


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД № 320 ВОРОШИЛОВСКОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА»**

Утверждаю:  
Заведующий МОУ Детским садом № 320  
 М.В. Зенина

Принято на педагогическом совете  
от «04» 09 20 18 протокол № 1  
введено в действие приказом от 04.09.18 № 111

**Рабочая программа  
но реализации основной образовательной программы  
на 2018-2019 учебный год**

**Образовательная область «Физическое развитие»,  
2 младшая, средняя, старшая, подготовительная группы**

**Составитель:**  
Инструктор ФК -  
Барсова Ангелина Дмитриевна

## Целевой раздел

### 1.1. Пояснительная записка.

Дошкольный возраст - важнейший период для формирования двигательной активности. Физическая культура рассматривается как основа формирования здорового образа жизни ребенка, в результате которого закладывается фундамент здоровья, происходит созревание и совершенствование жизненно важных систем и функций организма. У ребенка развиваются адаптационные возможности, повышается устойчивость к внешним воздействиям, формируются движения, осанка, приобретаются физические качества, вырабатываются гигиенические навыки, привычки и представления, формируются черты характера.

Программа по образовательной области «Физическое развитие» разработана для детей дошкольного возраста с 3 до 7 лет, в соответствии с основными нормативно-правовыми документами по дошкольному образованию:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155);
- «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования» (приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 года №1014 г. Москва);
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 года №26 «Об утверждении САНПИИ» 2.4.1.3049-13)
- Устав МОУ Детского сада № 320
- Основная образовательная программа МОУ детского сада № 320, утверждённая на педагогическом совете № 1 от 07.09.2018 г.

### 1.2. Цель и задачи рабочей программы.

Цель данной программы предлагает создание условий, которые помогут каждому ребенку стать телесно и психически здоровым, творчески активным, радостным, энергичным, деятельным. Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- Приобретение опыта двигательной деятельности детей, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости). Приобретение опыта в видах деятельности детей, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание).

- Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта.
- Овладение подвижными играми с правилами.
- Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).
- Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

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

В основе Программы заложены следующие основные принципы:

Принцип научности предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.

Принцип развивающего обучения от детей требуется приложение усилий для овладения новыми движениями.

Принцип интеграции: процесс оздоровления детей в МОУ осуществляется в тесном единстве с учебно-воспитательным процессом.

Принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений, навыков.

Принцип связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.

Принцип индивидуально-личностной ориентации воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечет пути совершенствования умений и навыков, построение двигательного режима.

Принцип доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований физических нагрузок.

Принцип результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Подходы, реализуемые при работе по программе:

1) Личностно-ориентированный подход - предполагает рассмотрение воспитанника как личности, самостоятельно и ответственно определяющей свою позицию в сфере социальных отношений, в том числе и в сфере воспитания.

2) Возрастной подход - рассмотрение воспитания в контексте физиологических, психических, социальных особенностей развития личности, а так же социально - психологических особенностей образуемых ими общностей, учёт и использование этих особенностей в практике воспитания.

3) Индивидуальный подход - рассмотрение воспитания как процесса, осуществляемого с учетом индивидуальных особенностей воспитанников, в значительной степени влияющих на их поведение в различных жизненных ситуациях. Суть индивидуального подхода составляет гибкое использование педагогом различных методов воспитания с целью достижения оптимальных результатов воспитательного процесса по отношению к каждому ребенку.

4) Системно-деятельностный подход нацелен на развитие личности, на формирование гражданской идентичности, указывает и помогает отследить ценностные ориентиры, которые встраиваются в новое поколение стандартов

российского образования. Любая деятельность начинается с постановки цели, лично значимой для воспитанников, когда эта цель «присвоена» ребёнком, он может понять и сформулировать задачу. Чтобы возник у воспитанников познавательный интерес, надо их столкнуть с «преодолимой трудностью», то есть, создать проблемную ситуацию, чтобы решить её, выполняются учебные действия, на этом этапе надо создать ситуацию успеха.

#### **1.4. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики.**

##### **Возрастные особенности развития детей дошкольного возраста**

###### Младшая группа

В младшем дошкольном возрасте дети наиболее подвижны их движения хаотичны и не координированы. Задача физического воспитания в этом возрасте - развивать интерес к процессу движения. Главное направление работы - создание условий для творческого освоения эталонов движения детьми в разных ситуациях. Большинство занятий направлено на освоение основных видов движений: ходьба, бег, прыжки, лазание, ловля и броски мяча, равновесие. Основные движения тесно сочетаются с подвижными играми. Эффективным приемом является описание воображаемой ситуации, в которой задействован, известный персонаж. Широко используются в занятиях упражнения на подражание. Все это создает благоприятные условия для развития двигательных навыков и физических качеств.

