

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 60 комбинированного вида Кировского района  
Санкт – Петербурга

**ПРИНЯТА:**

Решением Педагогического совета ОУ  
Протокол № 3  
от «28» августа 2025

**УТВЕРЖДЕНА:**

Руководителем ОУ Н.В. Еникеевой  
Приказ №43 п 1.6 от «29» августа 2025

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по реализации

Образовательной программы дошкольного образования  
Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
детский сад №60 комбинированного вида  
Кировского района Санкт-Петербурга

**Инструктора по физической культуре:**

Ковшевной Ирины Викторовны

на 2025-2026 учебный год

Санкт – Петербург  
2025

## СОДЕРЖАНИЕ

1.	<b>ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ</b>	3
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Цели и задачи реализации Программы	3
1.3	Принципы и подходы к формированию Программы	4
1.4	Значимые для разработки и реализации Программы характеристики	5
1.5	Возрастные особенности развития	5
1.6	Планируемые результаты освоения/реализации Программы	11
1.7	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	17
2	<b>СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	19
2.1	Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в 5 областях ФОП ДО	19
2.2	Комплексно – тематическое планирование развлечений	35
2.3	Перспективное планирование работы	36
2.4	Вариативные формы, методы и средства реализации программы	81
2.5	Образовательная деятельность: занятия и культурные практики	84
2.6	Формирование самостоятельности и поддержка детской инициативы	85
2.7	Взаимодействие педагогического коллектива с семьями воспитанников	89
2.8	Рабочая программа воспитания	89
2.8.1	Цели и задачи воспитания	89
2.8.2	Направление воспитания	90
2.8.3	Целевые ориентиры воспитания	91
2.9	Традиционные события, праздники, памятные даты, мероприятия	93
2.10	План воспитательной работы сада	100
3	<b>ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ</b>	105
3.1	Психолого – педагогические условия реализации Программы	105
3.2	Организация развивающей предметно-пространственной среды	106
3.3	Материально-техническое обеспечение	106
3.4	Расписание занятий	107
3.5	Режимы дня	108
3.6	Оздоровительная работа	113
3.7	Федеральный календарный план воспитательной работы	119
3.8	Перечень литературных источников	121
4	Краткая презентация Программы	122

# **1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ**

## **1.1 Пояснительная записка**

Настоящая Рабочая программа разработана на основе Образовательной программы дошкольного образования (далее – ОП ДО) Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 60 комбинированного вида Кировского района Санкт-Петербурга (далее – Образовательное учреждение, ОУ, образовательная организация, ОО, Дошкольная образовательная организация, ДОО) и в соответствии с «Положением о рабочей программе педагога»

А также в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (далее – ФГОС ДО) и федеральной образовательной программой дошкольного образования (приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования»).

Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений, представлена парциальными образовательными программами:

- В.Г. Алямовской «Как воспитать здорового ребенка».

Рабочая программа разработана для детей дошкольного возраста от 3 до 7 лет.  
на 2025-2026 учебный год.

Разработчик Рабочей программы – инструктор по физической культуре высшей квалификационной категории Ковшевая Ирина Викторовна.

Рабочая программа направлена на:

- создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности.

Реализация Рабочей программы осуществляется ежедневно в течение всего учебного года в процессе:

- организованной образовательной деятельности с детьми;
- организованной досуговой деятельности;
- в процессе взаимодействия с семьями воспитанников.

Срок реализации Рабочей программы 1 год.

## **1.2 Цели и задачи реализации Программы**

Целью Образовательной программы дошкольного образования является разностороннее развитие ребёнка в период дошкольного детства с учётом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей русского народа, исторических и национально-культурных традиций.

К традиционным русским духовно-нравственным ценностям относятся, прежде всего, жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, служение Отечеству и ответственность за его судьбу, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм,

милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России<sup>1</sup>.

### **ЗАДАЧИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Цель программы достигается через решение следующих задач:

- обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;
- приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям русского народа – жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей;
- построение (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учёта возрастных и индивидуальных особенностей развития;
- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учётом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребёнка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности;

достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования.

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

Программа построена на следующих принципах ДО, установленных ФГОС ДО:

- 1) полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возрастов), обогащение (амплификация) детского развития;
- 2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- 3) содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей

---

<sup>1</sup> Пункт 5 Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей, утверждённых Указом Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2022, № 46, ст. 7977).

младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников<sup>2</sup> (далее вместе – взрослые);

- 4) признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- 5) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- 6) сотрудничество ДОО с семьей;
- 7) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- 8) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в различных видах деятельности;
- 9) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- 10) учёт этнокультурной ситуации развития детей.

## **1.4 ЗНАЧИМЫЕ ДЛЯ РАЗРАБОТКИ И РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ХАРАКТЕРИСТИКИ**

### **Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей**

Содержание Программы учитывает возрастные и индивидуальные особенности контингента детей.

Комплектование групп осуществлено детьми по возрастному принципу. По наполняемости группы соответствуют требованиям СанПин.

Организация детской жизнедеятельности осуществляется с учетом возраста, пола и состояния здоровья.

При составлении комплексно-тематического планирования, учитываются гендерные особенности.

### **Дополнительные значимые характеристики**

Особенности	Содержание
Климатические	Сезонность в образовательном процессе
Национально-культурные	Поликультурность, толерантность, этническая самооценность.
Демографические	Наполняемость и состав групп в Образовательном учреждении
Географические	Осознание принадлежности к Санкт-Петербургу как к культурной столице.

## **1.5 ХАРАКТЕРИСТИКИ ВОЗРАСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ**

### **Младшая группа (от 3 до 4 лет)**

В возрасте 3–4 лет ребенок постепенно выходит за пределы семейного круга. Его общение становится внеситуативным. Взрослый становится для ребенка не только членом семьи, но и носителем определенной общественной функции. Желание ребенка выполнять

---

<sup>2</sup> Пункт 21 статьи 2 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 53, ст. 7598).

такую же функцию приводит к противоречию с его реальными возможностями. Это противоречие разрешается через развитие игры, которая становится ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте.

Главной особенностью игры является ее условность: выполнение одних действий с одними предметами предполагает их отнесенность к другим действиям с другими предметами. Основным содержанием игры младших дошкольников являются действия с игрушками и предметами-заместителями.

Продолжительность игры небольшая. Младшие дошкольники ограничиваются игрой с одной-двумя ролями и простыми, неразвернутыми сюжетами.

Игры с правилами в этом возрасте только начинают формироваться.

Изобразительная деятельность ребенка зависит от его представлений о предмете. В этом возрасте они только начинают формироваться.

Графические образы бедны. У одних детей в изображениях отсутствуют детали, у других рисунки могут быть более детализированы. Дети уже могут использовать цвет.

Большое значение для развития мелкой моторики имеет лепка.

Младшие дошкольники способны под руководством взрослого вылепить простые предметы.

Известно, что аппликация оказывает положительное влияние на развитие восприятия. В этом возрасте детям доступны простейшие виды аппликации.

Конструктивная деятельность в младшем дошкольном возрасте ограничена возведением несложных построек по образцу и по замыслу.

В младшем дошкольном возрасте развивается перцептивная деятельность. Дети от использования предэталонов – индивидуальных единиц восприятия, переходят к сенсорным эталонам – культурно выработанным средствам восприятия. К концу младшего дошкольного возраста дети могут воспринимать до 5 и более форм предметов и до 7 и более цветов, способны дифференцировать предметы по величине, ориентироваться в пространстве группы детского сада, а при определенной организации образовательного процесса – и в помещении всего дошкольного учреждения.

Развиваются память и внимание. По просьбе взрослого дети могут запомнить 3–4 слова и 5–6 названий предметов. К концу младшего дошкольного возраста они способны запомнить значительные отрывки из любимых произведений.

Продолжает развиваться наглядно-действенное мышление. При этом преобразования ситуаций в ряде случаев осуществляются на основе целенаправленных проб с учетом желаемого результата. Дошкольники способны установить некоторые скрытые связи и отношения между предметами.

В младшем дошкольном возрасте начинает развиваться воображение, которое особенно наглядно проявляется в игре, когда одни объекты выступают в качестве заместителей других.

Взаимоотношения детей обусловлены нормами и правилами. В результате целенаправленного воздействия они могут усвоить относительно большое количество норм, которые выступают основанием для оценки собственных действий и действий других детей.

Взаимоотношения детей ярко проявляются в игровой деятельности. Они скорее играют рядом, чем активно вступают во взаимодействие. Однако уже в этом возрасте могут наблюдаться устойчивые избирательные взаимоотношения. Конфликты между детьми возникают преимущественно по поводу игрушек. Положение ребенка в группе сверстников во многом определяется мнением воспитателя.

В младшем дошкольном возрасте можно наблюдать соподчинение мотивов поведения в относительно простых ситуациях. Сознательное управление поведением только начинает складываться; во многом поведение ребенка еще ситуативно. Вместе с тем можно наблюдать и случаи ограничения собственных побуждений самим ребенком, сопровождаемые словесными указаниями. Начинает развиваться самооценка, при этом

дети в значительной мере ориентируются на оценку воспитателя. Продолжает развиваться также их половая идентификация, что проявляется в характере выбираемых игрушек и сюжетов.

### **Средняя группа (от 4 до 5 лет)**

В игровой деятельности детей среднего дошкольного возраста появляются ролевые взаимодействия. Они указывают на то, что дошкольники начинают отделять себя от принятой роли. В процессе игры роли могут меняться. Игровые действия начинают выполняться не ради них самих, а ради смысла игры. Происходит разделение игровых и реальных взаимодействий детей.

Значительное развитие получает изобразительная деятельность. Рисунок становится предметным и детализированным. Графическое изображение человека характеризуется наличием туловища, глаз, рта, носа, волос, иногда одежды и ее деталей. Совершенствуется техническая сторона изобразительной деятельности. Дети могут рисовать основные геометрические фигуры, вырезать ножницами, наклеивать изображения на бумагу и т. д.

Усложняется конструирование. Постройки могут включать 5–6 деталей. Формируются навыки конструирования по собственному замыслу, а также планирование последовательности действий.

Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений. Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники, удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Усложняются игры с мячом.

К концу среднего дошкольного возраста восприятие детей становится более развитым. Они оказываются способными назвать форму, на которую похож тот или иной предмет. Могут вычленять в сложных объектах простые формы и из простых форм воссоздавать сложные объекты. Дети способны упорядочить группы предметов по сенсорному признаку — величине, цвету; выделить такие параметры, как высота, длина и ширина. Совершенствуется ориентация в пространстве.

Возрастает объем памяти. Дети запоминают до 7–8 названий предметов. Начинает складываться произвольное запоминание: дети способны принять задачу на запоминание, помнят поручения взрослых, могут выучить небольшое стихотворение и т. д.

Начинает развиваться образное мышление. Дети способны использовать простые схематизированные изображения для решения несложных задач. Дошкольники могут строить по схеме, решать лабиринтные задачи.

Развивается предвосхищение. На основе пространственного расположения объектов дети могут сказать, что произойдет в результате их взаимодействия. Однако при этом им трудно встать на позицию другого наблюдателя и во внутреннем плане совершить мысленное преобразование образа.

Для детей этого возраста особенно характерны известные феномены Ж. Пиаже: сохранение количества, объема и величины. Например, если им предъявить три черных кружка из бумаги и семь белых кружков из бумаги и спросить: «Каких кружков больше — черных или белых?», большинство ответят, что белых больше. Но если спросить: «Каких больше — белых или бумажных?», ответ будет таким же — больше белых.

Продолжает развиваться воображение. Формируются такие его особенности, как оригинальность и произвольность. Дети могут самостоятельно придумать небольшую сказку на заданную тему.

