих принципах:

Принцип учёта ведущей деятельности:

- реализуется в соответствии с ФОП и в контексте всех перечисленных в ФГОС ДО видов детской деятельности, с акцентом на ведущую деятельность для каждого возрастного периода – от непосредственного эмоционального общения со взрослым до предметной (предметно - манипулятивной) и игровой деятельности;

Принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей детей:

- учитывает возрастные характеристики развития ребенка на разных этапах дошкольного возраста, предусматривает возможность и механизмы разработки индивидуальных траекторий развития и образования детей с особыми возможностями, способностями, потребностями и интересами;

Принцип амплификации детского развития

- рассматривается как направленный процесс обогащения и развертывания содержания видов детской деятельности, а также общения детей со взрослыми и сверстниками, соответствующий возрастным задачам дошкольного возраста;

Принцип единства обучения и воспитания

- как интеграция двух сторон процесса образования, направленная на развитие личности ребенка и обусловленная общим подходом к отбору содержания и организации воспитания и обучения через обогащение содержания и форм детской деятельности;

Принцип преемственности образовательной работы

- реализуется на разных возрастных этапах дошкольного детства и при переходе на уровень начального общего образования. РП в соответствии с ФОП реализует данный принцип при построении содержания обучения и воспитания относительно уровня начального школьного образования, а также при построении единого пространства развития ребенка образовательной организацией и семьёй;

Принцип сотрудничества с семьей:

- реализация РП в соответствии с ФОП предусматривает оказание психолого-педагогической, методической помощи и поддержки родителям (законным представителям) детей раннего и дошкольного возраста, построение продуктивного взаимодействия с родителями (законными представителями) с целью создания единого/общего пространства развития ребенка;

Принцип здоровьесбережения:

- при организации образовательной деятельности не допускается использование педагогических технологий, которые могут нанести вред физическому и (или) психическому здоровью воспитанников, их психоэмоциональному благополучию.

1.4. Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возрастов

Характеристика возрастных особенностей развития детей дошкольного возраста необходима для правильной организации и осуществления образовательного процесса как в условиях семьи, так и в условиях дошкольного образовательного учреждения (группы).

Реализация РП ИФК по физическому развитию детей в возрасте от 2 до 7 лет в ДОО опирается на основные показатели физического развития, развития функциональных систем, моторики, психических функций, коммуникативных навыков, социализацию, приоритетные виды детской деятельности, обозначенные в ФОП [1, стр. 11-18].

1.5. Планируемые результаты реализации ОО «Физическое развитие»

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности ДО делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения образовательной программы в рамках ОО «Физическое развитие» представлены в виде целевых ориентиров ДО и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка к завершению ДО.

К трем годам:

- у ребенка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки, повторяет за взрослым простые имитационные упражнения, понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам [1, стр. 20];

К четырем годам:

- ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;

- ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические движения под музыку;

- ребенок демонстрирует достаточную координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;

- ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и т.п., соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье [1, стр. 21-22].

К пяти годам:

- ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, испытывает потребность в двигательной активности;

- ребенок демонстрирует хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, хорошее развитие крупной и мелкой моторики рук активно и с интересом выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность;
- ребенок интересуется факторами, обеспечивающими здоровье, стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;
- ребенок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации [1, стр. 22].

К шести годам:

- ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;
- ребенок проявляет во время занятий физической деятельностью выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений;
- ребенок проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;
- ребенок владеет основными способами укрепления здоровья, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих его людей [1, стр. 23-24];

К концу дошкольного возраста:

- у ребенка сформированы основные физические и нравственно-волевые качества;
- ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;
- ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристических пеших прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности;
- проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;
- проявляет морально-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять самооценку своей двигательной деятельности;
- имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности, о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;
- владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку заболевшим людям [1, стр. 25].

1.6. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Педагогическая диагностика в ДОО – это особый вид профессиональной деятельности, позволяющий выявлять динамику и особенности развития ребенка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности [1, стр. 27].

Ее функция заключается в обеспечении эффективной обратной связи, позволяющей осуществлять управление образовательным процессом.

Направления и цели педагогической диагностики, а также особенности ее проведения определяются требованиями ФГОС ДО.

Педагогическая диагностика не является обязательной процедурой, вопрос о её проведении для получения информации о динамике возрастного развития ребенка и успешности освоения им образовательной программы, формах организации и методах решается непосредственно ДОО.

Решение о проведении педагогической диагностики физического развития воспитанников принято на педагогическом совете ДОО (Протокол № 1 от «30» августа 2024 г.)

Педагогическая диагностика физического развития воспитанников ГБОУ СОШ с.Выселки СПДС «Чебурашка» проводится ИФК, воспитателями на основе наблюдения, специальных диагностических ситуаций.

Для проведения диагностики физического развития используются следующие методические рекомендации:

1. Ноткина Н., Казьмина Л. И др. «Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста»

Периодичность проведения педагогической диагностики: 2 раза в год.

Стартовая – на этапе поступления ребёнка в дошкольную группу.

Финальная – на завершающем этапе освоения программы определённой возрастной группы

Результаты проведения диагностики физического развития ребёнка фиксируются в индивидуальную карту («Паспорт здоровья», см. Приложение 1).

2. Содержательный отдел

Содержание работы по физическому развитию дошкольников реализуется инструктором по физкультуре, педагогами ДОО в соответствии с ФОП, ФГОС ДО, образовательной программой ДОО, методикой физического развития детей от 2 до 7 лет.

Содержание ОО «Физическое развитие» в соответствии с ФГОС ДО и ФОП предусматривает решение ряда специфических задач:

2.1 Задачи физического развития детей младшего и дошкольного возраста:

2.1.1. Задачи физического развития детей 2-3 лет

- обогащать двигательный опыт ребенка, обучая ОВД, ОРУ, простыми музыкально-ритмическим упражнениям;
- развивать психофизические качества, координацию движений, умение сохранять равновесие и ориентироваться в пространстве по зрительным и слуховым ориентирам;
- формировать интерес и эмоционально-положительное отношение к физическим упражнениям, совместным двигательным действиям;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, самостоятельности, воспитывать полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

2.1.2. Задачи физического развития детей 3-4 лет

- продолжать обогащать двигательный опыт ребенка разнообразными движениями, активизировать двигательную деятельность, обучая строевым упражнениям, ОВД, ОРУ, спортивным упражнениям, музыкально-ритмическим упражнениям, подвижным играм;

- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, равновесие, координацию движений;
- формировать интерес и положительное отношение к физическим упражнениям, самостоятельность, умение согласовывать свои действия с движениями других детей;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщать к ЗОЖ, формируя полезные привычки.

2.1.3. Задачи физического развития детей 4-5 лет

- обогащать двигательный опыт ребенка, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, обучая техничному выполнению разнообразных физических упражнений, музыкально-ритмических движений в разных формах двигательной деятельности;
- продолжать учить быстро и самостоятельно ориентироваться в пространстве, выполнять движения скоординировано, согласованно;
- продолжать формировать психофизические качества, координацию движений, равновесие, меткость;
- воспитывать волевые качества, произвольность, стремление соблюдать правила в ПИ, проявлять творчество и самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- воспитывать интерес и положительное отношение к физическим упражнениям, разным формам двигательной деятельности;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка, способствовать правильному формированию опорно-двигательного аппарата, осанки, укреплению иммунитета средствами физического воспитания;
- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье;
- воспитывать полезные привычки, осознанное отношение к здоровью.

2.1.4. Задачи физического развития детей 5-6 лет

- продолжать обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения технично, осознанно, активно, точно, дифференцируя мышечные усилия, выполнять физические и музыкально-ритмические упражнения;
- способствовать освоению элементов спортивных игр, спортивных упражнений, элементарных туристских навыков;
- продолжать развивать психофизические качества, координацию, равновесие, меткость, самоконтроль, самостоятельность, творчество при выполнении движений;
- учить соблюдать правила в ПИ, взаимодействовать в команде, согласовывать действия свои и других детей, ориентироваться в пространстве;
- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх и упражнениях;
- формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, иммунитет средствами физического воспитания;
- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах, влияющих на здоровье, туризме как форме активного отдыха;
- воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, учить осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

2.1.5. Задачи физического развития детей 6-7 лет

- продолжать обогащать двигательный опыт, совершенствовать двигательные умения и навыки в разных формах двигательной деятельности;
- продолжать осваивать элементы спортивных игр и упражнений, туристские навыки;
- развивать психофизические качества, самоконтроль, самостоятельность, творчество при выполнении движений, ориентировку в пространстве;
- воспитывать стремление соблюдать правила в подвижной игре, учить самостоятельно их организовывать и проводить, взаимодействовать в команде;
- воспитывать патриотические чувства, нравственно-волевые качества гражданскую идентичность в двигательной деятельности;
- формировать осознанную потребность в двигательной активности;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления;
- формировать представление о туризме, как форме активного отдыха, физкультуре и спорте, спортивных достижениях;
- продолжать учить осознанно выполнять правила безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;
- воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей.

Для решения поставленных задач в каждой возрастной группе используются следующие

формы организации двигательной деятельности:

- утренняя гигиеническая гимнастика
- физкультурные занятия в зале и на свежем воздухе
- физкультминутки
- физкультпаузы
- подвижные игры
- бодрящая гимнастика
- индивидуальная работа по развитию движений в зале и на прогулке
- активный отдых (досуги, развлечения, праздники, туристические прогулки и походы, динамический час)
- самостоятельная двигательная деятельность

и типы занятий:

- учебно-тренировочное
- сюжетное
- игровое
- тренировочное
- комплексное
- физкультурно-познавательное
- тематическое

- нетрадиционное
- контрольное.

2.1 Содержание образовательной деятельности

РП направлена на:

- обеспечение гармоничного физического развития, приобретение опыта в различных видах двигательной деятельности, развитие психофизических качеств, формирование навыков правильной осанки, развитие координационных способностей, равновесия, мелкой моторики;
- формирование начальных представлений о видах спорта, достижениях российских спортсменов, овладение подвижными играми, играми с правилами, элементами спортивных игр и упражнений;
- становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере, формирование ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, формирование знаний о различных видах активного отдыха.

Рабочая программа построена в соответствии с ФОП и ФГОС ДО на интегративном подходе сочетания образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой образовательных областей. Это способствует тому, что основные задачи содержания ОО «Физическое развитие» решаются как самостоятельно, так и в ходе реализации других ОО («Социально - коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно – эстетическое развитие»).

2.2.1. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 2 до 3 лет:

Основная гимнастика (основные движения, ОРУ):

ОВД:

- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазанье, катание, бросание, метание, упражнения в равновесии [1, стр. 122-123].

ОРУ:

- без предметов, с предметами (погремушки, мячи, кубики, платочки, малые обручи, флажки, и т.п.), у опоры (стул, скамейка), сидя на опоре (стул, скамейка) [1, стр. 123].

Музыкально-ритмические упражнения:

- хлопки в ладоши под музыку, хлопки с одновременным притопыванием одной ногой, приседание «пружинка», приставные шаги вперед-назад под ритм, кружение на носочках, подражание движениям животных [1, стр. 123].