###### Средняя группа

Этот возраст является периодом интенсивного роста и развития ребенка. В развитии основных движений детей происходят заметные качественные изменения: возрастает естественность и легкость их выполнения. Особое значение приобретают совместные сюжетно-ролевые игры. Они становятся в этом возрасте ведущим видом деятельности. На пятом году жизни ребенок быстро ориентируется в новых ситуациях, в состоянии выполнять ритмически согласованные простые движения, делает больше успехов в прыжках, метании и беге, пытается осваивать более сложные виды движений. Большое значение уделяется воспитанию у детей организованности и дисциплинированности. В обучении используются разнообразные игровые упражнения и игры.

###### Старшая группа

В старшем дошкольном возрасте происходит дальнейший рост и развитие всех органов и физиологических систем. Завершается процесс формирования скелетной мускулатуры, увеличивается длина верхних и нижних конечностей, происходит окостенение позвоночника. Детям шестого года доступно овладение сложными видами движений, способами их выполнения. Во время ходьбы у некоторых детей наблюдаются согласованные движения рук и ног, уверенный широкий шаг и хорошая ориентировка в пространстве. На шестом году жизни у детей значительно улучшаются показатели ловкости. Они овладевают более сложными координационными движениями, быстро приспосабливаются к изменяющимся ситуациям, сохраняют устойчивое положение тела в различных вариантах игр и упражнений. К шести годам дети владеют всеми способами катания, бросания и ловли, метания в цель и вдаль, совершенствуется техника выполнения ползания и лазания, бега, различных видов прыжков.

### Подготовительная к школе группа

К семи годам у детей увеличивается гибкость, амплитуда движений, отмечается высокая подвижность суставов за счет эластичности мышц и связок. Отмечается значительный прирост физической работоспособности и выносливости. В подготовительном возрасте дети способны достичь сравнительно высоких результатов в беге, прыжках, метании, бросании и ловле мяча, в лазанье, а так же могут овладеть техникой простых элементов спортивных игр. В процессе овладения новыми упражнениями, детьми подготовительной группы используются следующие методические приемы: показ упражнения, средство наглядности, разучивание упражнений, исправление ошибок, самооценка двигательных действий, межличностные отношения между инструктором и ребенком, игры на внимание и память, соревновательный эффект.

### 2 младшая группа

В группе \_\_\_\_\_ детей, из них мальчиков - \_\_\_\_\_ и девочек - \_\_\_\_\_.

#### Распределение детей по группам здоровья

	Группы здоровья			
	I	II	III	IV
Количество детей				-

### Средняя группа.

В группе \_\_\_\_\_ детей, из них мальчиков - \_\_\_\_\_ и девочек - \_\_\_\_\_.

#### Распределение детей по группам здоровья

	Группы здоровья			
	I	II	III	IV
Количество детей				

### Старшая группа.

В группе \_\_\_\_\_ детей, из них мальчиков - \_\_\_\_\_ и девочек - \_\_\_\_\_.

#### Распределение детей по группам здоровья

	Группы здоровья			
	I	II	III	IV
Количество детей				

### Подготовительная группа.

В группе \_\_\_\_\_ детей, из них мальчиков - \_\_\_\_\_ и девочек - \_\_\_\_\_.

### Распределение детей по группам здоровья

	Группы здоровья			
	I	II	III	IV
Количество детей				

### **1.5. Планируемые результаты освоения Программы.**

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;
- ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;
- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими; ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;
- ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах



деятельности.

## **Планируемые результаты освоения Программы**

Планируемые результаты освоения программы определены в соответствии с ООП ДОО.

### **Показатели развития для детей от 3 до 4 лет**

- Ходит прямо, сохраняя заданное воспитателем направление
- Бегаёт, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с задачей
- Сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы
- Ползает на четвереньках произвольным способом
- Лазаёт по гимнастической стенке произвольным способом
- Прыгает в длину, отталкиваясь двумя ногами
- Бросает мяч двумя руками от груди
- Ударяет мячом об пол 2-3 раза и ловит
- Бросает мяч вверх 2-3 раза и ловит
- Участвует в подвижных играх, соблюдая правила
- Метает предметы вдаль
- Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.

### **Показатели развития для детей от 4 до 5 лет**

- Проявляет интерес к подвижным играм, физическим упражнениям
- Бег 30 м, (мин. и сек.)
- Бег 90 м (мин. и сек.)
- Прыжок в длину с места
- Метает предметы разными способами
- Отбивает мяч об землю двумя руками, одной рукой
- Уверенно бросает и ловит мяч
- Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу
- Ориентируется в пространстве, находит правую и левую сторону
- Выполняет упражнения, демонстрируя пластичность, выразительность движений
- Следит за правильной осанкой под руководством воспитателя

### **Показатели развития для детей от 5 до 6 лет**

- Проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях
- Проявляет желание участвовать в играх-соревнованиях и играх-эстафетах
- Ходит и бегаёт легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп
- Лазаёт по гимнастической стенке с изменением темпа
- Прыгает в длину с места (не менее 80 см)
- Прыгает через короткую и длинную скакалку
- Бег 30 м, (мин. и сек.)
- Бег 90 м (мин. и сек.)
- Метает предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетает замах с броском
- Отбивает мяч на месте не менее 10 раз

- Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие
- Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо, равняться, размыкаться в колонне, шеренге
- Выполняет повороты направо, налево, кругом
- Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, футбол, бадминтон и др.
- Следит за правильной осанкой
- Имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах разрушающих здоровье

#### **Показатели развития для детей от 6 до 7 лет**

- Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание)
- Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции
- Участвует в играх с элементами спорта
- Выполняет прыжок на мягкое покрытие с высоты до 40 см
- Прыгает в длину с места не менее 100 см
- Прыгает в длину с разбега до 180 см
- Прыгает в высоту с разбега в высоту не менее 50см
- Прыгает через короткую и длинную скакалку разными способами
- Бег 30 м, (мин. и сек.)
- Бег 90 м (мин. и сек.)
- Подъем в сед за 30 сек
- Бросает предметы в цель из разных положений
- Попадает в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м
- Метает предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м
- Метает предметы в движущуюся цель
- Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в 2 шеренги после расчета на первый-второй, соблюдает интервалы во время движения
- Может следить за правильной осанкой
- Сформированы представления о здоровом образе жизни

#### **Основные положения комплексной оценки физической подготовленности детей дошкольного возраста**

Педагогическая диагностика физического развития проводится 2 раза в начале и конце учебного года. основополагающим методом педагогической диагностики является наблюдение и иные исследовательские методы, уместные для осуществления педагогической диагностики физического развития.

Определение физической подготовленности дошкольников младшего и среднего возраста должно оцениваться только качественно и характеризовать уровень овладения основными видами движения (ходьба, бег, прыжки, лазание) в соответствии с возрастной нормой. Определение физической подготовленности детей старшего возраста должно быть количественно (т.е. учитываться двигательный результат), и проводиться по двум блокам: определение физических качеств и степень сформированности двигательных навыков.



1. Учитывать требования, предъявляемые к выбору тестов для определения развития физических качеств, в первый блок включены следующие тесты: «челночный бег 5х6, прыжок в длину с места, поднятие туловища в сед из положения, лежа за 30 сек».

В соответствии с выдвигаемыми требованиями к тестам, определяющими сформированность двигательных навыков, во второй блок включены тесты: «метание малого мяча в вертикальную цель удобной рукой (с расстояния 3 метра, высота центра до мишени 1,5), прыжки через короткую скакалку за 30 сек, отбивание мяча от пола удобной рукой за 30 сек.

2. Для каждого показателя (теста) рассчитываются «коридоры», в соответствии с которыми определяется «возрастная норма». При расчете должных норм, прежде всего, устанавливаются верхние и нижние значения (доверительные границы).

3. Для оценивания уровня физической подготовленности старших дошкольников используется комплексная оценка, определяемая по сумме баллов, набранных отдельно в каждом блоке тестов (физических качеств и двигательных навыков) в соответствии с 5-ти балльной шкалой.

«Зона риска» соответствует в сумме набранных баллов при выполнении упражнений-от 0 до 2.

«Зона возрастной нормы» соответствует сумме баллов от 3 до 12.

«Зона способностей» соответствует сумме баллов от 13 до 15.

Испытуемому в каждом тестовом упражнении начисляются баллы, соответствующие показанному результату. Сумма баллов в тестах второго блока характеризует сформированность двигательных навыков. Использование комплексной оценки и наличие зон шкалы позволит компенсировать низкие результаты в одних упражнениях, высокие в других. Такой подход поможет нивелировать конституционные различия тестируемых, а так же повысить мотивацию детей при выполнении тестовых заданий ( Приложение № ).

## **II. Содержательный раздел**

### **2.1. Образовательная область: «Физическое развитие»**

#### **Цель:**

- 1) гармоничное физическое развитие;
- 2) формирование интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой;
- 3) формирование основ здорового образа жизни.

#### **Задачи:**

##### *1) Оздоровительные:*

- охрана жизни и укрепление здоровья, обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организма;
- всестороннее физическое совершенствование функций организма;
- повышение работоспособности и закаливание.

##### *2) Образовательные:*

- формирование двигательных умений и навыков;
- развитие физических качеств;
- овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме, роли

физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья.

3) *Воспитательные:*

- формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями;
- разностороннее гармоничное развитие ребенка (не только физическое, но и умственное, нравственное, эстетическое, трудовое).

### **Направления физического развития:**

1) *Приобретение детьми опыта в двигательной деятельности:*

- связанной с выполнением упражнений;
- направленной на развитие таких физических качеств как координация и гибкость;
- способствующей правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики;
- связанной с правильным, не наносящим вреда организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны).