Увеличивается устойчивость внимания. Ребенку оказывается доступной сосредоточенная деятельность в течение 15–20 минут. Он способен удерживать в памяти при выполнении каких-либо действий несложное условие.

В среднем дошкольном возрасте улучшается произношение звуков и дикция. Речь становится предметом активности детей. Они удачно имитируют голоса животных, интонационно выделяют речь тех или иных персонажей. Интерес вызывают ритмическая структура речи, рифмы.

Развивается грамматическая сторона речи. Дошкольники занимаются словотворчеством на основе грамматических правил. Речь детей при взаимодействии друг с другом носит ситуативный характер, а при общении с взрослым становится внеситуативной.

Изменяется содержание общения ребенка и взрослого. Оно выходит за пределы конкретной ситуации, в которой оказывается ребенок. Ведущим становится познавательный мотив. Информация, которую ребенок получает в процессе общения, может быть сложной и трудной для понимания, но она вызывает у него интерес. У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к повышенной обидчивости на замечания. Повышенная обидчивость представляет собой возрастной феномен.

Взаимоотношения со сверстниками характеризуются избирательностью, которая выражается в предпочтении одних детей другим. Появляются постоянные партнеры по играм. В группах начинают выделяться лидеры. Появляются конкурентность, соревновательность. Последняя важна для сравнения себя с другим, что ведет к развитию образа Я ребенка, его детализации.

Основные достижения возраста связаны с развитием игровой деятельности; появлением ролевых и реальных взаимодействий; с развитием изобразительной деятельности; конструированием по замыслу, планированием; совершенствованием восприятия, развитием образного мышления и воображения, эгоцентричностью познавательной позиции; развитием памяти, внимания, речи, познавательной мотивации; формированием потребности в уважении со стороны взрослого, появлением обидчивости, конкурентности, соревновательности со сверстниками; дальнейшим развитием образа Я ребенка, его детализацией.

### **Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

Дети шестого года жизни уже могут распределять роли до начала игры и строить свое поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей и по содержанию, и интонационно взятой роли. Речь, сопровождающая реальные отношения детей, отличается от ролевой речи. Дети начинают осваивать социальные отношения и понимать подчиненность позиций в различных видах деятельности взрослых, одни роли становятся для них более привлекательными, чем другие. При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные с субординацией ролевого поведения. Наблюдается организация игрового пространства, в котором выделяются смысловой «центр» и «периферия». (В игре «Больница» таким центром оказывается кабинет врача, в игре «Парикмахерская» — зал стрижки, а зал ожидания выступает в качестве периферии игрового пространства). Действия детей в играх становятся разнообразными.

Развивается изобразительная деятельность детей. Это возраст наиболее активного рисования. В течение года дети способны создать до двух тысяч рисунков. Рисунки могут быть самыми разными по содержанию: это и жизненные впечатления детей, и воображаемые ситуации, и иллюстрации к фильмам и книгам. Обычно рисунки представляют собой схематичные изображения различных объектов, но могут отличаться оригинальностью композиционного решения, передавать статичные и динамичные отношения. Рисунки приобретают сюжетный характер; достаточно часто встречаются многократно повторяющиеся сюжеты с небольшими или, напротив, существенными изменениями. Изображение человека становится более детализированным и



пропорциональным. По рисунку можно судить о половой принадлежности и эмоциональном состоянии изображенного человека.

Конструирование характеризуется умением анализировать условия, в которых протекает эта деятельность. Дети используют и называют различные детали деревянного конструктора. Могут заменить детали постройки в зависимости от имеющегося материала. Овладевают обобщенным способом обследования образца. Дети способны выделять основные части предполагаемой постройки. Конструктивная деятельность может осуществляться на основе схемы, по замыслу и по условиям. Появляется конструирование в ходе совместной деятельности. Дети могут конструировать из бумаги, складывая ее в несколько раз (два, четыре, шесть сгибаний); из природного материала. Они осваивают два способа конструирования: 1) от природного материала к художественному образу (ребенок «достраивает» природный материал до целостного образа, дополняя его различными деталями); 2) от художественного образа к природному материалу (ребенок подбирает необходимый материал, для того чтобы воплотить образ).

Продолжает совершенствоваться восприятие цвета, формы и величины, строения предметов; систематизируются представления детей. Они называют не только основные цвета и их оттенки, но и промежуточные цветовые оттенки; форму прямоугольников, овалов, треугольников. Воспринимают величину объектов, легко выстраивают в ряд – по возрастанию или убыванию – до 10 различных предметов.

Однако дети могут испытывать трудности при анализе пространственного положения объектов, если сталкиваются с несоответствием формы и их пространственного расположения. Это свидетельствует о том, что в различных ситуациях восприятие представляет для дошкольников известные сложности, особенно если они должны одновременно учитывать несколько различных и при этом противоположных признаков.

В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Дети способны не только решить задачу в наглядном плане, но и совершить преобразования объекта, указать, в какой последовательности объекты вступят во взаимодействие и т. д. Однако подобные решения окажутся правильными только в том случае, если дети будут применять адекватные мыслительные средства. Среди них можно выделить схематизированные представления, которые возникают в процессе наглядного моделирования; комплексные представления, отражающие представления детей о системе признаков, которыми могут обладать объекты, а также представления, отражающие стадии преобразования различных объектов и явлений (представления о цикличности изменений): представления о смене времен года, дня и ночи, об увеличении и уменьшении объектов в результате различных воздействий, представления о развитии и т. д.

Кроме того, продолжают совершенствоваться обобщения, что является основой словесно-логического мышления. В дошкольном возрасте у детей еще отсутствуют представления о классах объектов. Дети группируют объекты по признакам, которые могут изменяться, однако начинают формироваться операции логического сложения и умножения классов. Так, например, старшие дошкольники при группировке объектов могут учитывать два признака: цвет и форму (материал) и т. д.

Как показали исследования отечественных психологов, дети старшего дошкольного возраста способны рассуждать и давать адекватные причинные объяснения, если анализируемые отношения не выходят за пределы их наглядного опыта.

Развитие воображения в этом возрасте позволяет детям сочинять достаточно оригинальные и последовательно разворачивающиеся истории. Воображение будет активно развиваться лишь при условии проведения специальной работы по его активизации.

Продолжают развиваться устойчивость, распределение, переключаемость внимания. Наблюдается переход от непроизвольного к произвольному вниманию.

Продолжает совершенствоваться речь, в том числе ее звуковая сторона. Дети могут правильно воспроизводить шипящие, свистящие и сонорные звуки. Развиваются фонематический слух, интонационная выразительность речи при чтении стихов в сюжетно-ролевой игре и в повседневной жизни.

Совершенствуется грамматический строй речи. Дети используют практически все части речи, активно занимаются словотворчеством. Богаче становится лексика: активно используются синонимы и антонимы.

Развивается связная речь. Дети могут пересказывать, рассказывать по картинке, передавая не только главное, но и детали.

Достижения этого возраста характеризуются распределением ролей в игровой деятельности; структурированием игрового пространства; дальнейшим развитием изобразительной деятельности, отличающейся высокой продуктивностью; применением в конструировании обобщенного способа обследования образца; усвоением обобщенных способов изображения предметов одинаковой формы.

Восприятие в этом возрасте характеризуется анализом сложных форм объектов; развитие мышления сопровождается освоением мыслительных средств (схематизированные представления, комплексные представления, представления о цикличности изменений); развиваются умение обобщать, причинное мышление, воображение, произвольное внимание, речь, образ Я.

### **Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)**

В сюжетно-ролевых играх дети подготовительной к школе группы начинают осваивать сложные взаимодействия людей, отражающие характерные значимые жизненные ситуации, например, свадьбу, рождение ребенка, болезнь, трудоустройство и т. д. Игровые действия детей становятся более сложными, обретают особый смысл, который не всегда открывается взрослому. Игровое пространство усложняется. В нем может быть несколько центров, каждый из которых поддерживает свою сюжетную линию. При этом дети способны отслеживать поведение партнеров по всему игровому пространству и менять свое поведение в зависимости от места в нем. Так, ребенок уже обращается к продавцу не просто как покупатель, а как покупатель-мама или покупатель-шофер и т. п. Исполнение роли акцентируется не только самой ролью, но и тем, в какой части игрового пространства эта роль воспроизводится. Например, исполняя роль водителя автобуса, ребенок командует пассажирами и подчиняется инспектору ГИБДД. Если логика игры требует появления новой роли, то ребенок может по ходу игры взять на себя новую роль, сохранив при этом роль, взятую ранее. Дети могут комментировать исполнение роли тем или иным участником игры.

Образы из окружающей жизни и литературных произведений, передаваемые детьми в изобразительной деятельности, становятся сложнее.

Рисунки приобретают более детализированный характер, обогащается их цветовая гамма. Более явными становятся различия между рисунками мальчиков и девочек. Мальчики охотно изображают технику, космос, военные действия и т. п. Девочки обычно рисуют женские образы: принцесс, балерин, моделей и т. д. Часто встречаются и бытовые сюжеты: мама и дочка, комната и т. д.

Изображение человека становится еще более детализированным и пропорциональным. Появляются пальцы на руках, глаза, рот, нос, брови, подбородок. Одежда может быть украшена различными деталями. При правильном педагогическом подходе у дошкольников формируются художественно-творческие способности в изобразительной деятельности.

К подготовительной к школе группе дети в значительной степени осваивают конструирование из строительного материала. Они свободно владеют обобщенными способами анализа как изображений, так и построек; не только анализируют основные

конструктивные особенности различных деталей, но и определяют их форму на основе сходства со знакомыми им объемными предметами. Свободные постройки становятся симметричными и пропорциональными, их строительство осуществляется на основе зрительной ориентировки. Дети быстро и правильно подбирают необходимый материал. Они достаточно точно представляют себе последовательность, в которой будет осуществляться постройка, и материал, который понадобится для ее выполнения; способны выполнять различные по степени сложности постройки как по собственному замыслу, так и по условиям.

В этом возрасте дети уже могут освоить сложные формы сложения из листа бумаги и придумывать собственные, но этому их нужно специально обучать. Данный вид деятельности не просто доступен детям – он важен для углубления их пространственных представлений.

Усложняется конструирование из природного материала. Дошкольникам уже доступны целостные композиции по предварительному замыслу, которые могут передавать сложные отношения, включать фигуры людей и животных.

У детей продолжает развиваться восприятие, однако они не всегда могут одновременно учитывать несколько различных признаков.

Развивается образное мышление, однако воспроизведение метрических отношений затруднено. Это легко проверить, предложив детям воспроизвести на листе бумаги образец, на котором нарисованы девять точек, расположенных не на одной прямой. Как правило, дети не воспроизводят метрические отношения между точками: при наложении рисунков друг на друга точки детского рисунка не совпадают с точками образца.

Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они в значительной степени ограничиваются наглядными признаками ситуации.

Продолжает развиваться воображение, однако часто приходится констатировать снижение развития воображения в этом возрасте в сравнении со старшей группой. Это можно объяснить различными влияниями, в том числе и средств массовой информации, приводящими к стереотипности детских образов.

Продолжает развиваться внимание дошкольников, оно становится произвольным. В некоторых видах деятельности время произвольного сосредоточения достигает 30 минут.

У дошкольников продолжает развиваться речь: ее звуковая сторона, грамматический строй, лексика. Развивается связная речь. В высказываниях детей отражаются как расширяющийся словарь, так и характер обобщений, формирующихся в этом возрасте. Дети начинают активно употреблять обобщающие существительные, синонимы, антонимы, прилагательные и т. д.