Подвижные игры:

- сюжетные игры, имитационные упражнения
- игры на развитие ориентировки в пространстве
- игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации
- малоподвижные игры

[1, стр. 123]

Целевые ориентиры к концу 3-го года жизни:

- ребёнок умеет выполнять основные движения на доступном уровне, уверенно ползает, лазает, ходит в заданном направлении, перешагивает, подпрыгивает на месте и осваивает прыжки с продвижением вперед, в длину с места;

- вместе с педагогом выполняет простые ОРУ, движения имитационного характера, музыкально-ритмические упражнения;
- ориентируется в пространстве по ориентирам, проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, инвентарём;
- активно участвует в несложных подвижных играх, организованных педагогом, реагирует на сигналы, взаимодействует с педагогом и другими детьми при выполнении физических упражнений;
- приучен к закаливающим и гигиеническим процедурам, выполняет их регулярно [1, стр. 124].

2.2.2. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 3 до 4 лет:

Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):

ОВД:

- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии [1, стр. 124-125];

ОРУ:

- без предметов, с предметами (мячи, кубики 2 цветов, кегли, обручи, и т.п.), с опорой и на опоре (стул, скамейка), из разных исходных положений [1, стр. 125];

Строевые упражнения:

- построение в шеренгу, колонну по одному, круг по ориентирам с нахождением своего места в строю, повороты переступанием по показу, ориентиру.

Музыкально-ритмические упражнения:

- ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на полупальцах, топающим шагом, вперед, приставным шагом прямо и боком;
- имитационные движения, разнообразные образно-игровые упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, быстрая белка и т. д.);
- поочередное выставление ноги вперед, пятку, притопывание одной ногой, приседания «пружинки», прямой галоп, кружение [1, стр. 125].

Подвижные игры:

- сюжетные игры, имитационные упражнения;
- несюжетные игры;
- игры на развитие ориентировки в пространстве;
- игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации;
- малоподвижные игры [1, стр. 125-126]

Спортивные упражнения:

- катание на санках: по прямой дорожке игрушек, друг друга, с невысокой горки;
- ходьба на лыжах: по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, повороты на лыжах переступанием;
- катание на трехколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево;

- плавание: погружение в воду, ходьба и бег в воде прямо и по кругу, игры с плавающими игрушками в воде [1, стр. 126].

Активный отдых:

- физкультурные досуги 1-2 раз в месяц, в соответствии с КТП ДОО;
- дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с КТП, годовым планом работы.

Целевые ориентиры к концу 4-го года жизни:

- ребенок ориентируется в пространстве по зрительным и звуковым ориентирам, при совместных построениях и выполнении основных движений, в подвижных играх;
- по показу педагога принимает исходное положение, более уверенно выполняет движения, сохраняет равновесие при выполнении физических упражнений, музыкально-ритмических движений, реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое, выполняет общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;
- осваивает спортивные упражнения;
- проявляет положительное отношение к физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм, знает правила в подвижных играх, стремится к выполнению ведущих ролей в игре;
- понимает необходимость соблюдения чистоты и гигиены для здоровья, имеет сформированные полезные привычки, знает основные правила безопасного поведения в двигательной деятельности [1, стр. 116-127].

2.2.3. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 4 до 5 лет:

Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):

ОВД:

- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии [1, стр. 127-129].

ОРУ:

- под счёт, из разных исходных положений, в разном темпе, без предметов, с мелким спортивным инвентарём [1, стр. 128]

Строевые упражнения:

- построение в колонну по одному, по два, в рассыпную;
- построение по росту;
- размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без;
- перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении;
- перестроение в звенья на ходу по зрительным ориентирам;
- повороты переступанием в движении и на месте направо, налево и кругом на месте [1, стр. 129].

Ритмическая гимнастика:

- ходьба под ритм, музыку в разном темпе на полупальцах, топающим шагом, вперед и назад (спиной), приставным шагом прямо и боком, галопом в сторону, согласовывая с началом окончания музыки;

- ходьба по кругу за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении, прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под ритм и музыку;
- выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное «выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмично хлопать в ладоши;
- комбинации из двух освоенных движений.

Подвижные игры:

- сюжетные игры, имитационные упражнения
- несюжетные игры
- игры на развитие ориентировки в пространстве
- игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации
- народные игры
- малоподвижные игры [1, стр. 128].

Спортивные упражнения:

Катание на санках:

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

Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате:

- по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью.

Ходьба на лыжах:

- скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору «ступающим шагом» и «полуелочкой».

Плавание:

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

Активный отдых:

- физкультурные досуги и развлечения 1-2 раз в месяц, в соответствии с КТП ДОО;
- дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с КТП, годовым планом работы;
- участие в физкультурных праздниках 2 раза в год в качестве зрителей [1, стр. 130].

Целевые ориентиры к концу 5-го года жизни:

- ребенок осваивает разнообразные физические и музыкально-ритмические упражнения, проявляет двигательную активность и психофизические качества, демонстрирует координацию движений, развитие глазомера, ориентировку в пространстве ориентирами и без, стремиться сохранять правильную осанку;
- проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, с желанием выполняет упражнения основной гимнастики, участвует в подвижных играх и досуговой деятельности;
- проявляет настойчивость и упорство для достижения результата, стремится к победе, соблюдает правила в подвижных играх, переносит освоенные упражнения в самостоятельную двигательную деятельность;
- знает правила безопасного поведения в двигательной деятельности;
- знает об отдельных факторах, положительно влияющих на здоровье, имеет сформированные полезные привычки [1, стр. 130].

2.2.4. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 5 до 6 лет:

Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):

ОВД:

- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии [1, стр. 131-132].

ОРУ:

- под счёт, из разных исходных положений, в разном темпе, без предметов, с мелким спортивным инвентарём [1, стр. 131-132].

Строевые упражнения:

- построение в колонну по одному, в шеренгу, круг и два круга (по ориентирам и без), по диагонали, в два и три звена;

- перестроение из одной колонны в две, в шеренгу по два, равняясь по ориентирам и без;

- повороты направо, налево, кругом;

- размыкание и смыкание.

Ритмическая гимнастика:

- ходьба и бег под музыку в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе;

- ходьба на высоких полупальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, «с каблука», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), с ускорением и замедлением темпа;

- легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение);

- подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружения по одному и в парах. [1, стр. 132].

Подвижные игры:

- сюжетные игры, имитационные упражнения;

- несюжетные игры;

- игры на развитие ориентировки в пространстве;

- игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации;

- народные игры;

- малоподвижные игры [1, стр. 132-133].

Спортивные упражнения:

Катание на санках:

- по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки;

Ходьба на лыжах:

- по лыжне (на расстояние до 500 м.);

- скользящим шагом;

- повороты на месте (направо и налево) с переступанием;

- подъем на склон прямо «ступающим шагом», «полуелочкой» (прямо и наискосок).

Катание на двухколесном велосипеде, самокате:

- по прямой, по кругу, с разворотом с разной скоростью;
- с поворотами направо и налево, соблюдая правила, не наталкиваясь.

Плавание:

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

Спортивные игры:

Городки:

- бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м).

Элементы баскетбола:

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

Бадминтон:

- отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом
- Элементы футбола: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; обведение мяча между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3-5 м); игра по упрощенным правилам.

Активный отдых:

- физкультурные досуги и развлечения 1-2 раз в месяц, в соответствии с КТП ДОО;
- физкультурные праздники 2 раза в год, в соответствии с КТП ДОО;
- дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с КТП, годовым планом работы;
- туристские прогулки и экскурсии на расстояние от 1 до 2 км (в оба конца) в теплый период года, и до 1 км в холодный период (продолжительность пешего похода от 1 до 1,5 ч с остановкой от 10 до 15 минут, время непрерывного движения 20 минут).

Целевые ориентиры к концу 6-го года жизни:

- ребенок выполняет физические упражнения в соответствии с возрастными возможностями, достаточно технично, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно;
- проявляет в двигательной деятельности сформированные в соответствии с возрастом психофизические качества;
- способен проявить творчество, составляя несложные комбинации из знакомых общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений, основных движений и продемонстрировать их, придумать движения в подвижной игре и организовать ее;
- стремится осуществлять самоконтроль и дает оценку двигательным действиям других детей и своим, свободно ориентируется в пространстве, овладевает некоторыми туристскими умениями;
- проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам и экскурсиям;

- умеет взаимодействовать в команде, проявляет инициативу, самостоятельность, находчивость, взаимопомощь, стремится к личной и командной победе, демонстрирует нравственно-волевые качества, ответственность перед командой, преодолевает трудности;
- знает способы укрепления здоровья и факторы, положительно влияющие на него, имеет представление о правилах гигиены, понимает необходимость сохранения и укрепления здоровья, может оказать посильную помощь больным близким, стремиться заботиться о своем здоровье и здоровье других людей;
- имеет представления о некоторых видах спорта, спортивных достижениях, туризме, как форме активного отдыха, знает правила безопасного поведения в двигательной деятельности, стремиться их соблюдать [1, стр. 134-135].

2.2.5. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 6 до 7 лет:

Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):

ОВД:

- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии [1, стр. 136-137];

ОРУ:

- в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с паузами и поточно, под счет, музыку и др. [1, стр. 137];

Строевые упражнения:

- самостоятельные построения в колонну по одному, в круг, шеренгу;
- перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2-3);
- расчет на первый-второй и перестроение из одной шеренги в две;
- равнение в колонне, шеренге, кругу;
- размыкание и смыкание приставным шагом;
- повороты направо, налево, кругом.

Ритмическая гимнастика:

- отдельные комплексы из 6–8 упражнений под музыку;
- танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками;
- поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке;
- ритмичная ходьба с носка, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад, в сторону;
- кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону, на носок и на пятку, в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук вверх, в сторону в такт и ритм музыки [1, стр. 137].

Подвижные игры:

- сюжетные игры, имитационные упражнения
- несюжетные игры
- игры на развитие ориентировки в пространстве
- игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации
- народные игры
- малоподвижные игры

Спортивные упражнения:

Катание на санках:

- игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.

Ходьба на лыжах:

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

Катание на коньках:

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

Катание на двухколесном велосипеде, самокате:

- по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость.

Плавание:

- погружение в воду с головой с открытыми глазами, скольжение на груди и спине, двигая ногами (вверх — вниз);
- проплывание в воротца, с надувной игрушкой или кругом в руках и без, произвольным стилем (от 10–15 м);
- упражнения комплексов гидроаэробики в воде у бортика и без опоры [1,138].

Спортивные игры

Городки:

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

Элементы баскетбола:

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

Элементы футбола:

- передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте;

- ведение мяч «змейкой» между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота;
- играть по упрощенным правилам.

Элементы хоккея (без коньков — на снегу, на траве):

- ведение шайбы клюшкой, не отрывая ее от шайбы;
- прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой;
- ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними;
- забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева);
- попадание шайбой в ворота, ударять по ней с места и после ведения.