2) *Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.*

3) *Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)*

### **Принципы физического развития:**

1) *Дидактические:*

- систематичность и последовательность;
- развивающее обучение;
- доступность;
- воспитывающее обучение;
- учет индивидуальных и возрастных особенностей;
- сознательность и активность ребенка;
- наглядность

2) *Специальные:*

- непрерывность;
- последовательность наращивания тренирующих воздействий;
- цикличность

3) *Гигиенические:*

- сбалансированность нагрузок;
- рациональность чередования деятельности и отдыха;
- возрастная адекватность;
- оздоровительная направленность всего образовательного процесса;
- осуществление лично - ориентированного обучения и воспитания.

### **Методы физического развития:**

1) *Наглядные:*

- наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);
- наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);

- тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя).

2) *Словесные:*

- объяснения, пояснения, указания;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы к детям;
- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция.

3) *Практические:*

- Повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- Проведение упражнений в игровой форме;
- Проведение упражнений в соревновательной форме.

**Содержание психолого-педагогической работы**

***Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни***

<p><b>Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)</b></p>	<p>Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними. Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека. Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы. Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания. Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни. Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения. Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.</p>
<p><b>Средняя группа (от 4 до 5 лет)</b></p>	<p>Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека. Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат). Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»). Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме. Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.</p>

<p><b>Старшая группа (от 5 до 6 лет)</b></p>	<p>Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья. Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье. Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях. Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека. Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие. Знакомить детей с возможностями здорового человека. Формировать потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом. Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.</p>
<p><b>Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)</b></p>	<p>Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим). Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем. Формировать представления об активном отдыхе. Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур. Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.</p>

### *Физическая культура*

<p><b>Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)</b></p>	<p>Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см. Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Учить реагировать на сигналы; выполнять правила в подвижных играх. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.</p> <p><b>Подвижные игры.</b> Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами. Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.</p>
---	--

<p><b>Средняя группа (от 4 до 5 лет)</b></p>	<p>Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы.</p> <p>Учить перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. Учить прыжкам через короткую скакалку. Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).</p> <p>Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.</p> <p><b>Подвижные игры.</b> Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.</p>
<p><b>Старшая группа (от 5 до 6 лет)</b></p>	<p>Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп. Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбежаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.</p> <p>Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе. Учить ориентироваться в пространстве. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место. Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.</p> <p><b>Подвижные игры.</b> Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Учить спортивным играм и упражнениям.</p>

<p><b>Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)</b></p>	<p>Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Добиваться активного движения кисти руки при броске. Учить перелезть с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений. Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. <b>Подвижные игры.</b> Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо</p>
---	---

## 2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов.

### Формы организованной образовательной деятельности (Н.А.Виноградова)

<p><b>Формы организации</b></p>	<p><b>Особенности</b></p>
<p><i>Индивидуальная</i></p>	<p>Позволяет индивидуализировать обучение (содержание, методы, средства), однако требует от ребенка больших нервных затрат; создает эмоциональный дискомфорт; неэкономичность обучения; ограничение сотрудничества с другими детьми</p>
<p><i>Групповая (индивидуально - коллективная)</i></p>	<p>Группа делится на подгруппы. Число занимающихся может быть разным - от 3 до 8, в зависимости от возраста и уровня обученности детей. Основания для комплектации: личная симпатия, общность интересов, уровни развития. При этом педагогу, в первую очередь, важно обеспечить взаимодействие детей в процессе обучения</p>
<p><i>Фронтальная</i></p>	<p>Работа со всей группой, четкое расписание, единое содержание. Достоинствами формы являются четкая организационная структура, простое управление, возможность взаимодействия детей, экономичность обучения; недостатком - трудности в индивидуализации обучения</p>

Занятия физической культурой - основная форма организации физического воспитания дошкольников. Физкультурные занятия проводятся во второй младшей и средней группе - 3 раза в неделю в зале. В старшей и подготовительной к школе группе - 2 раза в зале, 1 раз на улице (согласно требованиям СанПин).

Для повышения интереса к занятиям физическими упражнениями используются различные варианты занятий: традиционные, игровые, сюжетные, тематические с использованием музыкально - ритмичных движений, занятия - путешествия. Также используются нетрадиционные подходы к построению и содержанию занятий, позволяющие постоянно поддерживать интерес к ним детей, индивидуализировать подход к каждому ребёнку, разумно распределять нагрузки, учитывая уровень двигательной активности и принцип подбора движений. Не традиционность в данном случае предполагает отличие от классической структуры занятия за счет использования новых способов организации детей, нестандартного оборудования, внесение некоторых изменений в традиционную форму построения занятия, оставив неизменным главное:

- на каждом занятии физической культурой должны реализовываться задачи обучения, воспитания и развития ребенка;
- обучение основным движениям должно осуществляться по трем этапам: обучение, закрепление, совершенствование;
- содержание и методика проведения занятия физической культурой должны способствовать достижению тренирующего эффекта, достаточной моторной плотности и развитию физических качеств.

В настоящее время в работе используются следующие варианты проведения занятий физической культурой:

**Занятие по единому сюжету**, построенному на сказочной или реальной основе. За основу берется классическая основа занятия физической культурой, содержание двигательной деятельности согласуется с сюжетом.