В результате правильно организованной образовательной работы у детей развиваются диалогическая и некоторые виды монологической речи.

В подготовительной к школе группе завершается дошкольный возраст. Его основные достижения связаны с освоением мира вещей как предметов человеческой культуры; освоением форм позитивного общения с людьми; развитием половой идентификации, формированием позиции школьника.

К концу дошкольного возраста ребенок обладает высоким уровнем познавательного и личностного развития, что позволяет ему в дальнейшем успешно учиться в школе.

## **1.6 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ/ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

**Планируемые результаты в дошкольном возрасте (к четырем годам):**

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

- ребёнок 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 упражнения под музыку;
- ребёнок демонстрирует 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;
- ребёнок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и тому подобное, соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье;
- ребёнок проявляет доверие к миру, положительно оценивает себя, говорит о себе в первом лице;
- ребёнок откликается эмоционально на ярко выраженное состояние близких и сверстников по показу и побуждению взрослых; дружелюбно настроен в отношении других детей;
- ребёнок владеет элементарными нормами и правилами поведения, связанными с определенными разрешениями и запретами («можно», «нельзя»), демонстрирует стремление к положительным поступкам;
- ребёнок демонстрирует интерес к сверстникам в повседневном общении и бытовой деятельности, владеет элементарными средствами общения в процессе взаимодействия со сверстниками;
- ребёнок проявляет интерес к правилам безопасного поведения; осваивает безопасные способы обращения со знакомыми предметами ближайшего окружения;
- ребёнок охотно включается в совместную деятельность со взрослым, подражает его действиям, отвечает на вопросы взрослого и комментирует его действия в процессе совместной деятельности;
- ребёнок понимает содержание литературных произведений и участвует в их драматизации, рассматривает иллюстрации в книгах, запоминает небольшие потешки, стихотворения, эмоционально откликается на них;
- ребёнок знает об объектах ближайшего окружения: о родном населенном пункте, его названии, достопримечательностях и традициях;
- ребёнок имеет представление о разнообразных объектах живой и неживой природы ближайшего окружения, выделяет их отличительные особенности и свойства, различает времена года и характерные для них явления природы, имеет представление о сезонных изменениях в жизни животных, растений и человека, интересуется природой, положительно относится ко всем живым существам, знает о правилах поведения в природе, заботится о животных и растениях, не причиняет им вред;
- ребёнок с интересом вслушивается в музыку, запоминает и узнает знакомые произведения, проявляет эмоциональную отзывчивость, различает музыкальные ритмы, передает их в движении;
- ребёнок активно взаимодействует со сверстниками в игре, принимает на себя роль и действует от имени героя, строит ролевые высказывания, использует предметы-заместители, разворачивает несложный игровой сюжет из нескольких эпизодов;

- ребёнок в дидактических играх действует в рамках правил, в театрализованных играх разыгрывает отрывки из знакомых сказок, рассказов, передает интонацию и мимические движения.

**Планируемые результаты в дошкольном возрасте (к пяти годам):**

- ребёнок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности;
- ребёнок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;
- ребёнок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;
- ребёнок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации;
- ребёнок выполняет самостоятельно правила общения со взрослым, внимателен к его словам и мнению, стремится к познавательному, интеллектуальному общению со взрослыми: задает много вопросов поискового характера, стремится к одобряемым формам поведения, замечает ярко выраженное эмоциональное состояние окружающих людей, по примеру педагога проявляет сочувствие;
- ребёнок без напоминания взрослого здоровается и прощается, говорит «спасибо» и «пожалуйста»;
- ребёнок демонстрирует стремление к общению со сверстниками, по предложению педагога может договориться с детьми, стремится к самовыражению в деятельности, к признанию и уважению сверстников;
- ребёнок познает правила безопасного поведения и стремится их выполнять в повседневной жизни;
- ребёнок самостоятелен в самообслуживании;
- ребёнок проявляет познавательный интерес к труду взрослых, профессиям, технике; отражает эти представления в играх;
- ребёнок стремится к выполнению трудовых обязанностей, охотно включается в совместный труд со взрослыми или сверстниками;
- ребёнок способен рассказать о предмете, его назначении и особенностях, о том, как он был создан;
- ребёнок проявляет стремление к общению со сверстниками в процессе познавательной деятельности, осуществляет обмен информацией; охотно сотрудничает со взрослыми не только в совместной деятельности, но и в свободной самостоятельной; отличается высокой активностью и любознательностью;
- ребёнок задает много вопросов поискового характера, включается в деятельность экспериментирования, использует исследовательские действия, предпринимает попытки сделать логические выводы;
- ребёнок с удовольствием рассказывает о себе, своих желаниях, достижениях, семье, семейном быте, традициях; активно участвует в мероприятиях и праздниках,

готовящихся в группе, в ДОО, имеет представления о малой родине, названии населенного пункта, улицы, некоторых памятных местах;

- ребёнок владеет количественным и порядковым счетом в пределах пяти, умением непосредственно сравнивать предметы по форме и величине, различает части суток, знает их последовательность, понимает временную последовательность «вчера, сегодня, завтра», ориентируется от себя в движении; использует математические представления для познания окружающей действительности;
- ребёнок использует накопленный художественно-творческий опыт в самостоятельной деятельности, с желанием участвует в культурно-досуговой деятельности (праздниках, развлечениях и других видах культурно-досуговой деятельности);
- ребёнок называет роль до начала игры, обозначает новую роль по ходу игры, активно использует предметы-заместители, предлагает игровой замысел и проявляет инициативу в развитии сюжета, активно включается в ролевой диалог, проявляет творчество в создании игровой обстановки;
- ребёнок принимает игровую задачу в играх с правилами, проявляет интерес к результату, выигрышу; ведет негромкий диалог с игрушками, комментирует их «действия» в режиссерских играх.

#### **Планируемые результаты в дошкольном возрасте (к шести годам):**

- ребёнок 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;
- ребёнок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявить творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;
- ребёнок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;
- ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;
- ребёнок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих;
- ребёнок настроен положительно по отношению к окружающим, охотно вступает в общение со взрослыми и сверстниками, проявляет сдержанность по отношению к незнакомым людям, при общении со взрослыми и сверстниками ориентируется на общепринятые нормы и правила культуры поведения, проявляет в поведении уважение и привязанность к родителям (законным представителям), демонстрирует уважение к педагогам, интересуется жизнью семьи и ДОО;
- ребёнок способен различать разные эмоциональные состояния взрослых и сверстников, учитывает их в своем поведении, откликается на просьбу помочь, в оценке поступков опирается на нравственные представления;

- ребёнок владеет представлениями о безопасном поведении, соблюдает правила безопасного поведения в разных видах деятельности, демонстрирует умения правильно и безопасно пользоваться под присмотром взрослого бытовыми предметами и приборами, безопасного общения с незнакомыми животными, владеет основными правилами безопасного поведения на улице;
- ребёнок регулирует свою активность в деятельности, умеет соблюдать очередность и учитывать права других людей, проявляет инициативу в общении и деятельности, задает вопросы различной направленности, слушает и понимает взрослого, действует по правилу или образцу в разных видах деятельности, способен к произвольным действиям;
- ребёнок проявляет инициативу и самостоятельность в процессе придумывания загадок, сказок, рассказов, владеет первичными приемами аргументации и доказательства, демонстрирует богатый словарный запас, безошибочно пользуется обобщающими словами и понятиями, самостоятельно пересказывает рассказы и сказки, проявляет избирательное отношение к произведениям определенной тематики и жанра;
- ребёнок испытывает познавательный интерес к событиям, находящимся за рамками личного опыта, фантазирует, предлагает пути решения проблем, имеет представления о социальном, предметном и природном мире; ребёнок устанавливает закономерности причинно-следственного характера, приводит логические высказывания; проявляет любознательность;
- ребёнок использует математические знания, способы и средства для познания окружающего мира; способен к произвольным умственным действиям; логическим операциям анализа, сравнения, обобщения, систематизации, классификации и другим, оперируя предметами разными по величине, форме, количеству; владеет счетом, ориентировкой в пространстве и времени;
- ребёнок проявляет познавательный интерес к населенному пункту, в котором живет, знает некоторые сведения о его достопримечательностях, событиях городской и сельской жизни; знает название своей страны, её государственные символы;
- ребёнок имеет представление о живой природе разных регионов России, может классифицировать объекты по разным признакам; имеет представление об особенностях и потребностях живого организма, изменениях в жизни природы в разные сезоны года, соблюдает правила поведения в природе, ухаживает за растениями и животными, бережно относится к ним;
- ребёнок принимает активное участие в праздничных программах и их подготовке; взаимодействует со всеми участниками культурно-досуговых мероприятий;
- ребёнок согласовывает свои интересы с интересами партнеров в игровой деятельности, умеет предложить и объяснить замысел игры, комбинировать сюжеты на основе разных событий, создавать игровые образы, управлять персонажами в режиссерской игре;
- ребёнок проявляет интерес к игровому экспериментированию, развивающим и познавательным играм, в играх с готовым содержанием и правилами действует в точном соответствии с игровой задачей и правилами.

**Планируемые результаты на этапе завершения освоения Образовательной программы дошкольного образования (к концу дошкольного возраста):**

- у ребёнка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества;
- ребёнок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движение и управлять ими;
- ребёнок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;
- ребёнок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пеших прогулках, осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;
- ребёнок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;
- ребёнок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;
- ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;
- ребёнок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддерживать, укрепить и сохранить его;
- ребёнок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям;
- ребёнок соблюдает элементарные социальные нормы и правила поведения в различных видах деятельности, взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками;
- ребёнок владеет средствами общения и способами взаимодействия со взрослыми и сверстниками; способен понимать и учитывать интересы и чувства других; договариваться и дружить со сверстниками; старается разрешать возникающие конфликты конструктивными способами;
- ребёнок способен понимать свои переживания и причины их возникновения, регулировать свое поведение и осуществлять выбор социально одобряемых действий в конкретных ситуациях, обосновывать свои ценностные ориентации;
- ребёнок стремится сохранять позитивную самооценку;
- ребёнок проявляет положительное отношение к миру, разным видам труда, другим людям и самому себе;
- ребёнок способен откликаться на эмоции близких людей, проявлять эмпатию (сочувствие, сопереживание, содействие);
- ребёнок способен к осуществлению социальной навигации как ориентации в социуме и соблюдению правил безопасности в реальном и цифровом взаимодействии;
- ребёнок способен решать адекватные возрасту интеллектуальные, творческие и личностные задачи; применять накопленный опыт для осуществления различных видов детской деятельности, принимать собственные решения и проявлять инициативу;
- ребёнок обладает начальными знаниями о природном и социальном мире, в котором он живет: элементарными представлениями из области естествознания, математики, истории, искусства и спорта, информатики и инженерии и тому подобное; о себе, собственной принадлежности и принадлежности других людей к



определенному полу; составе семьи, родственных отношениях и взаимосвязях, семейных традициях; об обществе, его национально-культурных ценностях; государстве и принадлежности к нему;

- ребёнок имеет представление о жизни людей в России, имеет некоторые представления о важных исторических событиях Отечества; имеет представление о многообразии стран и народов мира;
- ребёнок способен применять в жизненных и игровых ситуациях знания о количестве, форме, величине предметов, пространстве и времени, умения считать, измерять, сравнивать, вычислять и тому подобное;
- ребёнок имеет разнообразные познавательные умения: определяет противоречия, формулирует задачу исследования, использует разные способы и средства проверки предположений: сравнение с эталонами, классификацию, систематизацию, некоторые цифровые средства и другое;
- ребёнок имеет представление о некоторых наиболее ярких представителях живой природы России и планеты, их отличительных признаках, среде обитания, потребностях живой природы, росте и развитии живых существ; свойствах неживой природы, сезонных изменениях в природе, наблюдает за погодой, живыми объектами, имеет сформированный познавательный интерес к природе, осознанно соблюдает правила поведения в природе, знает способы охраны природы, демонстрирует заботливое отношение к ней;
- ребёнок выражает интерес к культурным традициям народа в процессе знакомства с различными видами и жанрами искусства; обладает начальными знаниями об искусстве;
- ребёнок участвует в создании индивидуальных и коллективных творческих работ, тематических композиций к праздничным утренникам и развлечениям, художественных проектах;
- ребёнок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, предлагает и объясняет замысел игры, комбинирует сюжеты на основе реальных, вымышленных событий, выполняет несколько ролей в одной игре, подбирает разные средства для создания игровых образов, согласовывает свои интересы с интересами партнеров по игре, управляет персонажами в режиссерской игре;
- ребёнок проявляет интерес к игровому экспериментированию с предметами, к развивающим и познавательным играм, в играх с готовым содержанием и правилами может объяснить содержание и правила игры другим детям, в совместной игре следит за точным выполнением правил всеми участниками;
- ребёнок способен планировать свои действия, направленные на достижение конкретной цели; демонстрирует сформированные предпосылки к учебной деятельности и элементы готовности к школьному обучению [п. 15; 5-7].