Бадминтон:

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

Элементы настольного тенниса:

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

Активный отдых:

- физкультурные досуги и развлечения 1-2 раз в месяц, в соответствии с КТП ДОО;
- физкультурные праздники 2 раза в год, в соответствии с КТП ДОО;
- дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с КТП, годовым планом работы;
- туристские прогулки и экскурсии на расстояние от 1 до 3 км (в оба конца) в теплый период года, и от 1 до 2 км в холодный период (продолжительность пешего похода от 1 до 2,5 ч с остановкой от 10 до 15 минут, время непрерывного движения 20-30 минут) [1,139].

Целевые ориентиры к концу 7-го года жизни:

- ребенок результативно, уверенно, технически точно, выразительно с достаточной амплитудой и усилием выполняет физические упражнения, музыкально-ритмические упражнения и их комбинации с пособиями и без, осваивает элементы спортивных игр по возрасту, проявляет психофизические качества, меткость, глазомер, сохраняет равновесие, правильную осанку, свободно ориентируется в пространстве без ориентиров;
- осуществляет самоконтроль, может дать оценку выполнения упражнений другими детьми;
- проявляет двигательное творчество, может придумать комбинации движений в общеразвивающих упражнениях и подвижных играх, с удовольствием импровизирует;
- активно и с желанием участвует в подвижных играх и эстафетах, проявляет инициативу, может их самостоятельно организовать и провести со сверстниками и младшими детьми;
- проявляет инициативу, находчивость, морально-нравственные и волевые качества (смелость, честность, взаимовыручка, целеустремленность, упорство и др.), оказывает помощь товарищам, стремится к личной и командной победе, демонстрирует ответственность перед командой, преодолевает трудности;
- осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;
- имеет начальные представления о правилах здорового образа жизни, мерах укрепления здоровья и профилактики, организме человека, владеет навыками личной гигиены, может определить и описать свое самочувствие, знает, как поддержать, укрепить и сохранить здоровье;

- имеет представление о некоторых видах спорта и спортивных достижениях, соблюдает правила безопасного поведения в двигательной деятельности и во время пеших туристских прогулок и экскурсий,

- стремиться оказать помощь и поддержку больным людям, заботливо относится к своему здоровью и здоровью окружающих.

Содержание образовательной деятельности в рамках ОО «Физическое развитие» реализуется в соответствии с ФОП, с опорой на УМК к программе «От рождения до школы», перспективным планированием обучения основным видам движений. (см. Приложение: Перспективное планирование основных видов движений)

Для обучения спортивным играм и упражнениям, музыкально-ритмическим движениям, освоения навыков туристических походов, используются следующие методические пособия:

1. Белая К. Ю. Формирование основ безопасности у дошкольников (3-7 лет).
2. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта для детей. – М.: Издательство «ГНОМ и Д», 2004.
3. Галицкий А., Марков О. Азбука бадминтона. – М., ФиС., 1987.
4. Глосович Б., Постников А. Бадминтон для детей. М: Просвещение, 1962.
5. Гришин В. Г. «Игры с мячом и ракеткой». М.: Педагогика, 1975.
6. Завьялова Т.П. Методика обучения и воспитания. Туризм в детском саду. Издательство «Юрайт», 2022 г.
7. Павлова Т.Н. Обучение плаванию детей дошкольного возраста. – М.: 2012.
8. Борисова М7М7, Зорина Т.А., Сафронова Н.М. Обучение дошкольников игре «Городки». М.: Линка-Пресс, 2017.
9. Адашкявичене Э.И., «Спортивные игры и упражнения в детском саду», Москва «Просвещение» 1992 г.
10. Козак О.Н., «Зимние игры для больших и маленьких», Санкт-Петербург «Союз» 1999 г.
11. Саулина Т. Ф. Знакомим дошкольников с правилами дорожного движения (3-7 лет).
12. Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.
13. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа (3-4 года).
14. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4-5 лет).
15. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5-6 лет).
16. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа (6-7 лет).
17. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет.
18. Сборник подвижных игр / Автор-сост. Э. Я. Степаненкова.

2.3. Основные требования по освоению детьми ОО «Физическое развитие»

При реализации РП по физическому развитию в образовательной деятельности, в режимных моментах, при организации активного отдыха, туристических походах и прогулках педагоги ДОО особое внимание уделяют следующим аспектам:

1-я младшая группа:

- формированию умения выполнять ОВД, ОРУ, музыкально-ритмические упражнения в разных формах двигательной деятельности;

- обучению выполнять движения, координируя движения рук и ног, сохраняя заданное направление, равновесие;
- формированию умения ориентироваться в пространстве, выполнять упражнения в соответствии с образцом;
- побуждению детей действовать согласованно, реагировать на сигнал, совместно играть в подвижные игры;
- оптимизации двигательной деятельности, осуществлению помощи и страховки, поощрению стремления ребенка соблюдать правила личной гигиены для сохранения здоровья.

2-я младшая группа

- формированию умения выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях;
- выполнять ОРУ, музыкально-ритмические упражнения;
- созданию условия для освоения ОВД и спортивных упражнений, организации подвижных игр, помощи детям выполнять движения естественно, согласованно, сохраняя равновесие;
- формированию умения слышать указания педагога, принимать исходные положения, реагировать на зрительный и звуковой сигналы, начинать и заканчивать движение по сигналу, соблюдать правила в подвижных играх;
- организации активного отдыха, приобщению детей к ЗОЖ, овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитанию полезных для здоровья привычек.

Средняя группа

- формированию двигательных умений и навыков, развитию психофизических качеств;
- обучению точно принимать исходные положения, поддержанию стремления соблюдать технику выполнения упражнений, правил в подвижных играх;
- умению слушать и слышать указания педагога, ориентироваться на словесную инструкцию и зрительно-слуховые ориентиры;
- развитию умения использовать движения в самостоятельной двигательной деятельности, импровизировать, поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками, проявлять целеустремленность и упорство в достижении цели;
- овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формированию представлений о правилах поведения в двигательной деятельности, закреплению полезных привычек, способствующих укреплению и сохранению здоровья.

Старшая группа

- развитию и совершенствованию двигательных умений и навыков, психофизических качеств и способностей, обогащению двигательного опыта детей разнообразными физическими и музыкально-ритмическими упражнениями;
- поддержке детской инициативы, формированию стремления творчески использовать упражнения в самостоятельной двигательной деятельности;
- закреплению умения самостоятельно точно, технично выразительно выполнять упражнения под счет, ритм, музыку, по показу и по словесной инструкции, осуществлять самоконтроль и самооценку выполнения упражнений;
- обучению подвижным играм, элементам спортивных игр, играм-эстафетам;

- поощрению стремления выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил, преодолевать препятствия, проявлять нравственно-волевые качества, поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками;
- расширению и закреплению представлений о здоровье, ЗОЖ, формированию элементарных представлений (на доступном уровне) об организме человека, о разных формах активного отдыха, включая туризм, формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности;
- организует для детей и родителей туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.

Подготовительная группа

- закреплению и совершенствованию двигательных умений и навыков, развитию психофизических качества и способностей;
- созданию условий для дальнейшего закрепления и совершенствования навыков выполнения ОВД и их комбинаций, ОРУ, спортивных упражнений, освоению элементов спортивных игр, игр-эстафет, музыкально-ритмических упражнений;
- обучению выполнять упражнения под счет, ритмично, в соответствии с разнообразным характером музыки, а также технично, точно, выразительно выполнять движения.
- обучению детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и оценку выполнения упражнений;
- поддержанию стремления творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности, организовывать и придумывать подвижные игры, ОРУ, комбинировать движения, импровизировать;
- приобщение детей к ЗОЖ: расширение и уточнение представлений о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, мерах профилактики болезней, поддержание интереса к физической культуре, спорту, активному отдыху, воспитание полезных привычек, осознанного, заботливого, бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;

2.4. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации РП

Формы, способы, методы и средства реализации РП по физическому развитию дошкольников определены в соответствии с задачами воспитания и обучения, возрастными и индивидуальными особенностями детей, спецификой их образовательных потребностей и интересов.

2.4.1. Основные формы организации образовательной деятельности по физическому развитию

В соответствии с ФГОС ДО, ФОП основные формы организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОО:

- образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности;
- образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных процессов;
- самостоятельная деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации РП по физическому развитию [1, стр. 148-151]

2.4.2. Требования к организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОО

Согласно пункту 2.10 СанПиН при организации ОД по физическому развитию в ДОО соблюдаются следующие требования:

- режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья.

- при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования ЭСО.

- физкультурные, физкультурно-оздоровительные, массовые спортивные мероприятия, туристические походы, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. Проведение спортивных соревнований туристических походов, занятий в плавательных бассейнах обеспечиваются присутствием медицинского работника. Проведение туристических походов с выходом за территорию ДОО оформляются приказом заведующего ДОО, в соответствии с нормативными актами, разработанными в ДОО.

Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в зале.

(см. Приложения: Двигательные режимы детей младшего и дошкольного возраста)

2.4.3. Средства реализации РП по физическому развитию дошкольников

При реализации РП для развития двигательной деятельности используются следующие средства:

спортивное оборудование, спортивный инвентарь, демонстрационный и раздаточный материал, образно-символический материал, технические средства обучения, оздоровительное, нестандартное оборудование, оборудование для спортивных игр и упражнений.

(см. Приложение: Список спортивного оборудования и инвентаря)

2.4.4. Методы реализации РП по физическому развитию дошкольников

При организации обучения двигательным навыкам, развития психофизических качеств и формирования основ ЗОЖ традиционные методы (словесные, наглядные, практические) дополнены методами, в основу которых положен характер познавательной деятельности детей:

Наглядные методы:

- способствуют формированию знаний и ощущений, касающихся движения, чувственного восприятия и развития способности к сенсорике;
- наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);
- наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);
- тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь педагога).

Вербальные методы (словесные):

- направлены на активизацию сознания ребенка, формирование более глубокого осмысления поставленных задач, выполнение физических упражнений на осознанном уровне, понимание их содержания, структуры, а также самостоятельное и творческое использование в самых разных случаях;
- название упражнений, описание, объяснения, указания, распоряжения, команды, вопросы к детям, рассказ, беседа и т. д. активизируют мышление ребенка, помогают целенаправленно воспринимать технику упражнений, способствуют созданию более точных зрительных представлений о движении.

Практические методы:

- призваны обеспечить проверку двигательных действий дошкольника, правильность его восприятий и моторных ощущений;

- применяются для создания мышечно-двигательных представлений о физических упражнениях и закрепления двигательных навыков и умений.

- закрепления двигательных навыков и развитие физических качеств в изменяющихся условиях.

- при выполнении физических упражнений в соревновательной форме возникает особый физиологический и эмоциональный фон, что усиливает воздействие упражнений на организм, способствует проявлению максимальных функциональных возможностей и психических сил. При этом предъявляются более высокие требования к физическим и морально-волевым качествам (решительность, честность, благородство и т. д.). Соревновательный метод повышает интерес к физическим упражнениям, содействует лучшему их выполнению, развивает способность применять двигательные навыки и умения в усложненных условиях.