**Тренировочное занятие** - закрепление определенных видов движений. Оно обеспечивает возможность многократно повторить движения. Традиционная структура занятия физической культурой может быть несколько нарушена за счет исключения общеразвивающих упражнений и увеличения времени работы над основными движениями, элементами спортивных игр при обеспечении разумной и правильной физиологической нагрузки. Как вариант тренировочного занятия может быть использовано **занятие, построенное на одном движении**. Структура его построения аналогична предыдущему, но для упражнения в основных движениях отбирается только один из видов (например: лазанье), дети упражняются в разных видах: ползание по скамейке, лазании по гимнастической стенке, пролезать в обруч и т.д.

**Круговая тренировка**, принцип организации достаточно прост: вводная и заключительная часть занятия проводится в традиционной форме. Во время, отведенное для общеразвивающих упражнений и основных движений, организуется собственно круговая тренировка. Для этого следует подготовить несколько групп с



одинаковым спортивным инвентарем в каждой, чтобы дети одной группы могли упражняться на них одновременно, и расположить их по кругу. Каждый ребенок встает к какому-нибудь пособию и упражняется на нем в течение 2-х минут. Затем по сигналу педагога дети переходят по кругу к следующему пособию и так далее, пока не замкнется круг. В зависимости от степени физической нагрузки, полученной детьми на круговой тренировке, выбирается подвижная игра. Такой способ организации занятия позволяет обеспечить высокую моторную плотность занятия, дает возможность детям проявить творчество и инициативу. В основной части круговой тренировки могут быть использованы тренажеры и массажеры. Этот вид занятий условно можно назвать *занятие на тренажерах*.

**Занятие, построенное на подвижных играх**, целесообразно использовать для снятия напряжения после занятий с повышенной интеллектуальной нагрузкой, для закрепления движений в новых условиях, для обеспечения положительных эмоций. Вводная часть такого занятия может быть не долгой, так как подготовку организма к нагрузкам продолжит игра малой или средней подвижности. Заключительная часть такого занятия должна обеспечить снижение нагрузки. **Занятие, построенное на музыкально-ритмических движениях**, нравятся детям и успешно применяются для создания бодрого настроения детей. Вводная часть такого занятия, как правило, состоит из разных видов ходьбы и бега под музыкальное сопровождение, выполнение танцевальных движений. Общеразвивающие упражнения проводятся в виде ритмической гимнастики.

С учётом особенностей социализации дошкольников и механизмов освоения социокультурного опыта можно выделить следующие группы методов реализации Программы:

- *методы мотивации и стимулирования* развития у детей первичных представлений и приобретения детьми опыта поведения и деятельности;
- *методы создания условий, или организации развития* у детей первичных представлений и приобретения детьми опыта поведения и деятельности;
- *методы, способствующие осознанию* детьми первичных представлений и опыта поведения и деятельности.

Группа методов	Основные методы
методы мотивации и стимулирования развития у детей первичных представлений и приобретения детьми опыта поведения и деятельности	поощрение: одобрение, похвала, награждение подарком, эмоциональная поддержка, проявление особого доверия, восхищения, повышенного внимания и заботы; индивидуальный разговор; образовательная ситуация; игры;

методы создания условий, организации развития у детей первичных представлений и приобретения детьми опыта поведения и деятельности	приучение к положительным формам общественного поведения; упражнение; образовательные ситуации (общих дел, взаимопомощи, взаимодействия с младшими по возрасту детьми, проявления уважения к старшим).
методы, - способствующие осознанию детьми-первичных представлений и опыта поведения и деятельности	рассказ взрослого; пояснение и разъяснение; беседа; чтение художественной литературы; обсуждение; рассматривание и обсуждение; наблюдение.

Для решения задач физического воспитания детей дошкольного возраста используются различные **средства**: гигиенические факторы, естественные силы природы, физические упражнения.

**Гигиенические факторы** являются своеобразным средством физического воспитания. Соблюдение требований личной и общественной гигиены, режима деятельности, сна, питания и т. д. вызывает у человека положительные эмоции, что в свою очередь улучшает деятельность всех органов, систем и повышает работоспособность.

Кроме того, гигиенические факторы составляют обязательное условие для более эффективного воздействия физических упражнений на организм занимающихся. Несоблюдение чистоты помещений, а также физкультурного оборудования, инвентаря, игрушек, одежды, обуви может привести к различным заболеваниям детей и снизить положительное влияние физических упражнений на их физическое развитие.

**Естественные силы природы** (солнце, воздух, вода) являются важным средством укрепления здоровья, а также повышения работоспособности: вода очищает кожу от загрязнения; солнечные лучи убивают различные микробы, благоприятствуют отложению под кожей витамина D и охраняют человека от заболеваний; воздух садов, парков, лесов, содержащий особые вещества (фитонциды), способствует уничтожению микробов, обогащает кровь кислородом.