## **1.7 ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА ДОСТИЖЕНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ**

Описание направлений педагогической диагностики индивидуального развития, достижений обучающихся в пяти образовательных областях представлены в картах развития обучающихся по методике автора-составителя Кулекиной И.А. «Педагогическая

диагностика достижения планируемых результатов детьми дошкольного возраста (1 – 7 лет)» – СПб, 2023

Описание направлений педагогической диагностики индивидуального развития и становления личности ребенка (результатов воспитательной работы) представлены в картах, разрабатываемых педагогическим коллективом на основе сложившейся практики проведения педагогической диагностики.

В ОУ два раза в год проводятся следующие мониторинги в рамках педагогической диагностики.

Стартовая диагностика проводится 1 раз – в начале учебного года и(или) при зачислении ребенка в ДОУ/группу на начальном этапе освоения ОП ДО.

Финальная диагностика проводится ежегодно в конце учебного года (май) и(или) при отчислении ребенка из группы

## **1. Мониторинг образовательного процесса и детского развития**

**Цель:** выявление индивидуальных особенностей и динамики развития каждого обучающегося (воспитанника) для определения (при необходимости) индивидуального маршрута образовательной работы для максимального раскрытия потенциала детской личности; определение степени продвижения обучающегося (воспитанника) в образовательной программе дошкольного образования (далее – ОП ДО).

**Условная оценка степени** продвижения обучающегося (воспитанника) в ОП ДО и **уровня развития** обучающегося (воспитанника) в соответствии с целевыми ориентирами образования:

«2» балла	показатель сформирован	наблюдается в самостоятельной деятельности ребенка, в совместной деятельности со взрослым	1,8 – 2,0 «высокий, достаточный»	отражает возрастную норму развития
«1» балл	показатель в стадии формирования	проявляется неустойчиво, чаще при создании специальных ситуаций, провоцирующих его проявление; ребенок справляется с заданием с помощью наводящих вопросов взрослого, дает аналогичные примеры	1,0 – 1,7 «средний, близкий к достаточному»	отражает возрастную норму развития
«0» баллов	показатель не сформирован	не проявляется ни в одной из ситуаций, на все предложения взрослого ребенок не дает положительного ответа, не может выполнить задание самостоятельно	0,0 – 0,9 «недостаточный»	отражает несоответствие возрастной норме развития

## **2. Мониторинг развития и становления личности ребенка (результатов воспитательной работы)**

**Цель:** выявление индивидуальных особенностей линий развития личности каждого обучающегося (воспитанника) для определения (при необходимости) индивидуального маршрута воспитательной работы для становления личности ребёнка в детстве, как основы гармоничного развития человека в будущем.

**Условная оценка уровня развития** и становления личности обучающегося (воспитанника) в соответствии с целевыми ориентирами воспитания:

**2 балла (красный)** – высокий, достаточный уровень;

- 1 балл (синий) – средний, близкий к достаточному уровень;  
0 баллов (зелёный) – низкий, недостаточный уровень.

Результаты фиксируются в итоговых диагностических картах.

## **2.СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

### **2.1. ОПИСАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СООТВЕТСТВИИ С НАПРАВЛЕНИЯМИ РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА**

#### **ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ**

##### **Содержание образовательной деятельности.**

**От 3 лет до 4 лет**

##### **Основные задачи образовательной деятельности**

в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;
- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;
- формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;
- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;
- закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

##### **Содержание образовательной деятельности.**

Педагог формирует умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях. Выполнять общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения по показу; создает условия для активной двигательной деятельности и положительного эмоционального состояния детей. Педагог воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания сообща, действуя в общем для всех темпе. Организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре.

Педагог продумывает и организует активный отдых, приобщает детей к здоровому образу жизни, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки.

1) **Основная гимнастика** (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади; скатывание мяча по наклонной доске; катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях; прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя и одной рукой; произвольное прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от педагога; бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой; подбрасывание мяча вверх и ловля его; бросание мяча о землю и ловля его; бросание и ловля мяча в парах; бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребёнка, с расстояния 1,5 м; метание вдаль; перебрасывание мяча через сетку;

ползание, лазанье: ползание на четвереньках на расстояние 4-5-6 м до кегли (взять её, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой); по гимнастической скамейке, за катящимся мячом; проползание на четвереньках под 3-4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м); ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске; влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее; подлезание под дугу, не касаясь руками пола;

ходьба: ходьба в заданном направлении, небольшими группами, друг за другом по ориентирам (по прямой, по кругу, обходя предметы, враспынную, «змейкой», с поворотом и сменой направления); на носках; высоко поднимая колени, перешагивая предметы, с остановкой по сигналу; парами друг за другом, в разных направлениях; с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше); по наклонной доске; в чередовании с бегом;

бег: бег группами и по одному за направляющим, враспынную, со сменой темпа; по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; убежание от ловящего, ловля убегающего; бег в течение 50–60 сек; быстрый бег 10-15 м; медленный бег 120-150 м;

прыжки: прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону); в длину с места (не менее 40 см); через 2 линии (расстояние 25-30 см), из обруча в обруч (плоский) по прямой; через 4-6 параллельных линий (расстояние 15-20 см); спрыгивание (высота 10-15 см), перепрыгивание через веревку (высота 2-5 см);

упражнения в равновесии: ходьба по прямой и извилистой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), обычным и приставным шагом; по гимнастической скамье, по ребристой доске, наклонной доске; перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу; по шнуру, плоскому обучу, лежащему на полу, приставным шагом; с выполнением заданий (присесть, встать и продолжить движение); на носках, с остановкой.

#### Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса: поднимание и опускание прямых рук вперед, отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно); переключивание предмета из одной руки в другую; хлопки над головой и перед собой; махи руками; упражнения для кистей рук;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: потягивание, приседание, обхватив руками колени; наклоны вперед и в стороны; сгибание и разгибание ног из положения сидя; поднимание и опускание ног из положения лежа; повороты со спины на живот и обратно;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: поднимание и опускание ног, согнутых в коленях; приседание с предметами, поднимание на носки; выставление ноги вперед, в сторону, назад;

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальных занятиях, педагог включает в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры: ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом; поочередное выставление ноги вперед, на пятку, притопывание, приседания «пружинки», кружение;

имитационные движения – разнообразные упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и так далее).

Строевые упражнения: педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам; перестроение в колонну по два, в рассыпную, смыкание и размыкание обычным шагом, повороты направо и налево переступанием.

Педагог выполняет вместе с детьми упражнения из разных исходных положений (стоя, ноги слегка расставлены, ноги врозь, сидя, лежа на спине, животе, с заданным положением рук), с предметами (кубики двух цветов, флажки, кегли и другое).

2) **Подвижные игры:** педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры. Воспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает).

3) **Спортивные упражнения:** педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: по прямой, перевоза игрушки или друг друга, и самостоятельно с невысокой горки.

Ходьба на лыжах: по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, с поворотами переступанием.

Катание на трехколесном велосипеде: 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.

4) **Формирование основ здорового образа жизни:** педагог поддерживает стремление ребёнка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками; формирует первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).

#### 5) **Активный отдых.**

Физкультурные досуги: досуг проводится 1-2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения.

Дни здоровья: в этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия). День здоровья проводится один раз в квартал.

### **От 4 лет до 5 лет**

#### **Основные задачи образовательной деятельности**

в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;

- формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;
- воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;
- укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

### **Содержание образовательной деятельности.**

Педагог формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.

Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.

1) **Основная гимнастика** (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

#### Основные движения:

**бросание, катание, ловля, метание:** прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см; прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога; прокатывание обруча друг другу в парах; подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол; бросание и ловля мяча в паре; перебрасывание мяча друг другу в кругу; бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет; отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд; подбрасывание и ловля мяча не менее 3-4 раз подряд; бросание мяча двумя руками из-за головы сидя; бросание вдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2-2,5 м;

**ползание, лазанье:** ползание на четвереньках «змейкой» между расставленными кеглями, по наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; проползание в обручи, под дуги; влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек; переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1-2 рейки, ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони; подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком;

**ходьба:** ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; перешагивая предметы; чередуя мелкий и

широкий шаг, «змейкой», с остановкой по сигналу, в противоположную сторону; со сменой ведущего; в чередовании с бегом, прыжками; приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте; с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной);

бег: бег в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени; обегая предметы; на месте; бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; в парах; по кругу, держась за руки; со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; непрерывный бег 1-1,5 мин; пробегание 30-40 м в чередовании с ходьбой 2-3 раза; медленный бег 150-200 м; бег на скорость 20 м; челночный бег 2х5 м; перебегание подгруппами по 5-6 человек с одной стороны площадки на другую; бег врассыпную с ловлей и увертыванием;

прыжки: прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь, стараясь достать предмет, подвешенный над головой; подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м; перепрыгивание через шнур, плоский кубик (высота 5 см), через 4-6 линий (расстояние между линиями 40-50 см); выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; прыжки в длину с места; спрыгивание со скамейки; прямой галоп; попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой;

упражнения в равновесии: ходьба по доске, по скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны); ходьба по доске до конца и обратно с поворотом; ходьба по наклонной доске вверх и вниз; стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе; пробегание по наклонной доске вверх и вниз; ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней; кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны.

Педагог обучает разнообразным упражнениям, которые дети могут переносить в самостоятельную двигательную деятельность.

#### Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью); переключивание предмета из одной руки в другую; сгибание и разгибание рук, махи руками; сжатие и разжимание кистей рук, вращение кистями; выполнение упражнений пальчиковой гимнастики; повороты головы вправо и влево, наклоны головы;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: наклоны вперед, вправо, влево, повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя; поочередное поднятие ног из положения лежа на спине, на животе, стоя на четвереньках;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног; отведение ноги вперед, в сторону, назад; выставление ноги на пятку (носок); приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны; поднятие на носки и опускание на всю ступню; захватывание стопами и переключивание предметов с места на место.

Повышаются требования к детям при выполнении общеразвивающих упражнений. Педагог предлагает выполнять общеразвивающие упражнения из разных исходных положений, в разном темпе (медленном, среднем, быстром) с предметами и без них. К предметам и пособиям, названным ранее, добавляются малые мячи, косички, палки, обручи и другое. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

#### Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры.