информационно-рецептивный метод:

- предъявление информации, организация действий ребёнка с объектом изучения (распознающее наблюдение, рассматривание картин, демонстрация кино- и диафильмов, просмотр компьютерных презентаций, рассказы педагогов или детей, чтение);

репродуктивный метод:

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

метод проблемного изложения:

- постановка проблемы и раскрытие пути её решения в процессе организации опытов, наблюдений;

эвристический метод (частично-поисковый):

- проблемная задача делится на части – проблемы, в решении которых принимают участие дети (применение представлений в новых условиях);

исследовательский метод:

- составление и предъявление проблемных ситуаций, ситуаций для экспериментирования и опытов (творческие задания, опыты, экспериментирование). [1, стр. 142]

Выбор форм, методов, средств реализации РП по физическому развитию воспитанников основан на адекватных образовательным потребностям предпочтениях детей. Их соотношение и интеграция при решении задач воспитания и обучения обеспечивает вариативность средств реализации РП.

2.5. Взаимодействие педагогов

Одним из немаловажных факторов, влияющих на эффективность физического развития детей, является взаимодействие всех участников образовательного процесса – администрации ДОО, инструктора по физической культуре, воспитателей, педагога-психолога, музыкального руководителя, родителей.

Взаимодействие с администрацией ДОО.

Заведующий детским садом и заместитель заведующего по УВР обеспечивают организацию образовательного процесса в ДОО, повышение профессиональной компетенции специалистов, а также организуют взаимодействие с семьями воспитанников и различными социальными партнёрами.

Взаимодействие с медицинским персоналом

В начале учебного года, после оценки физического развития и здоровья детей, совместно с медицинской сестрой заполняются карты здоровья, физического развития детей.

Взаимодействие с воспитателями

ИФК оказывает консультативную помощь воспитателям по различным вопросам физического развития детей. Совместно проводят педагогическую диагностику физического развития детей, планируют работу в рамках ОО «Физическое развитие», работу с родителями по данному направлению.

В образовательной деятельности ИФК проводит занятие, воспитатель следит за качеством выполнения ОРУ и ОВД, оказывает помощь детям при выполнении упражнений, страховку.

Взаимодействие с музыкальным руководителем

Музыка является одним из средств физического воспитания. Она положительно воздействует на эмоции детей, создает хорошее настроение, помогает активизировать умственную деятельность, способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, освобождает инструктора от подсчета, привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике, способствует развитию внимания, чувства ритма.

Совместно с музыкальным руководителем подбирается музыкальный материал для использования на физкультурных занятиях, утренней гимнастике, досугах и развлечениях, праздниках. На физкультурных занятиях закрепляются музыкально-ритмические движения, разученные на музыкальных занятиях.

Взаимодействие с педагогом-психологом

Дети дошкольного возраста нуждаются в психологической помощи, поэтому необходимо сотрудничество с педагогом-психологом, который подскажет, какие игры и упражнения предложить детям с чрезмерной утомляемостью, непоседливостью, вспыльчивостью, замкнутостью, с невротами и другими нервно-психическими расстройствами.

В физкультурные занятия и развлечения включают игры и упражнения на снятие психоэмоционального напряжения, игры на развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим, на использование выразительных движений, мимики и жестов.

Взаимодействие с младшим воспитателем

Способствует соблюдению санитарно – гигиенических требований при организации работы по физическому развитию дошкольников. (см. Приложение: План работы на 2024-2025 уч/год)

2.6. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы

Коррекционно-развивающая работа и\или инклюзивное образование в ДОО направлено на обеспечение коррекции нарушений развития у различных категорий детей (целевые группы), включая детей с ООП, в том числе детей с ОВЗ и детей-инвалидов; оказание им квалифицированной помощи в освоении образовательной программы, их разностороннее развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, социальной адаптации.

КРР представляет собой комплекс мер по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся, включающий психолого-педагогическое обследование, проведение индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий, а также мониторинг динамики их развития. КРР в ДОО осуществляют педагоги-психологи, дефектологи, логопеды, другие педагоги (воспитатели, инструктор по физкультуре, и т.д.) [1, стр. 143-148].

Реализация КРР с обучающимися с ОВЗ и детьми - инвалидами согласно нозологическим группам, осуществляется в соответствии с Федеральной адаптированной образовательной программой ДО. КРР с обучающимися с ОВЗ и детьми-инвалидами (при наличии) предусматривает предупреждение вторичных биологических и социальных отклонений в развитии, затрудняющих образование и социализацию обучающихся, коррекцию нарушений психического и физического развития средствами коррекционной педагогики, специальной психологии и медицины; формирование у обучающихся механизмов компенсации дефицитных

функций, не поддающихся коррекции, в том числе с использованием ассистивных технологий. (см. АОП ДОО на 2024-2025 уч/год)

2.7. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.

Образовательная деятельность в ДОО включает:

- образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности (предметной, игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, двигательной);
- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных процессов;
- самостоятельную деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации образовательной программы ДОО.

Образовательная деятельность организуется как совместная деятельность детей, педагога и детей, самостоятельная детей. В зависимости от решаемых образовательных задач, желаний детей, их образовательных потребностей, педагог может выбрать один или несколько вариантов совместной деятельности [1, стр. 148-151].

Согласно требованиям СанПиН, в режиме дня ДОО предусмотрено время для проведения занятий. (см. Приложение: Расписание ОД по физическому развитию, Картотеку подвижных игр).

2.8. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников в рамках ОО «Физическое развитие»

Основной целью взаимодействия педагогов и родителей (законных представителей) воспитанников ДОО является «установление доверительного делового контакта» между семьей и ДОО.

Для достижения этой цели осуществляется дифференцированный подход в работе с семьей, в зависимости от образовательных потребностей родителей (законных представителей) в отношении ребенка и их воспитательных установок и позиции, выстраивание профессионального диалога с родителями [1, стр. 154-155].

В соответствии с ФОП в ДОО организована система профессиональной поддержки и помощи родителям (законным представителям) в воспитании и обучении детей, охране и укреплении их здоровья, состоящая из консультативных, просветительских, обучающих направлений работы педагогов ДОО. (см. Приложение: План работы с родителями)

3. Организационный раздел

3.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда – часть образовательной среды и фактор, мощно обогащающий развитие детей. РППС ДОО выступает основой для разнообразной, разносторонне развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребенка деятельности.

Развивающая РППС представляет собой единство специально организованного пространства как внешнего (территория ДОО), так и внутреннего (групповые, специализированные, технологические, административные и иные пространства), материалов, оборудования, электронных образовательных ресурсов и средств обучения и воспитания детей дошкольного возраста, охраны и укрепления их здоровья, материалов для организации самостоятельной творческой деятельности детей. РППС ДОО создает возможности для учета особенностей, возможностей и интересов детей, коррекции недостатков их развития [1, стр. 155-156].

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

При проектировании РППС ДОО учтены:

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

Для проведения разных видов двигательной деятельности в ДОО имеется:

- физкультурный зал
- физкультурные центры в групповых помещениях
- спортивная площадка на территории ДОО.

3.2. Материально-техническое обеспечение РП по реализации ОО «Физическое развитие»

Для реализации образовательной программы в ДОО в соответствии с ФОП созданы материально-технические условия, обеспечивающие:

- возможность достижения обучающимися планируемых результатов освоения образовательной программы по физическому развитию;
- выполнение ДОО требований санитарно-эпидемиологических правил и нормативов для обеспечения безопасного нахождения воспитанников на территории ДОО, в групповых и других помещениях, необходимых для образовательной деятельности, проведения режимных моментов, сна и отдыха;
- выполнение ДОО требований пожарной безопасности и электробезопасности;
- выполнение ДОО требований по охране здоровья обучающихся и охране труда работников ДОО;
- возможность для беспрепятственного доступа обучающихся с ОВЗ, в том числе детей-инвалидов к объектам инфраструктуры ДОО [1, стр. 156-158].

При проведении закупок спортивного оборудования, инвентаря ДОО руководствуется нормами и законодательством РФ.

Используемые материалы:

1. Федеральная образовательная программа дошкольного образования, Приказ Министерства просвещения от 25. 11. 2022 г.
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) Приказ Министерства образования и науки от 17 октября 2013 г. № 1155
3. СанПиН – Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2.
4. Основная образовательная программа ДОО.

Приложения к РП по реализации ОО «Физическое развитие»

1. Двигательный режим детей дошкольного возраста
2. Перспективный план
3. Перечень спортивного оборудования и инвентаря
4. Расписание ОД по физическому развитию

5. План работы с семьями воспитанников
6. Карточка подвижных игр

Режим двигательной активности на 2024-2025 учебный год

№ п/п	Форма организации двигательной деятельности	Группы, особенности организации, продолжительность									
		1-я младшая		2-я младшая		средняя		старшая		подготовительная	
		в день	в неделю	в день	в неделю	в день	в неделю	в день	в неделю	в день	в неделю
1.	Утренняя гимнастика	10 мин.	50 мин.	10 мин.	50 мин.	10 мин.	50 мин.	10 мин.	50 мин.	10 мин.	50 мин.
2.	Физкультурные занятия	3 раза в неделю	30 мин	3 раза в неделю	45 мин.	3 раза в неделю	60 мин.	3 раза в неделю	75 мин.	3 раза в неделю	90 мин.
3.	Физкультминутки	1-2 мин.	5-10 мин.	2 мин.	10 мин.	2 мин.	10 мин.	4 мин.	20 мин.	4 мин.	20 мин.
4.	Музыкальные занятия (музыкально-ритмические движения, игры)	2 раза в неделю 4-5 мин	8-10 мин.	2 раза в неделю 4-5 мин	8-10 мин.	2 раза в неделю 5-6 мин.	10-12 мин.	2 раза в неделю 5-6 мин.	10-12 мин.	2 раза в неделю 6-7 мин.	12-14 мин.
5.	Подвижные игры, спортивные упражнения	8-10 мин.	40-50 мин.	8-10 мин.	40-50 мин.	15 мин.	75 мин.	15-20 мин.	75-90 мин.	20-25 мин.	100-125 мин.
6.	Самостоятельная двигательная деятельность на прогулке, спортивные игры	10-15 мин.	50-75 мин.	10-15 мин.	50-75 мин.	15-20 мин.	75-100 мин.	15-20 мин.	75-100 мин.	20-25 мин.	100-125 мин.
7.	Гимнастика после дневного сна	4-5 мин.	20-25 мин.	4-5 мин.	20-25 мин.	5-6 мин.	25-30 мин.	5-6 мин.	25-30 мин.	5-6 мин.	25-30 мин.
	Итого:	54 мин.	4 ч. 10 мин.	53 мин.	4 ч 25 мин.	67 мин.	5 ч. 37 мин.	81 мин.	6 ч. 17 мин.	95 мин.	7 ч. 34 мин.
	Активный отдых										
1.	Физкультурные досуги, развлечения		1-2 раза в месяц 10-15 мин.		1-2 раза в месяц 15-20 мин.		1-2 раза в месяц 20-25 мин.		1-2 раза в месяц 25-30 мин.		1-2 раза в месяц 30-35 мин.
2.	День здоровья		1 раз в квартал		1 раз в квартал		1 раз в квартал		1 раз в квартал		1 раз в квартал
3.	Спортивный праздник		--		--		в качестве зрителя		2 раза в год		2 раза в год
4.	Туристские прогулки и экскурсии								1-1,5 ч.		1-2,5 ч.