Использование естественных сил природы в сочетании с физическими упражнениями наиболее благоприятны для детского организма.

Солнце, воздух, вода используются и как самостоятельные средства закаливания организма человека. Они вырабатывают приспособляемость организма к повышенной и пониженной температуре воздуха, воды, к резким и быстрым изменениям метеорологических факторов. Для разностороннего закаливания следует применять все естественные силы природы, наиболее целесообразно сочетая их.

Закаливание имеет и другое значение: оно способствует воспитанию волевых

качеств (смелости, выдержки и др.).

**Физические упражнения** — основное специфическое средство физического воспитания. Это двигательные действия, а также сложные виды двигательной деятельности, отобранные для решения задач физического воспитания. Двигательной деятельностью называют всякую деятельность, характерным компонентом которой является активность двигательного аппарата человека; к сложной двигательной деятельности относится подвижная игра.

Понятие «упражнение» применяется и для обозначения неоднократного выполнения двигательных действий.

При правильной методике проведения физические упражнения способствуют осуществлению физического, нравственного, умственного, эстетического и трудового воспитания, развитию всех психических процессов. **Движения**, входящие в различные виды деятельности, могут оказывать положительное влияние на физическое развитие ребенка.

Эффективность использования средств физического воспитания повышается при правильном сочетании их на разных возрастных этапах. Так, в первые месяцы жизни ребенка наибольшее значение имеют гигиенические факторы и естественные силы природы. В дальнейшем увеличивается роль физических упражнений, а также различных видов деятельности, включающих разнообразные движения.

В настоящее время используется классификация физических упражнений, в основу которой положены исторически сложившиеся системы средств физического воспитания и методов их применения: гимнастика, игры, спорт и туризм. Каждая из этих групп имеет специфическое значение и делится еще на более редкие классификационные подгруппы.

**Гимнастика** в системе физического воспитания занимает значительное место. Она подразделяется на основную (строевые, общеразвивающие упражнения, основные движения), спортивную (акробатика, художественная гимнастика, собственно спортивная на брусках, кольцах и других снарядах, вольные упражнения) и вспомогательную (спортивно-вспомогательная, лечебная и др.).

Специфической особенностью гимнастики является избирательное воздействие на различные части тела, отдельные суставы, мышечные группы и даже на разные стороны их деятельности и состояния (расслабление, растяжение мышц и др.); возможность точной дозировки нагрузки; разнообразие упражнений; использование предметов, снарядов; проведение упражнения под музыкальное сопровождение.

Для детей дошкольного возраста рекомендуется главным образом основная гимнастика и элементы художественной гимнастики.

**Подвижные игры** отличаются от других физических упражнений особенностями организации деятельности занимающихся и руководства ею. В игре деятельность детей организуется на основе образного или условного сюжета, который предусматривает достижение цели в условиях неожиданно изменяющихся ситуаций. Игровая деятельность носит комплексный характер и строится на сочетании различных двигательных действий (бег, прыжки и др.) В игре предоставляется возможность проявлять самостоятельность, находчивость в выборе способа выполнения действия. Внезапные изменения ситуаций по ходу игры обязывают

ребенка решать двигательные задачи в кратчайшие сроки и с полной мобилизацией двигательных способностей (убегать от ловишки). Это помогает закреплению двигательных навыков и развитию физических качеств в постоянно изменяющихся условиях. Ярко выраженная эмоциональность игровых действий позволяет человеку с большим удовольствием и более длительное время выполнять упражнения, что усиливает их влияние на организм, способствует развитию выносливости и приводит к динамичности двигательных навыков.

Между участниками игры возникает взаимная обусловленность поведения, что содействует воспитанию нравственных качеств (взаимопомощь, сознательная дисциплина и др.).

Игры применяются тогда, когда движение освоено и требуется развить умение применять двигательные навыки в различных ситуациях. Кроме того, игры применяют для развития физических качеств, а также для воспитания морально-волевых качеств.

**Спорт** характеризуется достижением в каком-либо виде физических упражнений наивысших результатов, выявляемых в процессе соревнований.

Спорт предъявляет высокие требования к физическим и духовным силам человека, поэтому он доступен лишь с достижением определенного этапа возрастного развития и при условии соответствующей физической подготовленности.

С детьми дошкольного возраста используются лишь спортивные различные виды физических упражнений (лыжи, коньки, санки, велосипед, плавание и др.). Формируя основы техники этих наиболее простых спортивных видов физических упражнений у детей дошкольного возраста, решают главные задачи физического воспитания с учетом возрастных особенностей.

**Туризм** позволяет закреплять двигательные навыки и развивать физические качества в природных условиях. С детьми дошкольного организуются прогулки с использованием различным способов передвижения (пешком, на лыжах, велосипеде и др.). В пути, на остановках могут применяться разнообразные физические упражнения (например, спрыгивание с пеньков, прыжки через канавку, прыжки со скакалкой, упражнения с мячом, подвижные игры и др.). Прогулки организуются тогда, когда упражнение разучено и закреплено в обычных условиях.