Рекомендуемые упражнения: ритмичная ходьба под музыку в разном темпе; на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком, прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку; выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное «выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками.

#### Строевые упражнения:

педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, по два, по росту, врассыпную; размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без; перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении; повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.

2) **Подвижные игры:** педагог продолжает закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх, поощряет желание выполнять роль водящего, развивает пространственную ориентировку, самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников; приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре).

3) **Спортивные упражнения:** педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

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 «полуёлочкой».

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

4) **Формирование основ здорового образа жизни:** педагог уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и другое), способствует пониманию детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Формирует первичные представления об отдельных видах спорта.

#### **5) Активный отдых.**

Физкультурные праздники и досуги: педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1-1,5 часов.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения.

Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, включать подвижные игры народов России.



Дни здоровья проводятся 1 раз в три месяца. В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.

### **От 5 лет до 6 лет**

#### **Основные задачи образовательной деятельности**

в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;
- развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;
- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;
- продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
- укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;
- воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

#### **Содержание образовательной деятельности**

Педагог совершенствует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживает детскую инициативу. Закрепляет умение осуществлять самоконтроль и оценку качества выполнения упражнений другими детьми; создает условия для освоения элементов спортивных игр, использует игры-эстафеты; поощряет осознанное выполнение упражнений и соблюдение правил в подвижных играх; поддерживает предложенные детьми варианты их усложнения; поощряет проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками.

Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образе жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности. Организует для детей и родителей (законных представителей) туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.

1) **Основная гимнастика** (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

##### Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой); прокатывание обруча, бег за ним и ловля;

прокатывание набивного мяча; передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях; перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5-6 м; метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); перебрасывание мяча из одной руки в другую; подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд; перебрасывание мяча через сетку, забрасывание его в баскетбольную корзину;

ползание, лазанье: ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени), ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м), «змейкой» между кеглями; переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле; ползание на животе; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по скамейке назад; проползание под скамейкой; лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом;

ходьба: ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м; ходьба «змейкой» без ориентиров; в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты;

бег: бег в колонне по одному, «змейкой», с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих; бег с пролезанием в обруч; с ловлей и увертыванием; высоко поднимая колени; между расставленными предметами; группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих; в заданном темпе, обегая предметы; мелким и широким шагом; непрерывный бег 1,5-2 мин; медленный бег 250-300 м; быстрый бег 10 м 2-3-4 раза; челночный бег 2х10 м, 3х10 м; пробегание на скорость 20 м; бег под вращающейся скакалкой;

прыжки: подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь; на одной ноге; подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной; подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок; перепрыгивание с места предметы высотой 30 см; спрыгивание с высоты в обозначенное место; подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза; подпрыгивание на одной ноге 10-15 раз; прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3-4 м; на одной ноге (правой и левой) 2-2,5 м; перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); выпрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами; прыжки в длину с места; в высоту с разбега; в длину с разбега;

прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3-5 см); перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом; прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку;

упражнения в равновесии: ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой; стойка на гимнастической скамье на одной ноге; поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; пробегание по скамье; ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); приседание после бега на носках, руки в стороны; кружение парами, держась за руки; «ласточка».

Педагог продолжает обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности.

#### Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно); махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя; перекладывание предмета из одной руки в другую впереди и сзади себя; поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь); сжимание и разжимание кистей;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: поднимание рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь её затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине; наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево; поднимание ног, сгибание и разгибание и скрещивание их из исходного положения лежа на спине;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: приседание, обхватывая колени руками; махи ногами; поочередное поднимание и опускание ног из положения лежа на спине, руки в упоре; захватывание предметов ступнями и пальцами ног и перекладывание их с места на место.

Педагог поддерживает стремление детей выполнять упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими). Подбирает упражнения из разнообразных исходных положений: сидя, лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги вместе, врозь; руки вниз, на поясе, перед грудью, за спиной). Педагог поддерживает инициативу, самостоятельность и поощряет комбинирование и придумывание детьми новых общеразвивающих упражнений. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

#### Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, некоторые из упражнений в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ходьба и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах, на носках, 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, кружение по одному и в парах, комбинации из двух-трех освоенных движений.

#### Строевые упражнения:

педагог продолжает обучение детей строевым упражнениям: построение по росту, поддерживая равнение в колонне, шеренге; построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по три, в две шеренги на месте и при передвижении; размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком; ходьба «змейкой», расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары.

**2) Подвижные игры:** педагог продолжает закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах, оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность.

Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.

**3) Спортивные игры:** педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м); знание 3-4 фигур.

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; ведение мяча ногой между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3–5 м); игра по упрощенным правилам.

**4) Спортивные упражнения:** педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от условий: наличия оборудования и климатических условий региона.

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», «полуёлочкой» (прямо и наискось), соблюдая правила безопасного передвижения.

Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с разворотом, с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила безопасного передвижения.

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, опуская лицо в воду, приседание под водой, доставая предметы, идя за предметами по прямой в спокойном темпе и на скорость; скольжение на груди, плавание произвольным способом.

**5) Формирование основ здорового образа жизни:** педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).

#### **6) Активный отдых.**

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 30-40 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания.

Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, олимпиаде и другим спортивным событиям, включать подвижные игры народов России.

Дни здоровья: педагог проводит 1 раз в квартал. В этот день проводятся оздоровительные мероприятия и туристские прогулки.

Туристские прогулки и экскурсии. Педагог организует для детей непродолжительные пешие прогулки и экскурсии с постепенно удлиняющимися переходами – на стадион, в парк, на берег моря и другое. Время перехода в одну сторону составляет 30-40 минут, общая продолжительность не более 1,5-2 часов. Время непрерывного движения 20 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. Педагог формирует представления о туризме как виде активного отдыха и способе ознакомления с природой и культурой родного края; оказывает помощь в подборе снаряжения (необходимых вещей и одежды) для туристской прогулки, организует наблюдение за природой, обучает ориентироваться на местности, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения, осторожность в преодолении препятствий; организует с детьми разнообразные подвижные игры во время остановки.

**От 6 лет до 7 лет**

### **Основные задачи образовательной деятельности**

в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки;
- развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;
- поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде;
- воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;
- формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;
- сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах 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, оказывать помощь и поддержку другим людям.

### **Содержание образовательной деятельности.**

Педагог создает условия для дальнейшего совершенствования основных движений, развития психофизических качеств и способностей, закрепления общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений и их комбинаций, спортивных упражнений, освоения элементов спортивных игр, игр-эстафет. Поощряет стремление выполнять

упражнения технично, рационально, экономно, выразительно, в соответствии с разнообразным характером музыки, ритмом, темпом, амплитудой.

В процессе организации разных форм физкультурно-оздоровительной работы педагог обучает детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и давать оценку качества выполнения упражнений.

Поддерживает стремление творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности и на занятиях гимнастикой, самостоятельно организовывать и придумывать подвижные игры, общеразвивающие упражнения, комбинировать их элементы, импровизировать.

Педагог продолжает приобщать детей к здоровому образу жизни: расширяет и уточняет представления о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, оздоровительных мероприятиях, поддерживает интерес к физической культуре, спорту и туризму, активному отдыху, воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

**1) Основная гимнастика** (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд, одной рукой не менее 10 раз; передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки, лежа на животе и на спине, в ходьбе; прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей; перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; одной рукой от плеча; передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую; метание в цель из положения стоя на коленях и сидя; метание вдаль, метание в движущуюся цель; забрасывание мяча в баскетбольную корзину; катание мяча правой и левой ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу; ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу; ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому).

ползание, лазанье: ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад; на животе и на спине, отталкиваясь руками и ногами; влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименным и разноименным способом; перелезание с пролета на пролет по диагонали; пролезание в обруч разными способами; лазанье по веревочной лестнице; выполнение упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками); влезание по канату на доступную высоту;

ходьба: ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед; выпадами, с закрытыми глазами, приставными шагами назад; в приседе, с различными движениями рук, в различных построениях;

бег: бег в колонне по одному, врассыпную, парами, тройками, четверками; с остановкой по сигналу, в сочетании с прыжками (с линии на линию, из кружка в кружок); высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук; с захлестыванием голени назад; выбрасывая прямые ноги вперед; бег 10 м с наименьшим числом шагов; медленный бег до 2-3 минут; быстрый бег 20 м 2-3 раза с перерывами; челночный бег 3х10 м; бег наперегонки; бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению, сидя по-турецки, лежа на спине, головой к направлению бега); бег со скакалкой, бег по пересеченной местности;

прыжки: подпрыгивания на двух ногах 30 раз в чередовании с ходьбой, на месте и с поворотом кругом; смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук; впрыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага; подпрыгивания вверх из глубокого приседа; прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек; прыжки в длину и в высоту с места и с разбега на соревнование;

прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них; прыжки с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через обруч, вращая его как скакалку; прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, прыжки через вращающуюся скакалку с места; вбегание под вращающуюся скакалку – прыжок – выбегание; пробегание под вращающейся скакалкой парами.

упражнения в равновесии: подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя перед собой набивной мяч; стойка на носках; стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием посередине палки, пролезанием в обруч, приседанием и поворотом кругом; ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку скамейки; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком; ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колени другой ноги мешочек с песком; ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони; кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы; после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение «ласточки».

Педагог способствует совершенствованию двигательных навыков детей, создает условия для поддержания инициативы и развития творчества, выполнения упражнений в различных условиях и комбинациях, использования двигательного опыта в игровой деятельности и повседневной жизни.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание и опускание рук (одновременное, поочередное и последовательное) вперед, в сторону, вверх, сгибание и разгибание рук; сжатие пальцев в кулак и разжимание; махи и рывки руками; круговые движения вперед и назад; упражнения пальчиковой гимнастики;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений, наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя; поочередное поднимание и опускание ног лежа на спине;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног, махи ногами из положения стоя, держась за опору, лежа на боку, сидя, стоя на четвереньках; выпады вперед и в сторону; приседания у стены (затылок, лопатки, ягодицы и пятки касаются стены); подошвенное и тыльное сгибание и разгибание стоп; захватывание предметов ступнями и пальцами ног, перекладывание их с места на место.

Педагог проводит с детьми разнообразные упражнения с акцентом на качестве выполнения движений, в том числе, в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с разным мышечным напряжением и амплитудой, с музыкальным сопровождением. Предлагает упражнения с разноименными движениями рук и ног, на ориентировку в пространстве, с усложнением исходных положений и техники выполнения (вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кистях рук, перед собой и сбоку и другое). Педагог поддерживает и поощряет инициативу, самостоятельность и творчество детей (придумать новое упражнение или комбинацию из знакомых движений). Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика: музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Могут быть использованы следующие упражнения, разученные на музыкальных занятиях: танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками, поочередное выбрасывание ног

вперед в прыжке, на носок, 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, комбинации из двух-трех движений в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук, в сторону в такт и ритм музыки.

Строевые упражнения: педагог совершенствует навыки детей в построении, перестроении, передвижении строем: быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному и по два, в круг, в шеренгу; равнение в колонне, шеренге; перестроение из одной колонны 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; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом; повороты во время ходьбы на углах площадки.

2) **Подвижные игры**: педагог продолжает знакомить детей подвижным играм, поощряет использование детьми в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр (в том числе, игр с элементами соревнования, игр-эстафет), способствующих развитию психофизических и личностных качеств, координации движений, умению ориентироваться в пространстве.