Годовой план работы руководителя по физическому воспитанию

Наумовой Оксаны Владимировны

на 2024-2025 учебный год

Выселки 2024

Цели:

- Достижение гармоничного физического и психического развития воспитанников.
- Развитие физических качеств и накопление двигательного опыта, как важнейшие условия сохранения и укрепления здоровья детей.
- Формирование убеждений и привычек здорового образа жизни на основе полученных знаний;

Задачи:

Обучающие:

- Способствовать получению элементарных знаний о своем организме, способах укрепления собственного здоровья;
- Подвести детей к пониманию того, что каждый человек должен сам заботиться о своем здоровье;

Оздоровительные:

- Приобщать детей к здоровому образу жизни;
- Способствовать укреплению здоровья детей средствами физической культуры;

Развивающие:

- Содействовать развитию физических качеств (ловкости, быстроты, гибкости, равновесия, глазомера, силы и выносливости);
- Повышение активности и общей работоспособности;

Воспитывающие:

- Формировать интерес к знаниям физической культуры;
- Способствовать выработке у детей привычки соблюдения режима, потребности в ежедневных физических упражнениях и играх.

Месяц	Организационно-педагогическая работа	Методическая работа и взаимодействие с педагогами	Работа с детьми	Взаимодействие с родителями и социумом
1	2	3	4	5
Сентябрь	<p>1. Оформление карт, диагностического обследования.</p> <p>2. Внесение изменений в перспективный план работы, в индивидуальные образовательные маршруты воспитанников по результатам диагностики.</p> <p>3. Введение в таблицу сводного протокола и анализ результатов диагностики</p> <p>4. Подобрать комплексы упражнений для кружка.</p>	<p>1. Знакомство воспитателей с результатами диагностического обследования детей, выработать рекомендации по индивидуальной работе на учебный год.</p> <p>2. Определить содержание индивидуального маршрута развития ребенка по разделу «Физическое развитие» для воспитателей группы.</p> <p>3. Консультации для воспитателей «Утренняя гимнастика в детском саду».</p>	<p>1. Проведение диагностики физического развития детей.</p> <p>2. Организация и проведение спортивных досугов: «День знаний».</p> <p>3. Месячник безопасности дорожного движения.</p>	<p>1. Выступление на родительских собраниях: «Особенности физического развития детей дошкольного возраста»</p> <p>2. Двигательная активность ребенка в режиме дня.</p>
Октябрь	<p>1. Подготовка атрибутов и оформление зала для проведения спортивного праздника «Путешествие по городу дорожных знаков»</p>	<p>1. Консультация для воспитателей «Вариативная форма утренней гимнастики».</p>	<p>1. Провести и физкультурные праздники: «Осенние сказки» (старшей, подготовительной к школе группы).</p> <p>2. Проведение физкультурных праздников: «Осенние забавы» (младшей и средней группы)</p>	<p>1. Провести индивидуальные консультации.</p>

<p>Ноябрь</p>	<p>1. Пополнить фототеку новыми аудиозаписями</p> <p>2. Сделать подборку зимних забав, игр на прогулке для детей младшего и среднего возраста.</p> <p>3. Составить коррекционный план по итогам диагностики.</p>	<p>1. Консультации для воспитателей «Техника безопасности детей на физкультурном занятии».</p>	<p>1. Провести физкультурный досуг «Первый снег» (младшей группы).</p> <p>2. Организовать и провести спортивный праздник «Мы самые сильные, мы самые дружные» (средней, старшей, подготовительные к школе группы).</p>	<p>Провести индивидуальные беседы с родителями по результатам мониторинга.</p>
<p>Декабрь</p>	<p>1. Изготовление нестандартного физкультурного оборудования, для повышения интереса воспитанников к физической культуре.</p> <p>2. Совместно с воспитателями, музыкальным руководителем подготовить и провести «День здоровья».</p> <p>3. Приобрести литературу по теме «Физическое воспитание в ДОУ».</p>	<p>1.</p>	<p>1. В рамках «День спортсмена» организация и проведение общесадового физкультурного праздника</p>	<p>1. Провести индивидуальные консультации на тему «Значение и организация утренней гимнастики в семье».</p> <p>2. Консультация для родителей «Прогулка зимой – это здорово!».</p>
<p>Январь</p>	<p>1. Обновление карт диагностического обследования, обработать результат.</p>	<p>1. Участие на педагогическом совете. Проведение в форме деловой игры для педагогов. Тема: «Формирование основ физического воспитания и здорового образа жизни».</p> <p>2. Рекомендации педагогам по проведению физкультурно-оздоровительной работы с</p>	<p>1. Проведение зимних забав (на воздухе) «Игры со снегом» (младшие, средняя группы).</p> <p>2. «Здравствуй, Зимушка – Зима!» (старшей, подготовительной к школе группы).</p>	<p>1. Индивидуальные консультации для воспитателей и родителей по подготовке к спортивному празднику.</p>

		учетом состояния здоровья детей.		
Февраль	1. Оформить физкультурный зал к развлечению «День защитника Отечества».	1.«Реализация задач образовательной области «Физическое развитие» основной общеобразовательной программы дошкольного образования» Цель: изучение системы работы в области «Физическое развитие» Проведение тематических бесед и конкурса рисунка на тему «День защитника Отечества». Совместно с музыкальным руководителем и воспитателями подобрать материал и подготовить развлечение «День защитника Отечества», «Масленица».	1. Музыкально-спортивный праздник: «Зарница». 2. Провести мероприятие : «Масленичные гуляния»	1. Привлечь родителей к подготовке и участию в развлечениях.
Март	1. Изготовить нетрадиционное спортивное оборудование нетрадиционное спортивное оборудование для эстафет.	1.Индивидуальные консультации для воспитателей «Развлечение на свежем воздухе».	1. Семинар-практикум на тему: «Квест-игра – как средство повышения двигательной активности дошкольников» 2. Провест и сдачу норм ГТО (старшая	1. Консультация на тему: «Профилактика плоскостопия»

			и подг. группы)	
Апрель	1. Оформление карт, обработка данных мониторинга воспитанников первой младшей, второй младшей, средней, старшей, подготовительной к школе групп.	1. Совместно с музыкальным руководителем подготовить и провести музыкально-спортивное развлечение	1. Физкультурный праздник к дню Здоровья «Солнце, воздух и вода!!!»	1. Организация активного участия родителей в проведении спартакиады
Май	1. Составление плана индивидуальной работы с детьми на летний период по результатам мониторинга. 2. Составление плана физкультурно-оздоровительной работы на летний период. 3. Подбор консультативного материала в уголки для родителей.	1. Ознакомить воспитателей с результатами диагностического обследования детей. 2. Разработать рекомендации по индивидуальной работе с детьми на летний период.	1. Провести мониторинг физического развития детей средних, старших групп. 2. Динамика воспитательно-коррекционной работы за 2022-2024 учебный год. Готовность воспитанников подготовительной группы к обучению в школе.	1. Познакомить родителей с результатами физического развития детей. 2. Провести индивидуальные беседы по результатам диагностики физического развития дошкольников на конец учебного года 3. Консультация для под.гр. «Режим дня будущего школьника». 4. Подготовить буклеты «Чем занять ребенка летом».
Ежемесячно	Внесение изменений в календарные планы, учитывая результаты мониторинга	Организация и проведение индивидуальной работы с ведущими праздников и	Проводить ООД по физическому развитию	Организовать фото и видео съёмку ООД по физическому развитию, досугов,

	<p>воспитанников, анализ двигательной деятельности ребёнка и его индивидуальных особенностей</p> <p>Повышение самообразования по вопросам физического воспитания в ДОУ в свете введения ФГОС ДО.</p> <p>Знакомство с новинками литературы по физическому воспитанию детей, пополнение фонотеки новыми аудиозаписями.</p> <p>Подготовка атрибутов для физкультурных мероприятий с воспитанниками возрастных групп.</p>	<p>развлечений</p> <p>Проведение консультаций по содержанию и проведению физкультурных занятий, организация совместной деятельности ребёнка и взрослого на спортивной площадке, спортивном зале.</p> <p>Рекомендации по проведению индивидуальной работы с детьми.</p>	<p>воспитанников всех возрастных групп и индивидуальную работу с воспитанниками. Проводить физкультурные мероприятия с воспитанниками.</p> <p>Профилактическая работа по предупреждению нарушений осанки и плоскостопия детей.</p>	<p>развлечений, праздников для оформления фотоотчетов, альбомов и размещения на сайте детского сада</p>
--	---	--	--	---

**Перечень спортивного оборудования и инвентаря
для реализации двигательной деятельности**

Спортивное оборудование:

№ п/п	Наименование оборудования	Количество (шт.)
1.	Баскетбольные щиты	2
2.	Ворота для подлезания	2
3.	Гимнастическая лестница	2
4.	Гимнастическая скамейка	1
5.	Гимнастические маты	8
6.	Игровой парашют	1
7.	Канат	1
8.	Координационная лестница	1
9.	Спортивный уголок	1
10.	Фит-болл	3

Спортивный инвентарь:

№ п/п	Наименование оборудования	Количество (шт.)
1.	Верёвочка	20
2.	Гимнастическая палка	30
3.	Гимнастический обруч	10
4.	Кегли	2 набора
5.	Конусы для разметки	16
6.	Кубики мягкие	10
7.	Кубики пластмассовые	20
8.	Массажный коврик	20
9.	Мяч 25 см	18
10.	Мяч 7 см	20
11.	Мяч массажный	10
12.	Обруч	10
13.	Скакалка длинная	2
14.	Скакалка короткая	30
15.	Султанчик	20
16.	Флажок	34

Расписание организованной образовательной деятельности СПДС «Чебурашка» корпус 2 с сентября 2024 по май 2025 г.