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

Для успешной реализации Программы должны быть обеспечены следующие психолого-педагогические условия:

- уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;
- использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям;
- построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
- поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;

- поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;
- возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;
- защита детей от всех форм физического и психического насилия;
- поддержка родителей (законных представителей) в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья, вовлечение семей непосредственно в образовательную деятельность.

## **2.4. Иные характеристики содержания Программы**

### **Основные направления физкультурно-оздоровительной работы**

#### *1. Создание условий*

**I.** организация здоровьесберегающей среды в ДОУ

**II.** выполнение санитарно-гигиенического режима

#### *2. Организационно-методическое и педагогическое направление*

- пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей и педагогов
- изучение передового педагогического и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик
- определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики.

#### *3. Физкультурно-оздоровительное направление*

- решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры. разработаны:
  - модель основного образования воспитанников учреждения в области физической культуры;
  - режимы двигательной активности детей всех возрастных групп;
  - модель оздоровительных мероприятий учреждения (посезонно).

#### ***Региональный компонент***

В дошкольном возрасте формируются предпосылки гражданских качеств, представления о человеке, обществе культуре. Очень важно привить в этом возрасте чувство любви и привязанности к природным и культурным ценностям родного края, так как именно на этой основе воспитывается патриотизм.

Задачи физического развития дошкольного учреждения включают следующее:

- Развивать эмоциональную свободу, физическую выносливость, ловкость через традиционные игры и забавы русского народа;
- Осуществлять комплекс оздоровительных мероприятий с учетом природных и погодных условий региона;
- Совершенствовать физическое развитие детей через национальные праздники русского народа.

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

Важнейшим условием обеспечения целостного развития личности ребёнка является развитие конструктивного взаимодействия с семьёй.

Ведущая цель — создание необходимых условий для формирования

ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей; обеспечение права родителей на уважение и понимание на участие в жизни детского сада.

Участие родителей в реализации Программы	Формы участия
В проведении мониторинговых исследований	<ul style="list-style-type: none"> <li>- анкетирование;</li> <li>- социологический опрос;</li> </ul>
В создании условий	<ul style="list-style-type: none"> <li>- помощь в создании предметно-развивающей среды;</li> </ul>
В просветительской деятельности, направленной на повышение педагогической культуры, расширение информационного поля родителей	<ul style="list-style-type: none"> <li>- наглядная информация (стенды, папки-передвижки, фоторепортажи);</li> <li>- памятки;</li> <li>- создание странички на сайте Учреждения;</li> <li>- консультации, семинары, семинары-практикумы;</li> <li>- распространение опыта семейного воспитания;</li> <li>- мастер-классы;</li> <li>- родительские собрания;</li> </ul>
В воспитательно-образовательном процессе учреждения, направленном на установление сотрудничества и партнерских отношений с родителями в единое образовательное пространство	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Дни открытых дверей;</li> <li>- Дни здоровья;</li> <li>- Мастер-классы;</li> <li>- Совместные праздники, развлечения;</li> <li>- Встречи с интересными людьми;</li> <li>- Участие в конкурсах;</li> <li>- Мероприятия с родителями в рамках проектной деятельности.</li> </ul>

### III. Организационный раздел

#### 3.1. Планирование образовательной деятельности

Организованная образовательная деятельность по физическому развитию детей осуществляется в соответствии с учебным планом.

Содержание образовательной области реализуется в двигательной деятельности на занятиях (организованной образовательной деятельности): ООД «Физическая культура».

**Объем нагрузки на образовательную деятельность** определен в соответствии СанПин 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

ООД по физической культуре согласно ООП МДОУ «Д/с № 102» для воспитанников в возрасте от 3 до 7 лет организуется 3 раза в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:

- в младшей группе - 15 мин.;
- в средней группе - 20 мин.;
- в старшей группе - 25 мин.;
- в подготовительной группе - 30 мин.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях организованная образовательная деятельность по физической культуре осуществляется на открытом воздухе.

Для детей 3-5 лет занятия по физической культуре проводятся 3 раза в неделю в физкультурном зале. Для детей 5 - 7 лет организуются 3 раза в неделю: 2- в физкультурном зале и 1 - на открытом воздухе, при отсутствии медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

Возрастная группа	Количество занятий в неделю	Количество занятий в месяц	Количество занятий в год
2 младшая группа	3	12	108
Средняя группа	3	12	108
Старшая группа	3	12	108
Подготов. группа	3	12	108

Тематический принцип построения образовательного процесса позволяет органично вводить региональные и культурные компоненты, учитывать специфику Организации. Примерное комплексно-тематическое планирование образовательной деятельности и культурно - досуговой деятельности по возрастам.