Педагог поддерживает стремление детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; побуждает проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность. Поощряет творчество детей, желание детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать. Продолжает воспитывать сплоченность, взаимопомощь, чувство ответственности за успехи и достижения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности. Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности.

3) **Спортивные игры**: педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

Городки: бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение; знание 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 тому подобное) 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 мяча «змейкой» между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота, игра по упрощенным правилам.

Элементы хоккея: (без коньков – на снегу, на траве): ведение шайбы клюшкой, не отрывая её от шайбы; прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживание шайбы клюшкой; ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними; забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева); попадание шайбой в ворота, ударяя 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.



**4) Спортивные упражнения:** педагог продолжает обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

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», «ёлочкой».

Катание на коньках: удержание равновесия и принятие исходного положения на коньках (на снегу, на льду); приседания из исходного положения; 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.

**5) Формирование основ здорового образа жизни:** педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья; разных видах спорта (санный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и другие), спортивных событиях и достижениях отечественных спортсменов. Дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем, оборудованием), во время туристских прогулок и экскурсий. Приучает детей следить за своей осанкой, формирует представление о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей.

#### **6) Активный отдых.**

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников предусматривают сезонные спортивные упражнения, элементы соревнования, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнений.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 40-45 минут. Содержание досуга включает: подвижные игры, в том числе, игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, творческие задания.

Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, ярким спортивным событиям и достижениям выдающихся спортсменов.

Дни здоровья: проводятся 1 раз в квартал. В этот день педагог организует оздоровительные мероприятия, в том числе физкультурные досуги, и туристские прогулки.

Туристские прогулки и экскурсии организуются при наличии возможностей дополнительного сопровождения и организации санитарных стоянок.

Педагог организует пешеходные прогулки. Время перехода в одну сторону составляет 35-40 минут, общая продолжительность не более 2-2,5 часов. Время непрерывного движения 20-30 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. В ходе туристской прогулки с детьми проводятся подвижные игры и соревнования, наблюдения за природой родного края, ознакомление с памятниками истории, боевой и трудовой славы, трудом людей разных профессий.

Для организации детского туризма педагог формирует представления о туризме, как форме активного отдыха, туристских маршрутах, видах туризма, правилах безопасности и ориентировки на местности: правильно по погоде одеваться для прогулки, знать содержимое походной аптечки, укладывать рюкзак весом от 500 г до 1 кг (более тяжелые вещи класть на дно, скручивать валиком и аккуратно укладывать запасные вещи и коврик, продукты, мелкие вещи, игрушки, регулировать лямки); преодолевать несложные препятствия на пути, наблюдать за природой и фиксировать результаты наблюдений, ориентироваться на местности, оказывать помощь товарищу, осуществлять страховку при преодолении препятствий, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения во время туристской прогулки.

**Решение совокупных задач воспитания** в рамках образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:

- воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;
- формирование у ребёнка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;
- становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;
- воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;
- приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;
- формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни [п. 22; 124-126].

## 2.2 КОМПЛЕКСНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ РАЗВЛЕЧЕНИЙ

Время года	Месяц	Младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная
Осень	Сентябрь	«Вышла курочка гулять!»	«Осенние листочки»	«Встреча друзей»	«Мои друзья мальчики и девочки»
	Октябрь	«Любимые игрушки»	«Мы растем здоровыми»	«Играем в бадминтон»	Эстафеты «Мячики, скакалки»
	Ноябрь	«Усатый-полосатый»	«Дождик и солнышко»	«Мальчишки и футбол»	«Мы хотим стать футболистами»
Зима	Декабрь	«Покататься я хочу»	«Дни недели»	«Я здоровье берегу»	«Если с другом вышел в путь...»
	Январь	«Веселые снежки»	«Зима для сильных, ловких, смелых»	«Зимняя карусель»	«Зима спортивная!»
	Февраль	«Похлопаем-потопаем»	«Зимние игры»	«Наша армия сильна!»	«А ну-ка, папы!»

	Март	«Мамочку свою люблю!»	«Мамин праздник!»	«Мамины помощники»	«Маме любим помогать!»
Весна	Апрель	«Космос и мы!»	«Звезды и кометы.»	«Если только захотим, в космос точно полетим!»	«Космическое путешествие»
	Май	«Ловкие детишки!»	«На месте не стоим прыгаем, бежим»	«Военные профессии!»	«Моряки и летчики!»
	Июнь	«Светофор и друзья!»	«Я знаю правила дорожного движения»	«Зеленый огонек»	«Пешеходы и водители»
Лето	Июль	«Мыльные пузыри»	«Здравствуй солнышко!»	Игры с элементами баскетбола.	«Здоровье в порядке-спасибо зарядке!»
	Август	«Покажем обруч»	«В гости к солнышку!»	«Юные футболисты»	«Хоккейный турнир с мячом на траве!»

## 2.3 ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ РАБОТЫ

### Младшая группа

	СЕНТЯБРЬ						
--	----------	--	--	--	--	--	--

Задачи: основное внимание уделять расширению адаптационных возможностей организма ребенка. Приучать детей ходить и бегать небольшими группами за педагогом. Учить ходить между двумя линиями, сохраняя равновесие. Обучать энергичному отталкиванию мяча двумя руками в прямом направлении. Учить прыгать на двух ногах на месте и с продвижением вперед.

Неделя	Строевые упражнения Ходьба и бег	ОРУ	ПРЫЖКИ	РАВНОВЕСИЕ	МЕТАНИЕ	ЛАЗАНИЕ	ИГРЫ
1	Свободное построение, ходьба в заданном направлении. Ходьба и бег небольшими группами за педагогом.		Прыжки на двух ногах на месте.	Ходьба по прямой и извилистой дорожке (шириной 20 см., высотой 2 см)			«Бегите ко мне»
2	Построение по зрительным ориентирам. Поворот на месте и ходьба за педагогом в прямом направлении. Ходьба и бег стайкой с остановкой по сигналу.		Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 метра.		Катание мяча двумя руками в прямом направлении, сидя парами ноги врозь.		"Птички"
3	Построение по зрительным ориентирам. Ходьба друг за другом по ориентирам (по прямой). Бег со сменой темпа.	Погремушка		Ходьба с перешагиванием реек лестницы, лежащей на полу.		Ползание на четвереньках в прямом направлении по подгруппам	«Найди свой дом»
4	Построение по зрительным ориентирам. Ходьба друг за другом по ориентирам (по кругу). Бег обегая предметы за педагогом.	С двумя погремушками				Подлезание под шнур на четвереньках 4-5 метров.	"Найди свой домик"

	ОКТЯБРЬ						
--	---------	--	--	--	--	--	--

Задачи: учить детей ходить и бегать по кругу; находить свое место в колонне; начинать и заканчивать упражнения по сигналу педагога.

Формировать положительное отношение к двигательным действиям.

1	Построение в шеренгу, поворот направо. Ходьба друг за другом с остановкой по сигналу, поворот в противоположную сторону ходьба в другом направлении. Бег враспынную.	№5 с погремушками	Подпрыгивание на двух ногах на месте	Ходьба и бег между двумя линиями, ходьба по извилистой дорожке.			"Карусель"
2	Построение в шеренгу, перестроение в 1 колонну. Ходьба с выполнением заданий(присесть,встать идти дальше) Бег в течение 50с.	№6 с мячом	Перепрыгивание через ленту вперед и, развернувшись, в обратную сторону.		Скатывание мяча по наклонной доске.		"Осенние листочки"
3	Построение у кубиков двух цветов(красный и синий). Ходьба и бег враспынную с кубиком в руке.	№7 с кубиками			Прокатывание мяча под дугу, стоя парами.	Ползание на четвереньках под 3-4 дугами(высота 50 см) или в туннель.	"Бегите к кукле"
4	Построение в шеренгу, перестроение в 1 колонну прыжком. Ходьба "Змейкой" на носочках. Бег 50-60 с.	№8 без предмета		Ходьба по скамейке, по ребристой дорожке.		Подлезание под дугу, не касаясь руками пола.	"Бегите к флажку"
5	Диагностика, наблюдение, тестирование.						

	Ноябрь						
--	--------	--	--	--	--	--	--

Задачи: упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, с выполнением заданий по сигналу; учить сохранять равновесие; упражнять в прокатывании мяча друг другу, сидя на полу; закреплять умение проползания в туннель на четвереньках и по-пластунски.

1	Построение в шеренгу, в колонну по одному. Ходьба в 1 колонне с остановкой по сигналу, поворот в противоположную сторону, ходьба на носках. Бег мелким шагом, на носках.	№9 на скамейке	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 метра.	Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы, положенную на пол.			"Мыши в кладовой"
2	Построение в шеренгу, перестроение в 1 колонну. Повороты на месте. Ходьба по наклонной доске. Бег быстрый 10-15 метров.	№10 с обручем	Прыжки в длину с места(не менее 40 см.)		Катание мяча двумя руками в парах, стоя на коленях		"Как-то мы в лесу гуляли!"
3	Стр. упражнения на месте. Повороты на месте, перестроение из шеренги в колонну. Х-ба по кругу. Бег в медленном темпе 120-150 м.	№11 с флажками			Прокатывание мяча по скамейке двумя руками, правой и левой рукой.	Ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске.	"Колпачок!"
4	Построение в шеренгу, перестроение в 1 колонну прыжком. Повороты на месте. Ходьба высоко поднимая колени. Бег 50-60с.	№12 с кубиками		Ходьба по шнуру приставным шагом.		Подлезание под дугу, не касаясь руками пола.	"Гаражи"

	Декабрь						
--	---------	--	--	--	--	--	--

Задачи: упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, используя всю площадь зала; ичить сохранять устойчивое равновесие; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги при прыгивании со скамейки; развивать глазомер, учить бросать легкий мяч в стену с расстояния 2-х метров, прокатывать мяч в воротики и проползать за ним по-пластунски.

1	Построение в шеренгу, в колонну по одному. Ходьба и бег в 1 колонне с остановкой по сигналу, поворот в противоположную сторону ходьба и бег в чередовании.	№13 с кольцами	Прыжки вперед через 2 линии( 25-30 см). Прыжки из обруча в обруч.	Ходьба по скамейке, ходьба по шнуру приставным шагом.			"Я зайчонок маленький!"
2	Построение в шеренгу, перестроение в 1 колонну прыжком. Повороты на месте. Ходьба обходя предметы. Убегание от ловящего.	№14 с мячом	Спрыгивание со скамейки 10-15 см.		Скатывание мяча по наклонной доске.		"Поезд"
3	Построение в шеренгу, поворот в колонну, ходьба на носках и пятках, поднимая колени, бег врассыпную, с остановкой по сигналу.	№15 с платочками			Бросание легкого мяча в стену правой и левой рукой.	Влезание на гимнастическую стенку и спуск произвольно, не пропуская реек.	"Снег руками нагребает..."
4	Построение в шеренгу, перестроение в 1 колонну прыжком. Повороты на месте. Ходьба парами в разных направлениях. Убегание от ловящего, ловля убегающего.	№16 без предметов		Х-ба по скамейке с выполнением заданий(присесть, встать, идти дальше).		Подлезание под дугу, не касаясь руками пола.	"Котята"



	Январь						
--	--------	--	--	--	--	--	--

Задачи: учить детей построению парами, ходьба парами; упражнять в прыжках продвигаясь вперед; учить спрыгивать с небольшой высоты на полусогнутые ноги; обучать прокатыванию мяча вокруг предметов; формировать правильную осанку при ходьбе по наклонной доске.