группы	Дни недели					Объем образов нагр
	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	
1 младшая	9:00-9:10 ООД/РР (коммуник.деят.) 9:20-9:30 ООД/ФР (двигат.деят.)	9:00-9:10 ООД/ХЭР (муз.деят.) 9:20-9:30 ООД/ХЭР (рисование)	9:00-9:10 ООД/РР (коммуник.деят.) 15.20-15.30 ООД/ФР (двигат.деят.)	9:00 – 9:10 ООД/ПР (ФЦКМ) 15.50-16:00 ООД/ХЭР (муз.деят.)	9:00-9:10 ООД/ХЭР/ПР (лепка/конструирование) 11:10-11:20 ООД/ФР (двигат.деят.) <i>(на воздухе)</i>	1ч 40 мин.
Вторая младшая	9:00-9:15 ООД/ ХЭР (лепка/апплик) 11:10-11:25 ООД/ФР (двигат.деят.) <i>(на воздухе)</i>	9:00-9:15 ООД/ РР (коммуникт.деят.) 9:25-9:40 ООД/ХЭР (муз.деят.)	9:00-9:15 ООД/ПР (ФЭМП) 15:40-15:55 ООД/ФР (двигат.деят.)	9:00 – 9:15 ООД/ХЭР (рисование) 15:25-15:40 ООД/ХЭР (муз.деят.)	9:00-9:15 ООД/ПР (ФЦКМ) 9:40-9:55 ООД/ФР (двигат.деят.)	2ч. 30 мин.
Средняя	9:00-9:20 ООД/ХЭР (муз.деят.) 9:30 – 9:50 ООД/ХЭР (рисование)	9:00-9:20 ООД/ РР (коммуникт.деят.) 10.10-10.30 ООД/ФР (двигат.деят.) <i>(на воздухе)</i>	9:00-9:20 ООД/ХЭР (муз.деят.) 16:05-16:25 ООД/ФР (двигат.деят.)	9:00-9:20 ООД/ПР (ФЭМП) 9:30-9:50 ООД/ФР (двигат.деят.)	9:00-9:20 ООД/ХЭР (лепка/аппл.) 9:30-9:50 ООД/ПР (ФЦКМ)	3ч. 20 мин.
Старшая группа	9:00-9:25 ООД/РР(коммуникт.деят.)) 9:35-10:00 ООД/ХЭР (муз.деят.)	9:00-9:25 ООД/ПР (ФЭМП) 10:40-11:05 ООД/ФР (двигат.деят.) <i>(на воздухе)</i> 15:30-15:55 ООД/ХЭР (лепка/аппл.)	9:00-9:25 ООД/ХЭР (рисование) 9:35-10:00 ООД/ХЭР (муз.деят.) 15:30-15:55 ООД/ПР (ФЦКМ)	9:00-9:25 ООД/ПР (познав.-исслед.деят.) 10:00-10:25 ООД/ФР (двигат.деят.) 15:30-15:55 ООД/ХЭР (рисование)	9:00-9:30 ООД/ РР (коммуникт.деят.) 10:05-10:30 ООД/ФР (двигат.деят.)	5ч. 25мин
Подготовительная группа	9:00-9:30 ООД/РР (коммуникт.деят.) 9:40-10:10 ООД/ХЭР (рисование) 10:30-11:00 ООД/ФР (двигат.деят.)	9:00-9:30 ООД/ПР (ФЭМП) 9:50-10:20 ООД/ХЭР (муз.деят.) 10:30-11:00 ООД/ХЭР (лепка/аппл.)	9:00-9:30 ООД/ РР (коммуникт.деят.) 9:40-10:10 ООД/ПР (ФЦКМ) 16:35-17:05 ООД/ФР (двигат.деят.)	9.00-9.30 ООД/ПР (ФЭМП) 9.50-10.20 ООД/ХЭР (рисование) 11:05-11:35 ООД/ФР (двигат.деят.) <i>(на воздухе)</i>	9.00-9.30 ООД/ХЭР (муз.деят.) 9.40-10.10 ООД/РР (коммуникт.деят.) 10:25-10:55 ООД/ПР (конструирование)	7ч. 30 мин

**План работы с родителями в рамках ОО «Физическое развитие»
на 2024-2025 учебный год**

период	мероприятия	ответственный
Сентябрь	1. Анкетирование, сбор информации о компетентности родителей (законных представителей) по вопросам физического развития дошкольников 2. Изготовление папки-передвижки «Особенности физического развития детей» (для всех возрастных групп) 3. Индивидуальные консультации	ИФК, воспитатели ИФК, воспитатели ИФК
Октябрь	1. Организация вечера вопросов и ответов 2. Буклет «Закаливание и оздоровление ребёнка в домашних условиях»	ИФК, старший воспитатель ИФК, медсестра
Ноябрь	1. Ознакомление родителей с литературой по вопросам физического развития и здоровья детей дошкольного возраста 2. Круглый стол «Физкульт-Ура!»	Воспитатели, ИФК ИФК, старший воспитатель
Декабрь	1. Дискуссия «Дошкольники и спорт» 2. Папка передвижка «Зимние игры и упражнения»	ИФК ИФК
Январь	1. Мастерская «Умелые ручки» - изготовление нестандартного оборудования для профилактики плоскостопия 2. Онлайн-консультация «Безопасность в двигательной деятельности»	Воспитатели. ИФК Старший воспитатель, ИФК
Февраль	1. Онлайн-консультация «Формирование правильной осанки» 2. Буклет «Активный отдых»	Медсестра, ИФК ИФК
Март	1. Мастер-класс «Пальчиковые игры» (развитие мелкой моторики) 2. Буклет «Играем дома!»	Воспитатели ИФК
Апрель	1. Мастер-класс «Школа мяча» 2. Онлайн конкурс «Семейная зарядка»	ИФК ИФК, воспитатели
Май	1. Круглый стол «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья» 2. Выступление на родительских собраниях, рекомендации на летний оздоровительный период	Старший воспитатель, ИФК, медсестра

КАРТОТЕКА ПОДВИЖНЫХ ИГР

Подвижная игра «Хоровод»

Цель: учить детей водить хоровод; упражнять в приседании.

Дети за воспитателем проговаривают слова. Взявшись за руки, ходят по кругу.

Вокруг розовых кустов, среди травок и цветов
Кружим, кружим хоровод, ох, весёлый мы народ!
До того мы закружились, что на землю повалились.
Бух!

При произнесении последней фразы выполняют приседания.

Подвижная игра «Карусель»

Цель: развивать у детей равновесие в движении, навык бега, повышать эмоциональный тонус.

Описание. Воспитатель предлагает детям покататься на карусели. Держит в руках обруч (находясь в середине обруча) с привязанными к нему разноцветными ленточками. Дети берутся за ленточки, воспитатель двигается с обручем. Дети идут, а затем бегут по кругу. Воспитатель говорит:

Еле-еле, еле-еле завертелись карусели,
А потом, а потом всё бегом, бегом, бегом!
Тише, тише, не бегите, карусель остановите,
Раз и два, раз и два, вот и кончилась игра!

Дети останавливаются.

Подвижная игра «Воробушки и автомобиль»

Цель: приучать детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга, начинать движение и менять его по сигналу воспитателя, находить своё место.

Описание. Дети – «воробушки» садятся на скамейку – «гнездышки». Воспитатель изображает «автомобиль». После слов воспитателя: «Полетели, воробушки, на дорожку» - дети поднимаются и бегают по площадке, размахивая руками – «крыльшками». По сигналу воспитателя: «Автомобиль едет, летите, воробушки, в свои гнездышки!» - «автомобиль» выезжает из «гаража», «воробушки» улетают в «гнезда» (садятся на скамейки). «Автомобиль» возвращается в «гараж».

Подвижная игра «Раз, два, три – беги!»

Цель: упражнять детей в умении действовать по сигналу; развивать быстроту бега, слаженность коллективных действий.

Описание. Дети стоят возле воспитателя и слушают, что он скажет. Если воспитатель говорит: «Раз, два, три, к дереву беги», дети бегут к дереву и ждут воспитателя. Если воспитатель скажет: «Раз, два, три, к песочнице беги», дети бегут к песочнице и ждут воспитателя.

Подвижная игра «Вейся, венок»

Цель: учить детей водить хоровод; упражнять в беге.

Описание. Дети и воспитатель стоят около дерева, вокруг которого можно образовать круг и поводить хоровод. Воспитатель произносит: «Вы, ребята, листочки, из которых я буду плести веночки. Подул ветерок, разлетелись листочки» (дети выполняют бег по площадке). По сигналу воспитателя: «Вейся, венок! Завивайся, венок! Да не путайся!» (дети бегут к воспитателю). Воспитатель помогает образовать круг. Вместе с воспитателем дети водят хоровод вокруг дерева, произнося рифмованные строки:

Выйдем, выйдем погулять, погулять в садочек,
Будем листья собирать, сделаем веночек.
Много листьев наберём, жёлтеньких и красных,
И веночки мы сплётём из листочков разных.

Подвижная игра «Акула и рыбки»

Цель: развитие умения у детей бегать в определённом направлении; ориентироваться в пространстве.

Дети – «рыбки» «плавают». По сигналу воспитателя: «Акула» - дети прячутся, «уплывают» в укрытие (домик из каната).

Подвижная игра «Зайка беленький сидит»

Цель: приучать детей слушать текст и выполнять движения с текстом; учить их подпрыгивать, хлопать в ладоши, убежать, услышав последние слова текста; доставить детям радость.

Описание. Дети – «зайки» сидят на скамейке. Воспитатель предлагает выбежать «зайчикам» на середину площадки («полянку»). Дети выходят на середину площадки, становятся около воспитателя и приседают на корточки.

Воспитатель произносит текст:

Зайка беленький сидит	<i>Дети шевелят кистями</i>
И ушами шевелит.	<i>рук, подняв их к голове,</i>
Вот так, вот так	<i>имитируя заячьи уши.</i>
Он ушами шевелит.	

Зайке холодно сидеть,	<i>Хлопают в ладоши.</i>
Надо лапочки погреть	
Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп,	
Надо лапочки погреть.	

Зайке холодно стоять,	<i>Подпрыгивают на обеих</i>
Надо зайке поскакать.	<i>ногах на месте.</i>
Скок-скок, скок-скок,	
Надо зайке поскакать.	

<i>(Название игрушки)</i> зайку испугал,	<i>Конкретно указывается,</i>
	<i>кто испугал зайку</i>
Зайка прыг и ускакал.	<i>(воспитатель показывает</i>
	<i>игрушку).</i>
	<i>Дети убегают на свои места.</i>

Указания к проведению. Игру можно проводить с любым количеством детей. Обязательно до начала игры надо подготовить места, куда будут убежать дети – «зайчики». Первое время можно не выделять водящего, все дети одновременно выполняют движения в соответствии с текстом. После многократного повторения игры можно выделить ребёнка на роль «зайки» и поставить его в середину круга. Закончив чтение текста, не следует быстро бежать за детьми, надо дать им возможность найти себе место. Не нужно требовать от детей, чтобы они сели обязательно на своё место; каждый занимает свободное место на скамейке. При систематическом проведении игры дети хорошо запоминают свои места и быстро находят их.

Подвижная игра «Мой весёлый звонкий мяч»

Цель: учить детей подпрыгивать на двух ногах, внимательно слушать текст и убежать только тогда, когда будут произнесены последние слова.

Описание. Дети стоят с одной стороны площадки, около них воспитатель с мячом в руках. Он показывает, как легко и высоко подпрыгивает мяч, если его отбивать рукой, сопровождая действия словами:

Мой весёлый звонкий мяч,
Ты куда пустился вскачь?
Красный, жёлтый, голубой,
Не угнаться за тобой.

Затем воспитатель предлагает детям выполнить прыжки, при этом отбивая мяч о землю. Прочитав снова стихотворение, он говорит: «Сейчас догоню!» Дети перестают прыгать и убегают. Воспитатель делает вид, что

ловит их. Воспитатель, не пользуясь мячом, предлагает детям выполнить прыжки, сам же при этом поднимает и опускает руку над головами детей, как будто отбивает мячи.

Подвижная игра «Снег идёт»

Цель: научить соотносить собственные действия с действиями участников игры; упражнять детей в беге, делать повороты вокруг себя.

Воспитатель читает стихотворение:

Белый снег пушистый в воздухе кружится,
И на землю тихо, падает, ложится.

Дети бегают по кругу, кружатся.