#### 3.2. Календарно - тематическое планирование

Сен тябр ь	Детский	1. Наш детский сад	Досуги и конкурсы
		2. Неделя здоровья	<b>Кросс нации</b>



	сад	3. Кто заботится о детях в детском саду / Профессий хороших на свете немало...	2 неделя: «Здравствуй, детский сад!»(2мл)
		4. Наши игрушки / Транспорт. ПДД	4 неделя: «Красный, желтый, зеленый» (ср, подг. гр.)
Октябрь	Осень в гости к нам пришла	1. Осень в лесу	«Папа, мама, я - спортивная семья» (все группы)
		2. Овощи, фрукты / Осень в деревне	
		3. Одежда. Обувь. Головные уборы	
		4. Семья / Где родился - там и пригодился! (патриотическое воспитание)	
Ноябрь	Я в мире человека	1. Неделя сказки	Развлечение по пожарной безопасности «Пожарные» (подг.гр.) «Поездка в зоопарк» (2мл.гр. ср.гр)
		2. Домашние животные и их детёныши/Обитатели рек, морей, океанов	
		3. Мир предметов / Музей вещей.	
		4. Дом в котором я живу / Мебель. Бытовые приборы	
		5. Мама - первое слово	
Декабрь	Здравствуй Зимушка Зима!	1. Зима / В царстве Снежной королевы	Викторина «Зимние виды спорта» (подг.гр.)
		2. Дикие животные зимой / Животные холодных стран и континентов	
		3. Ёлка наряжается, праздник приближается / Пожарная безопасность дома	Досуг «В гостях у мишки» (2мл.гр. ср.гр.)
		4. Самый весёлый праздник - Новый год!	
Январь	Наши традиции	1. В здоровом теле - здоровый дух	« Зимние забавы» (2мл.гр, ср.гр.) «Весёлые эстафеты» (подг.гр)
		2. Зимние забавы / Растительный и животный мир Пармы. Заповедники.	
		3. Дом. Посуда / Декоративноприкладное искусство России	
Февраль	Защитники Отечества	1. Моя семья / Кто мы? Откуда? Г де наши корни?	<b>Лыжня России</b> Музыкально - спортивный досуг «Папа, бабушка и я - защитим страну»
		2. Сказки А.С. Пушкина	
		3. Транспорт / Службы 01, 02, 03 всегда на страже	
		4. Мой папа самый лучший! / Слава защитникам Отечества!	
Март	Народная культура и традиции	1. Мамочка любимая / Моя мама лучше всех. Женские профессии	Развлечение «Проводы Зимы» (все группы)
		2. Весна - красна	
		3. Неделя поэзии, театра, музыки	
		4. Свойства материалов	

Апрель	Земля - наш общий дом	1. Неделя здоровья. Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья	<b>Лыжные гонки</b>  «День космонавтики» (ср, подг.гр) «Путешествие в лес» (2 мл.гр.)
		2. Весна шагает по планете / Земля - наш общий дом. Космос.	
		3. Деревья. Кустарники. Цветы. Комнатные растения / Разнообразие	
		4. Неделя безопасного поведения	
Май	Мир вокруг нас	1. Взрослые и дети/ День Победы!	Праздник «День Победы» (все группы)
		2. Мой город /	
		3. Животные жарких стран и континентов/Давайте сохраним природу!	
		4. Весна. Птицы. Насекомые. / Внимание дорога!	

### 3.3. РППС по физическому воспитанию в ДОУ

В ДОУ «Д/с № 102 общеразвивающего вида» есть оборудованный спортивный зал и спортивно-игровая уличная площадка.

#### *Предметно-развивающая среда спортивного зала:*

Музыкальный центр 1  
Спортивный комплекс «Карусель» 2  
Детские тренажеры 8  
Шведская стенка 2  
Скамья гимнастическая 4  
Мягкие модули (набор) 2  
Маты гимнастические 6  
Мяч гимнастический 18  
Бревно гимнастическое 2  
Корзина баскетбольная 2  
Велосипед детский 5  
Самокат 5  
Санки 4  
Ледянки 20  
Лыжи детские 30 пар  
Лыжные ботинки детские 30 пар  
Мяч баскетбольный 25  
Мяч футбольный 25  
Мяч волейбольный 25  
Мяч резиновый 25  
Мяч малый резиновый 50  
Мяч малый пластиковый 200  
Поворотные стойки 15  
Фишки ограничительные (набор) 2  
Ролик гимнастический 18  
Воротца металлические 8  
Стойка для перешагивания /перепрыгивания 3  
Палка гимнастическая 30  
Скакалка 30  
Ленточки для ОРУ 60  
Косички для ОРУ 60  
Кольцеброс 6  
Кегли 50  
Султанчики 50  
Флажки 30  
Дорожки массажные 10 Фрисби 20  
Теннис настольный (набор) 5 Ключка хоккейная 20 Обруч большой 30 Обруч малый 30 Коврик гимнастический 25 Тоннель 2 Канат 2  
Мешочки для метания 30