1	Ходьба парами с выполнением заданий по показу педагога, бег врассыпную. Бег в течение 50-60 с.	№18 с мячом	Спрыгивание со скамейки(высота 10-15 см.)	Ходьба по скамейке на носках.	Подброс мяча вверх и ловля после удара о пол. Бросок мяча о землю и ловля.		"Бусинки"
2	Построение в шеренгу, ходьба за ведущим с выполнением заданий( присесть, встать, идти дальше).	№19 без предметов			Катание мяча двумя руками в парах под дугой. Катание обруча в прямом направлении.	Подлезание под дугу, не касаясь руками пола.	"Пингвинята"
3	Построение в шеренгу, перестроение в 1 колонну прыжком. Повороты на месте. Ходьба в заданном направлении, "змейкой" между предметов.	№20 с мячом		Ходьба по наклонной доске, руки в стороны.		Влезание на 2 рейку гимнастической стенки, переход приставным шагом с пролета на пролет.	"Змея без хвоста"

	Февраль						
--	---------	--	--	--	--	--	--

Задачи: учить детей перестраиваться из шеренги в 1 колонну, парами в 2 колонны; учить ходить переменным шагом через шнуры; учить влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек, продолжить обучению метания легких мячей в вертикальную и горизонтальную цели.

1	Построение в шеренгу, поворот в 1 колонну прыжком, х-ба и бег врассыпную с остановкой по сигналу, "Сделай фигуру". Бег в течение 50-60 с.	№21 с погремушками	Прыжки через 4-6 параллельных линий (длина 15-20 см).	Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы, лежащей на полу.			"Кот и мыши"
2	Построение в шеренгу, перестроение в 1 колонну прыжком. Повороты на месте. Ходьба по кругу на носках, медленный бег 120-150 м.	№22 с обручами	Спрыгивание со скамейки (10-15 см). Перепрыгивание через веревку высота 2-5 см.		Метание мешочков вдаль правой и левой рукой. Произвольно прокатывать обруч.		"Птицы в гнездах"
3	Ходьба парами, бег врассыпную. Игра "Найди свою пару". Бег в течение 50-60 с.	№23 без предметов			Бросание мешочка через шнур правой и левой рукой.	Подлезание под шнуром с мячом в руках боком.	"Воробушки и кот"
4	Ходьба парами, бег врассыпную. Игра "Бусинки". Быстрый бег 10-15 метров.	№24 с мячом		Ходьба по скамейке, прыгивание		Влезание на 2 рейку гимнастической стенки переход с пролета на пролет.	"Найди свой цвет"

	Март						
--	------	--	--	--	--	--	--

Задачи: учить детей приземляться на полусогнутые ноги в прыжках в длину и в высоту с места, упражнять в бросании мяча через шнур

Учить бросать мяч двумя руками в пол и ловить после отскока; обучать детей влезанию по наклонной доске на четвереньках;

учить напрыгивать и спрыгивать на скамейку ноги вместе ноги врозь; прыгать по скамейке с опорой на руки; учить бросать мяч вдаль.

1	Построение в шеренгу, в колонну по одному. Ходьба и бег в 1 колонне с остановкой по сигналу, поворот в противоположную сторону ходьба и бег в чередовании.	№25 с кубиками	Прыжки в длину с места.	Ходьба с перешагиванием через кубики по скамейке переменным шагом.			"Наседка и цыплята"
2	Построение в шеренгу, перестроение в 1 колонну прыжком. Повороты на месте. Ходьба по кругу на носках, медленный бег 120-150 м.	№26 без предметов	Прыжки "Змейка" между конусами с продвижением вперед		Бросание мяча в пол двумя руками и ловля после отскока. Катание обруча.		"По ровненькой дорожке"
3	Ходьба с выполнением заданий. Ходьба с высоким подниманием колен, ходьба на носках. Убегание от ловящего, ловля убегающего.	№27 с мячом		Ходьба в прямом направлении с мешочком на голове.	Бросок мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребенка с расстояния 1.5м.		"Кот и мыши"
4	Ходьба и бег парами с остановкой по сигналу. Игра "Сделай фигуру в паре".	№28 с платочками		Ходьба с переменным перешагиванием через предметы		Влезание на наклонную доску на четвереньках.	"Цветные автомобили"

	Апрель						
--	--------	--	--	--	--	--	--

Задачи: упражнять в ходьбе и беге по кругу с остановкой по сигналу; учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади, учить бросать мяч вверх двумя руками и ловить его, ползать по скамейке на ладонях и ступнях, упражнять и закреплять умение прокатывать мяч между предметами; продолжать обучать мягкому приземлению на полусогнутые ноги в прыжках и соскоках.

1	Строевые упражнения на месте. Ходьба и бег с высоким подъёмом колен по кругу с остановкой по сигналу. Убегание от ловящего, ловля убегающего.	№29 с кольцами	Подпрыгивание на двух ногах на месте. Прыжки на одной ноге.	Ходьба по шнуру, приставляя пятку к носку.			"Пекла баба калачи"
2	Построение, перестроение в колонну по 2, ходьба парами, бег врассыпную, найди себе новую пару.	№30 с флажками	Прыжок в длину с места. Прыжки через 4-6 параллельных линий (15-20см.)		Прокатывание мяча вокруг предметов. Метание мешочков в корзину правой и левой рукой.		"Цапля"
3	Построение парами. Игра "Золотые ворота". Бег за ведущим в умеренном темпе 50-60 с.	№31 без предметов			Бросание мяча в парах.	Ползание по скамейке на ладонях и ступнях	"Поймай комара"
4	Построение в шеренгу, перестроение в 1 колонну прыжком. Х-ба и бег широким и мелким шагом.	№32 с мячом		Ходьба по канату приставным шагом правым и левым боком.		Влезание на гимнастическую стенку	"Наседка и цыплята"
5	Диагностика, наблюдение, тестирование.						

	Май						
--	-----	--	--	--	--	--	--

Задачи: упражнять в ходьбе и беге по кругу с остановкой по сигналу, врассыпную, с различными движениями; закрепить умение влезать по наклонной доске; продолжать обучение приземлению в прыжках в длину с места; упражнять в подбросе мяча вверх двумя руками; обучать сохранять устойчивое равновесие; упражнять в метании в горизонтальную и вертикальную цели правой и левой рукой от плеча.

1	Построение в шеренгу, в колонну по одному. Ходьба и бег в 1 колонне с остановкой по сигналу, поворот в противоположную сторону ходьба и бег в чередовании.	№33 на гимнастической скамейке с кубиками	Перепрыгивание через палки, поднятые на высоту 2-5 см.	Ходьба по скамейке, поворот вокруг себя, спрыгивание			"Барашек"
2	Построение в шеренгу, перестроение в 1 колонну прыжком. Повороты на месте. Ходьба по кругу на носках, медленный бег 120-150 м.	№34 без предметов	Прыжки с продвижением ноги вместе-ноги врозь по малой скамейке		Подбрасывание мяча вверх двумя руками и ловля. Катание мяча в парах.		"Мы топаем ногами"
3	Строевые упражнения на месте. Ходьба и бег с высоким подъёмом колен, перешагивая через предметы. Бег быстрый 10-15 м.	№35 с кубиками			Бросок мяча о землю и ловля его. Метание мешочков вдаль.	Ползание по скамейке на ладонях и ступнях	"Птички и кот"
4	Построение в шеренгу, расчет на "Зайчиков и белочек", перестроение в 2 круга. Ходьба и бег по кругу.	№36 с флажками		Ходьба по полосе, подставляя пятку к носку.		Влезание на стенку произвольно и спуск вниз, не пропуская реек.	"Пузырь"

### Средняя группа

	СЕНТЯБРЬ						
--	----------	--	--	--	--	--	--

Задачи: учить детей находить свое место в колонне после ходьбы и бега врассыпную; останавливаться по сигналу; учить ходить и бегать по кругу; строиться в две колонны; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной поверхности; энергично отталкиваться и приземляться на полусогнутые ноги; развивать глазомер; упражнять в подбросе мяча и ловле после отскока; упражнять в ползании и лазании.

Неделя	Строевые упражнения Ходьба и бег	ОРУ	ПРЫЖКИ	РАВНОВЕСИЕ	МЕТАНИЕ	ЛАЗАНИЕ	ИГРЫ
1	Построение в шеренгу; повороты на месте. Ходьба и бег за ведущим, с остановкой по сигналу. Ходьба с изменением темпа.	Без предметов	Прыжки на месте с поворотом вправо и влево, вокруг себя.		Прокатывание мяча в парах, сидя на полу. Катание мяча между линиями, шнурами длина 2-3 метра.		"Пробеги тихо."
2	Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки. Ходьба врассыпную с остановкой по сигналу. Ходьба на носках, пятках, на внешней стороне стопы. Бег высоко поднимая колени.	С флажками	Прыжок в высоту с места, стараясь достать предмет, подвешенный над головой.		Прокатывание мяча в парах, стоя на коленях. Переброс мяча в парах.	Ползание на четвереньках по прямой, ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками.	"Огуречик."
3	Построение в шеренгу; повороты на месте. Ходьба и бег за ведущим, с остановкой по сигналу. Ходьба по шнуру приставным шагом.	С обручами		Ходьба по доске, положенную на пол с мешочком на голове.		Подлезание под шнур, под дугу, пролезание в обруч.	"У медведя во бору."
4	Построение в шеренгу; повороты на месте способом переступание. Ходьба обычная. Бег 1-1,5 мин. непрерывно.	С кольцами	Прыжок в длину с места. Прыжки с продвижением вперед на 2-3 м.	Ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней. Кружение вокруг себя.	Набрасывание кольца на кольцебросы. Прокатывание обруча прямо.		"Выше ноги от земли."

	ОКТЯБРЬ						
--	---------	--	--	--	--	--	--

Задачи: обучать детей основным видам движений; продолжать учить сохранять равновесие; развивать глазомер, упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках в длину и высоту; закреплять умение бросать и ловить мяч после отскока от пола; обучать проползанию под предметами (скамейка) по-пластунски; лазанию по гимнастической стенке.

1	Повороты на месте "Направо", "Налево", "Кругом". Ходьба обычная, придерживаясь указанного направления. Бег медленный 150-200 м. Бег врассыпную с ловлей и увертыванием.	№5 с кубиками	Прыжки вправо и влево на двух ногах. 20 подпрыгиваний с перерывами.	Ходьба до середины скамейки, поворот "кругом", дойти до конца и спрыгнуть на мат.			"Кот и мыши"
2	Построение в шеренгу, в 1 колонну, ходьба с высоким подъемом колен. Перебегание подгруппами с одной стороны площадки на другую.	№6 с веревками	Перепрыгивание через несколько палок, лежащих на полу.		Прокатывание мячей в парах, перебрасывание и ловля в парах.		"Лошадки"
3	Строевые упражнения на месте. Смыкание и размыкание приставным шагом. Ходьба на носках, пятках. Бег на месте, высоко поднимая колени.	№7 без предметов	Прыжки ноги вместе-врозь на месте. Спрыгивание со скамейки.		Прокатывание мячей в прямом направлении и "змейкой" между предметами.	Пролезание в обруч правым и левым боком.	"Поезд"
4	Ходьба и бег с кеглями в руках двух цветов, по сигналу остановиться и поменяться кеглями. Бег на скорость 20 м.	№8 с обручами	Прыжки ноги вместе, ноги врозь с продвижением вперед.	Ходьба по доске с перешагиванием через предметы.	Прокатывание мяча по скамейке правой и левой рукой, затем огибая конусы "змейкой".	Подлезание под дугами, в обруч. Лазание по гимнастической стенке и спуск, не пропуская реек.	"Собери урожай!"
5	Диагностика, наблюдение, тестирование.						