Подвижная игра «Солнышко и дождик»

Цель: учить детей ходить и бегать враспынную, не наталкиваясь друг на друга, приучать их действовать по сигналу воспитателя.

Описание. Дети присаживаются на корточки за чертой, обозначенной воспитателем. Воспитатель говорит: «На небе солнышко! Можно идти гулять». Дети бегают по площадке. На сигнал: «Дождик! Скорей домой!» - бегут за обозначенную линию и присаживаются на корточки. Воспитатель снова говорит: «Солнышко! Идите гулять», и игра повторяется.

Подвижная игра «Самолёты»

Цель: учить детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга; приучать их внимательно слушать сигнал и начинать движение по словесному сигналу.

Описание. Воспитатель предлагает детям подготовиться к «полёту», показав предварительно, как «заводить» мотор и как «летать». Воспитатель говорит: «К полёту подготовиться. Завести моторы!» - дети делают вращательные движения руками перед грудью и произносят звук: «Р-р-р». После сигнала воспитателя: «Полетели!» - дети разводят руки в стороны (как крылья у самолёта) и «летят» - разбегаются в разные стороны. По сигналу воспитателя: «На посадку!» - дети садятся на скамейку.

Подвижная игра «Пузырь»

Цель: научить детей становиться в круг, делать его то шире, то уже, приучать их согласовывать свои движения с произносимыми словами.

Описание. Дети вместе с воспитателем берутся за руки и образуют небольшой круг, стоя близко друг к другу. Воспитатель произносит:

Раздувайся, пузырь, раздувайся, большой,
Оставайся такой да не лопайся.

Играющие отходят назад и держатся за руки до тех пор, пока воспитатель не скажет: «Лопнул пузырь!», тогда они опускают руки и приседают на корточки, говоря при этом: «Хлоп!» Можно также предложить детям после слов: «Лопнул пузырь» двигаться к центру круга, по-прежнему держась за руки и произнося при этом звук: «Ш-ш-ш» (воздух выходит). Затем дети снова «надувают» пузырь – отходят назад, образуя большой круг.

Подвижная игра «Снежинки и ветер»

Цель: развитие воображения детей, внимательности, умения играть в коллективе; упражнять в беге, делать повороты вокруг себя, в приседании.

Воспитатель произносит слова:

А сейчас я посмотрю:
Кто умеет веселиться,

Кто мороза не боится.

Воспитатель – «ветер» имитирует дуновение ветра, а дети – «снежинки» передвигаются по площадке, изображая полёт снежинок. Дети прячутся (присаживаются), когда воспитатель прекращает дуть.

Подвижная игра «Поезд»

Цель: учить детей ходить и бегать в колонне по одному, ускорять и замедлять движение, делать остановки по сигналу; приучать детей находить своё место в колонне, не толкать товарищей, быть внимательными.

Описание. Дети становятся в колонну по одному (не держась друг за друга). Первый – «паровоз», остальные – «вагоны». Воспитатель даёт гудок, и «поезд» начинает двигаться вперёд сначала медленно, потом быстрее, быстрее, наконец, дети переходят на бег. После слов воспитателя «Поезд подъезжает к станции» дети постепенно замедляют движение – поезд останавливается. Воспитатель предлагает всем выйти, погулять, собрать цветы, ягоды на воображаемой полянке. По сигналу дети снова собираются в колонну – и поезд начинает двигаться.

Подвижная игра «Воробушки и кот»

Цель: учить детей мягко спрыгивать, сгибая ноги в коленях, бегать, не задевая друг друга, увертываться от ловящего, быстро убежать, находить свое место, приучать детей быть осторожными, занимая место, не толкать товарищей.

Описание. Дети – «воробушки» сидят в своих «гнездышках» (в кругах, обозначенных на земле, или нарисованных на асфальте) на одной стороне площадки. На другой стороне площадки – «кот». Как только «кот» задремлет, «воробушки» «вылетают» на дорогу, «перелетают» с места на место, ищут крошки, зёрнышки (дети приседают, стучат пальцами по коленям, как будто клюют). Но вот «просыпается» «кот», «мяукает» и бежит за «воробушками», которые «улетают» в свои «гнезда». Сначала роль «кота» выполняет воспитатель, а затем кто-нибудь из детей.

Подвижная игра «Зайцы и волк»

Цель: приучать детей внимательно слушать воспитателя, выполнять прыжки и другие действия в соответствии с текстом; учить ориентироваться в пространстве, находить своё место.

Описание. Дети – «зайцы» прячутся за кустами и деревьями. В стороне, за кустом, находится «волк». «Зайцы» выбегают на полянку, прыгают, щиплют травку, резвятся. По сигналу воспитателя: «Волк идёт!» - «зайцы» убегают и прячутся за кусты, деревья. «Волк» пытается их догнать. В игре можно использовать стихотворный текст:

Зайки скачут: скок, скок, скок –
На зелёный на лужок.
Травку щиплют, кушают,
Осторожно слушают,
Не идёт ли волк?

Дети выполняют движения по тексту. С окончанием текста появляется «волк» и начинает ловить «зайцев». Первое время роль «волка» выполняет воспитатель.

Подвижная игра «Лохматый пёс»

Цель: учить детей двигаться в соответствии с текстом, быстро менять направление движения, бегать, стараясь не попадаться ловящему и не толкаясь.

Описание. Дети стоят на одной стороне площадки. Один ребёнок, находящийся на противоположной стороне, изображает «пса». Дети тихонько подходят к нему, а воспитатель в это время произносит:

Вот лежит лохматый пёс,
В лапы свой уткнувши нос,
Тихо, смиренно он лежит,
Не то дремлет, не то спит.
Подойдём к нему, разбудим
И посмотрим: «Что-то будет?»

Дети приближаются к «псу». Как только воспитатель заканчивает чтение стихотворения, «пёс» вскакивает и громко «лает». Дети разбегаются, «пёс» старается поймать кого-нибудь. Когда все дети спрячутся, «пёс» возвращается на место.

Подвижная игра «Догони меня»

Цель: учить детей быстро действовать по сигналу, ориентироваться в пространстве; развивать ловкость.

Описание. Дети сидят на скамейке. Воспитатель предлагает им догнать его и бежит в сторону, противоположную от детей. Дети бегут за воспитателем, стараясь поймать его. Когда они подбегают к нему, воспитатель останавливается и говорит: «Убегайте, убегайте, догоню!» Дети бегом возвращаются на свои места.

Указания к проведению. Воспитатель не должен слишком быстро убегать от детей: им интересно его поймать. Не следует и слишком быстро бежать за детьми, так как они могут упасть. Сначала бег проводится только в одном направлении. Когда дети подбегают к воспитателю, надо отметить, что они умеют быстро бегать. При повторении игры воспитатель может менять направление, убегая от детей.

Подвижная игра «Мороз Красный Нос»

Цель: развитие умения выполнять характерные движения; упражнять детей в беге.

Воспитатель стоит напротив детей на расстоянии 5 метров и произносит слова:

Я – Мороз Красный Нос. Бородою весь зарос.
Я ищу в лесу зверей. Выходите поскорей!
Выходите, зайчики! Девочки и мальчики!
(Дети идут навстречу воспитателю.)
- Заморожу! Заморожу!

Воспитатель пытается поймать ребят – «зайчат». Дети разбегаются.

Подвижная игра «Куры в огороде»

Цель: развивать координацию движений, быстроту реакции; упражнять в беге, приседании и подлезании.

Описание. На середине площадки ограничивают небольшую площадь – «огород». Недалеко от него, с одной стороны площадки ставят стул – это «дом» сторожа, с другой стороны на уровне груди ребёнка на стойках укрепляют рейку или натягивают ленту – «дом» для кур. Роль «сторожа» вначале выполняет воспитатель, а затем более активные дети. Остальные – «куры». По сигналу воспитателя: «Идите, курочки, гулять» - дети – «куры» подлезают под «ограду» (рейку), пробираются в «огород», бегают, «ищут» корм, «кудахчут». «Сторож» замечает «кур» и гонит их из «огорода» - хлопает в ладоши, приговаривая: «Кыи, кыи!» Дети – «куры» убегают, подлезают под рейку и прячутся в «дом». «Сторож» обходит «огород» и снова садится. Игра повторяется. Если игра проводится впервые, то площадь «огорода» не обозначается. Дети бегают, используя всю площадку.

Подвижная игра «Птички в гнёздышках»

Цель: учить детей ходить и бегать враспынную, не наталкиваясь друг на друга; приучать их быстро действовать по сигналу воспитателя, помогать друг другу.

Описание. С одной стороны площадки свободно раскладывают обручи («гнёздышки») по количеству детей. Каждый ребёнок («птичка») стоит в своём «гнёздышке». По сигналу воспитателя дети – «птички» выбегают из обручей – «гнёзд» - и разбегаются по всей площадке. Воспитатель имитирует кормление «птиц» то в одном, то в другом конце площадки: дети присаживаются на корточки, ударяя кончиками пальцев по коленям – «клюют» корм. «Полетели птички в гнёзда!» - говорит воспитатель, дети бегут к обручам и становятся в любой свободный обруч. Игра повторяется. Когда игра будет усвоена детьми, можно ввести новые правила: разложить 3-4 больших обруча – «в гнёзде живёт несколько птиц». На сигнал: «Полетели птицы в гнёзда» - дети бегут, в каждый обруч встают 2-3 детей. Воспитатель следит, чтобы они не толкались, а помогли друг другу встать в обруч, использовали всю площадь, выделенную для игры.

Подвижная игра «По ровненькой дорожке»

Цель: развивать у детей согласованность движения рук и ног; приучать ходить свободно в колонне по одному; развивать чувство равновесия, ориентировку в пространстве.

Описание. Дети, свободно группируясь, идут вместе с воспитателем. Воспитатель в определённом темпе произносит следующий текст, дети выполняют движения согласно тексту:

По ровненькой дорожке, *Идти шагом.*
По ровненькой дорожке
Шагают наши ножки:
Раз – два, раз – два.

По камешкам, по камешкам, *Прыгать на двух ногах с
продвижением вперёд.*

По камешкам, по камешкам...
В ямку – бух! *Присесть на корточки.
Подняться.*

Стихотворение повторяется снова. После нескольких повторений воспитатель произносит другой текст:

По ровненькой дорожке, по ровненькой дорожке
Устали наши ножки, устали наши ножки,
Вот наш дом – здесь мы живём.

По окончании текста дети бегут в «дом» - заранее обусловленное место за кустом, под деревом и т.п.

Подвижная игра «Пастух и стадо»

Цель: закреплять у детей умение играть по правилам игры, упражнять в ходьбе и беге.

Описание. Дети изображают «стадо» (коров, телят, овец). Выбирают «пастуха», дают ему дудочку и «кну́т» (прыгалку). Воспитатель произносит слова, дети выполняют движения по тексту:

Рано – рано поутру
Пастушок: «Ту-ру-ру-ру»,
(«Пастушок» играет на дудочке.)
А коровки в лад ему
Затянули: «Му-му-му».

Дети – «коровки» мычат. Затем «пастух» гонит «стадо» в поле (на условленную лужайку), все ходят по ней. Через некоторое время «пастух» щёлкает кну́том (прыгалкой), гонит «стадо» домой. Игра повторяется.

Подвижная игра «Лошадки»

Цель: приучать детей двигаться вдвоём один за другим, согласовывать движения, не подталкивать бегущего впереди, даже если он двигается не очень быстро.

Описание. Дети делятся на две группы: одни изображают «лошадок», другие – «конюхов». Каждый «конюх» имеет «вожжи» - скакалки. По сигналу воспитателя «конюхи» ловят «лошадок», «запрягают» их (надевают «вожжи»). По указанию воспитателя дети могут ехать (бежать в паре) тихо, рысью или вскачь. Через некоторое время «лошадей» распрягают и выпускают на луг, «конюхи» садятся отдыхать. Через 2-3 повторения игры дети меняются ролями. В игре дети чередуют движения: бегают, подпрыгивают, ходят шагом и т.п. Можно предложить разные сюжеты поездок: на скачки, за сеном, в лес за дровами. Если «конюх» долго не может «поймать» какую-либо из «лошадей», другие «конюхи» помогают ему.

Подвижная игра «Курочка – хохлатка»

Цель: упражнять детей быстро реагировать на сигнал воспитателя; упражнять детей в ходьбе.

Воспитатель изображает «курицу», дети – «цыплята». Один ребёнок (постарше) – «кошка». «Кошка» садится на стул в сторонке. «Курочка» и «цыплята» ходят по площадке. Воспитатель говорит:

Вышла курочка – хохлатка, с нею жёлтые цыплятки,
Квохчет курочка: «Ко-ко, не ходите далеко».
Приближаясь к «кошке», воспитатель говорит:
На скамейке у дорожки улеглась и дремлет кошка...
Кошка глазки открывает и цыпляток догоняет.

«Кошка» открывает глаза, мяукает и бежит за «цыплятами», которые убегают в определённый угол площадки – «дом» - к курице-маме. Воспитатель («курица») защищает «цыплят», разводя руки в стороны, и говорит при этом: «Уходи, кошка, не дам тебе цыпляток!» При повторении игры роль «кошки» поручается другому ребёнку.

Подвижная игра «Найди свой цвет»

Цель: учить детей быстро действовать по сигналу, ориентироваться в пространстве; развивать ловкость.

Описание. В разных сторонах площадки воспитатель кладёт обручи (изготовленные из картона) и в них ставит по одной кегле разного цвета. Одна группа детей становится вокруг кегли красного цвета, другая – жёлтого, третья – синего. По сигналу воспитателя: «На прогулку!» - дети расходятся или разбегаются по всей площадке в разных направлениях. На второй сигнал: «Найди свой цвет!» - дети бегут к своим местам, стараясь найти кеглю своего цвета. Игра повторяется.

Подвижная игра «Наседка и цыплята»

Цель: учить детей подлезать под верёвку, не задевая её, увёртываться от водящего, быть осторожным и внимательным; приучать их действовать по сигналу, не толкать других детей, помогать им.

Дети, изображающие цыплят, вместе с воспитателем – «наседкой» - находятся за натянутой между стульями на высоте 35-40 см верёвкой – «домом». На противоположной стороне площадки сидит большая «птица». «Наседка» выходит из «дома» и отправляется на поиск корма, она зовёт «цыплят»: «Ко-ко-ко-ко». По её зову «цыплята» подлезают под верёвку, бегут к «наседке» и вместе с ней гуляют, ищут корм. По сигналу: «Большая птица!» - «цыплята» быстро убегают в дом. Роль «наседки» в первое время выполняет воспитатель, а затем эту роль можно давать детям, сначала по их желанию, а потом по назначению воспитателя. Когда «цыплята» возвращаются в «дом», убегая от большой «птицы», воспитатель может приподнять верёвку повыше, чтобы дети не задевали её.

Подвижная игра «Мыши в кладовой»

Цель: развивать у детей умение выполнять движения по сигналу; упражнять детей в подлезании, в беге и приседанию.

Дети – «мышки» находятся на одной стороне площадки. На противоположной стороне протянута верёвка на высоте 50 см от уровня земли – это «кладовка». Сбоку от играющих находится «кошка» (её роль выполняет воспитатель). «Кошка» засыпает, и «мыши» потихоньку бегут в «кладовую». Проникая в «кладовую», они нагибаются, чтобы не задеть верёвку. Там они присаживаются и как будто «грызут» сухари. «Кошка» просыпается, мяукает и бежит за «мышами». Они быстро убегают в свои норки. Игра возобновляется. В дальнейшем по мере усвоения правил игры роль «кошки» может исполнять кто-либо из детей.

Подвижная игра «Такси»

Цель: приучать детей двигаться вдвоём, соразмерять движения друг с другом, менять направление движений, быть внимательным к партнёрам по игре.

Дети становятся внутрь небольшого обруча, держат его в опущенных руках: один – у одной стороны, другой за другом. Первый ребёнок – «водитель» такси, второй – «пассажир». Дети бегают по площадке (дорожке). Через некоторое время меняются ролями. Одновременно могут играть 2-3 пары детей, а если позволяет площадь – то больше. Когда дети научатся бегать в одном направлении, воспитатель может дать задание двигаться в разных направлениях, делать остановки. Можно место остановки обозначить флажком или знаком стоянки такси. На остановке «пассажиры» меняются, один выходит из такси, другой садится.

Подвижная игра «Мыши и кот»

Цель: приучать детей бегать легко, на носках, не наталкиваясь друг на друга; ориентироваться в пространстве, менять движения по сигналу воспитателя.

Дети сидят на скамейках – это «мыши в норках». На противоположной стороне площадки сидит «кот», роль которого исполняет воспитатель. «Кот» засыпает (закрывает глаза), а «мыши» разбегаются по площадке. Но вот «кот» просыпается, потягивается, мяукает и начинает ловить «мышей». «Мыши» быстро убегают и прячутся в «норках» (занимают свои места). Пойманных «мышек» «кот» уводит к себе. Когда остальные «мыши» спрячутся в «норках», «кот» ещё раз проходит по площадке, затем возвращается на своё место и засыпает. «Мыши» могут выбежать из «норок» тогда, когда «кот» закроет глаза и заснёт, а возвращаться в «норки» - когда «кот» проснётся и замаякает. Воспитатель следит, чтобы все «мышки» выбежали и разбежались как можно дальше от «норок». «Норками», кроме скамеек, могут служить дуги для подлезания, и тогда дети – «мышки» - выползают из своих «норок».

Подвижная игра «Птички летают»

Цель: учить детей прыгивать с невысоких предметов, бегать врассыпную, действовать только по сигналу; приучать малышей помогать друг другу.

Дети становятся на небольшое возвышение – доску, кубики, бруски (высота 5-10 см) – по одной стороне площадки. Воспитатель говорит: «На улице солнышко светит, все птички вылетают из гнёздышек, ищут зёрнышки, крошки». Дети прыгивают с возвышений, «летают» (бегают, размахивая руками – «крыльями»), приседают, «клюют» зёрнышки (стучат пальчиками по земле). Со словами воспитателя: «Дождик пошёл! Все птички спрятались в гнёздышки!» - дети бегут на свои места. Перед игрой воспитатель должен приготовить невысокие скамеечки или такое количество кубиков, брусков, чтобы хватило всем желающим играть. Расположить их надо в одной стороне площадки на достаточном расстоянии друг от друга, чтобы дети не толкались и могли свободно занять свои места. Нужно показать детям, как мягко прыгивать, помочь им подняться на возвышение после бега. При повторении игры сигнал можно давать одним словом: «Солнышко!» или «Дождик!» Дети должны знать, по какому сигналу что нужно делать.

Подвижная игра «Конники»

Цель: приучать детей бегать, не наталкиваясь друг на друга, ускорять или замедлять движения, ориентироваться в пространстве.

Группа детей (5-6 человек) становятся у одного края площадки. Воспитатель даёт каждому палку длиной 50-60 см. Дети садятся на палку верхом и скачут на противоположную сторону площадки, изображая «конников», стараясь не наталкиваться друг на друга и не задевать предметы, оборудование, находящиеся на площадке. Во время игры воспитатель может предложить «конникам» ехать быстро и медленно, а также в разных направлениях. Когда дети научатся быстро бегать, можно устроить соревнования. Предлагается задание: кто скорее проскачет на лошади до определённого места на площадке или дорожке.

Подвижная игра «Трамвай»

Цель: учить детей двигаться парами, согласовывая свои движения с движениями других играющих; учить их распознавать цвета и в соответствии с ними менять движение.

3-4 пары детей становятся в колонну, держа друг друга за руку. Свободными руками они держатся за шнур, концы которого связаны, то есть одни дети держатся за шнур правой рукой, другие – левой. Это «трамвай». Воспитатель стоит в одном из углов площадки, держа в руках три флажка: жёлтый, зелёный, красный. Он объясняет детям, что «трамвай» двигается на зелёный сигнал, на жёлтый замедляет ход, а на красный – останавливается. Воспитатель поднимает зелёный флажок – и «трамвай» едет: дети бегут по краям площадки. Если воспитатель поднимает жёлтый или красный флажок, «трамвай» замедляет ход и останавливается. Если детей в группе много, можно составить 2 трамвая. Сюжет игры может быть более развёрнутым: во время остановок одни «пассажиры» выходят из «трамвая», другие входят, приподнимая при этом шнур. Воспитатель знакомит детей с правилами уличного движения. Он следит за тем, чтобы все играющие были внимательными, не пропускали остановок, следили за сменой флажков и меняли движение.

Подвижная игра «У медведя во бору»

Цель: развитие у детей скорости реакции на словесный сигнал, развитие внимания; упражнять детей в беге. Из всех участников игры выбирают одного водящего, которого назначают «медведем». На площадке для игры очерчивают два круга. Первый круг – это берлога «медведя», второй – это дом, для всех остальных участников игры. Начинается игра, и дети выходят из дома со словами:

У медведя во бору
Грибы, ягоды беру.
А медведь не спит,
И на нас рычит.

После того, как дети произносят эти слова, «медведь» выбегает из берлоги и старается поймать кого-либо из детей. Если кто-то не успевает убежать в дом и «медведь» ловит его, то уже сам становится «медведем».

Подвижная игра «Вороны и собачка»

Цель: научить детей подражать движениям и звукам птиц, двигаться, не мешая друг другу.

Выбирается «собачка», остальные дети - «вороны».

Возле ёлочки зелёной
Скачут, каркают вороны: «Кар! Кар! Кар!»

Дети прыгают, изображая ворону.

Тут собачка прибежала
И ворон всех разогнала: «Ав! Ав! Ав!»

Дети убегают от «собачки».

Игра повторяется 2-3 раза.

Подвижная игра «Гуси – гуси»

Цель: развитие у детей координации движений, быстроты реакции, умения играть в команде.

Дети стоят у одной стены комнаты. Ведущий (взрослый) посередине.

Ведущий говорит: «Гуси, гуси».

Дети: «Га, га, га».

Ведущий: «Есть хотите?»

Дети: «Да, да, да».

Ведущий: «Ну, летите - раз хотите, только крылья берегите».

Дети бегут к противоположной стене (там их домик), а ведущий должен успеть осалить как можно больше детей.