	Ноябрь						
--	--------	--	--	--	--	--	--

Задачи: упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения, "змейкой", по диагонали, противоходом; закреплять умение удерживать устойчивое положение на уменьшенной опоре; упражнять в прыжках на двух ногах с мягким приземлением на полусогнутые ноги;

учить детей бросать мяч о землю и ловить двумя руками после отскока; закреплять умение ползать на четвереньках по скамейке.

1	Выполнение команд "Равняйся, смирно". Строевые упражнения на месте. Повороты "Направо". Ходьба и бег с изменением направления по сигналу. Бег "змейкой".	№9 с палками	Прыжки на двух ногах между кубиков. Прыжки в длину с места.	Ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики			"Ловишки"
2	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по 1, ходьба и бег по кругу, взявшись за руки. Бег парами.	№10 с кубиками	Прыжки на двух ногах врассыпную, по сигналу запрыгнуть в обруч.		Перебрасывание мяча снизу в парах. Прокатывание обруча в парах.		"Самолеты"
3	Строевые упражнения на месте, ходьба и бег по сигналу остановка в упоре присев, встать, повернуться в другую сторону продолжить бег.	№11 с мячами		Ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики		Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками.	"Набрось кольцо!"
4	Ходьба и бег под музыкальное сопровождение по диагонали, змейкой, противоходом чередуя мелкий и широкий шаг.	№12 с флажками	Прыжки ноги вместе ноги врозь на месте. Спрыгивание со скамейки.		Бросание мяча вверх и ловля двумя руками 3-4 раза подряд.	Влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее не пропуская реек.	"Лиса и зайцы"



	Декабрь						
--	---------	--	--	--	--	--	--

Задачи: учить детей выполнять повороты во время движения; обучать напрыгиванию и спрыгиванию с предметов; упражнять бросать мяч через шнур правой и левой рукой; подбрасывать мяч вверх и ловить двумя руками; учить правильному хвату рук при влезании на гимнастическую стенку; упражнять в ползании в тоннель на спине и животе.

1	Построение и перестроение на месте из шеренги в 1 колонну. Ходьба на носках, пятках с поворотом во время движения. Бег в умеренном темпе. Бег челночный 2 по 5.	№13 с платочками	Прыжки вверх с места 20 раз подряд. Прямой галоп. Прыжки через короткую скакалку.	Х-ба по доске, ставя ногу с носка. Стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, руки на поясе.	Подбрасывание и ловля мяча двумя руками. Метание в гориз. Цель с 2-2,5 метров.		"Сбей мешочком кубик, стоящий на скамейке"
2	Перестроение в пары из шеренги. Ходьба обычная в парах, бег врассыпную с остановкой по сигналу.	№14 с мячами	Спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги.		Прокатывание мяча между предметами, расставленные по одной линии через 70 см..		"Лиса в курятнике"
3	Ходьба с различными видами движений под музыкальное сопровождение, бег в чередовании с галопом.	№15 без предметов			Перебрасывание мяча в кругу двумя руками снизу. Бросание вдаль.	Ползание на ладонях и стопах по скамейке.	"Зайцы и волк"
4	Построение и перестроение на месте. Ходьба бег в умеренном темпе со сменой направляющего.	№16 с кубиками	Прыжки на месте 20 раз.	Ходьба по скамейке с предметом в руках.		Влезание на стенку и спуск вниз, не пропуская реек.	"Воробьи и вороны"

	Январь						
--	--------	--	--	--	--	--	--

Задачи: упражнять детей ходить и бегать между предметами, не задевая их; обучать перебросу мяча двумя руками из-за головы и ловле после отскока в парах; учить детей метать малый мяч вдаль правой и левой рукой; закреплять умение бросать мяч в пол и ловить после отскока.

1	Построение в шеренгу, перестроение в 1 колонну, ходьба, перешагивая предметы и бег со сменой ведущего по сигналу.	№18 с кеглями	Спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги. Прямой галоп.	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз.	Переброс мяча двумя руками из-за головы.		"Водят мыши хоровод..."
2	Построение в шеренгу, перестроение в 1 колонну, ходьба с выполнением заданий для ног(носки, пятки, внешний свод стопы). Бег, галоп.	№19 с обручами	Прыжки на двух ногах через кубики высота 5 см.		Прокатывание обручей в парах. Метание мешочков вдаль.	Проползание в тоннель на спине, животе, на четвереньках.	"Пингвинчики на льдинах"
3	Повороты на месте, ходьба противходом, бег 1.5 минуты.	№20 без предметов	Прыжок в высоту с разбега через шнур.	Ходьба на носках, стойка на одной ноге.		Лазание по стенке с переходом на пролеты по 2 рейке.	"Кот и мыши"

	Февраль						
--	---------	--	--	--	--	--	--

Задачи: учить детей строиться в звенья по 3 человека; закреплять умение действовать по сигналу педагога; упражнять в метании в вертикальную и горизонтальную цели; продолжить обучение влезания на гимнастическую стенку одноименным способом; учить набиванию мяча одной рукой на месте.

1	Построение в шеренгу; повороты на месте. Ходьба на носках, пятках, на внешнем своде стопы. Бег за ведущим, с остановкой по сигналу.	№21 с мячом	Перепрыгивание через 4-6 линий (расстояние между линий 40-50 см) .	Ходьба по доске навстречу друг другу с расхождением.	Отбивание мяча одной рукой на месте 5 раз. Бросок мяча двумя руками из-за головы.		"Котят и щенки"
2	Построение в шеренгу; повороты на месте. Ходьба со сменой ведущего с разным положением рук и бег с увертыванием.	№22 на скамейке	Прыжки вверх, стараясь достать предмет, подвешенный над головой.		Метание в вертикальную и горизонтальную цели с расстояния 2-2,5м.		"Змея без хвоста"
3	Построение в шеренгу, расчет на 1,2,3. Построение в звенья, ходьба и бег врассыпную по сигналу построить свое звено.	№23 без предметов			Отбивание мяча правой и левой рукой 5 раз. Переброс мяча в парах.	Влезание на стенку по наклонной доске и спуск, не пропуская реек.	"Лягушата"
4	Построение в шеренгу, прыжком поворот направо. Ходьба и бег с изменением направления, чередуя с галопом.	№24 с палками	Прыжки на правой и левой ноге. Прыжки через короткую скакалку.	Ходьба с перешагиванием через кубики. Кружение на месте.		Ползание по наклонной доске на четвереньках, переход на стенку и переход с пролета на пролет.	"Перелет птиц"

	Март						
--	------	--	--	--	--	--	--

Задачи: учить детей правильному исходному положению в прыжках в длину с места; упражнять детей в метании мешочков с песком вдаль;  
Закреплять умение набивать мяч одной рукой на месте; учить бегать на скорость в эстафетах.

1	Построение и перестроение из шеренги в колонну; ходьба с выполнением заданий по показу педагога, бег со сменой ведущего.	№25 с обручами	Перепрыгивание через шнур, прыжки через кубик высотой 5 см.	Ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз.	Метание мешочков с песком вдаль.		Игра-эстафета "Кто быстрее добежит до игрушки?"
2	Ходьба приставным шагом под музыку, бег с остановкой по сигналу. Построение в 3 колонны.	№26 с кубиками	Прыжки через 4-6 линий(расстояние 40-50 см).	Ходьба по скамейке с перешагиванием через предметы.	Метание в горизонтальную цель с расстояния 2-2,5 м.		"Ловишки, бери ленту"
3	Построение и перестроение из шеренги в колонну; ходьба с выполнением заданий, бег на скорость 20 м. Челночный бег.	№27 с мячами	Прыжки через кубик высотой 5 см..		Подброс и ловля мяча 3-4 раза подряд.	Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками.	"Лохматый пес"
4	Построение в шеренгу, расчет на 1,2. Перестроение в пары. Ходьба и бег парами.	№28 без предметов	Прыжки напрыгивания на малую скамейку ноги вместе-врозь.	Ходьба по наклонной доске, с расхождением вдвоем.	Прокатывание обруча в парах. Катание мяча по скамейке	Влезание на стенку и спуск вни, не пропуская реек.	"Где спрятано?"

	Апрель						
--	--------	--	--	--	--	--	--

Задачи: упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по 1, врассыпную, змейкой, по кругу, по диагонали с остановкой по сигналу; закреплять умение принимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места и спрыгивании со скамейки; учить метанию на дальность; упражнять ползанию на ладонях и ступнях, по-пластунски на животе; продолжать обучению лазания по гимнастической стенке с переходом приставным шагом на соседние пролеты стенки.

1	Строевые упражнения в шеренге, повороты на месте, перестроение в 1 колонну, ходьба по кругу, по диагонали, бег врассыпную в умеренном темпе 1-1,5 минуты.	№29 с флажками	Прыжки через короткую скакалку. Прыжки на батуте.	Ходьба приставным шагом правым и левым боком по скамейке.	Метание мешочков с песком вдаль через шнур. Отбивание мяча правой и левой рукой 5 раз подряд.		Игра-эстафета "Передача игрушки"
2	Строевые упражнения в шеренге, повороты на месте, перестроение в 1 колонну, ходьба и бег по кругу, держась руками.	№30 с кеглями	Прыжок в длину с места.		Подбросить мяч и поймать двумя руками 3-4 раза. Прокатить мяч и сбить кеглю.		"Ждут нас быстрые ракеты!"
3	Построение и перестроение из одной шеренги в две. Поворот на месте направо, ходьба и бег парами, с выполнением заданий.	№31 с палками			Метание мягких мячей в вертикальную цель с расстояния 2-2,5 метра.	Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками.	"Хвостики"
4	Построение и перестроение прыжком, ходьба на носках, пятках, на внешнем своде стопы, бег с высоким подниманием колен. Бег 30-40 м	№32 с массажным мячом	Спрыгивание со скамейки. Прыжки на батуте.	Ходьба по скамейке с предметом в руках, ставя ногу с носка.		Ходьба по наклонной доске, влезание на стенку, спуск на 2 рейку и переход с пролета на пролет по 2 рейке.	"Совушка"
5	Диагностика, наблюдение, тестирование.						

	Май						
--	-----	--	--	--	--	--	--

Задачи : продолжать учить и закреплять умение детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры; закреплять умение набивать мяч на месте одной рукой; упражнять в метании в горизонтальную цель правой и левой рукой; повторить прыжки на батуте и соскок с батута; упражнять в лазании и перелезании через предметы.

1	Строевые упражнения на месте, ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, по сигналу бег в колонне по 1, бег по диагонали, ходьба с восстановлением дыхания.	№33 без предметов	Прыжки в длину с места, прыжки с продвижением вперед на двух ногах, прыжок вверх достать предмет над головой..	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз.			"Лохматый пес"
2	Построение и перестроение из шеренги в колонну по 1, ходьба со сменой ведущего, бег со сменой направления.	№34 с кубиками	Прыжки на батуте. Прыжок вправо, влево, вокруг себя.		Переброс мяча от груди в парах, метание в горизонтальную цель.		Игра-эстафета "Кто быстрее до флажка"
3	Строевые упражнения на месте, ходьба обычная с изменением темпа и бег широкими шагами, подскоками, галопом.	№35 с шнуром косичкой			Метание в горизонтальную цель, бросание мяча двумя руками из-за головы сидя.	Ползание по скамейке на животе, влезание на стенку и переход на пролет приставным шагом по 2 рейке.	"Набрось кольцо"
4	Ходьба и бег под музыкальное сопровождение, с выполнением галопа, подскоков с ноги на ногу, приставным шагом правым и левым боком.	№36 с мячами	Спрыгивание со скамейки. Прыжок в длину с места	Ходьба по наклонной доске, поворот спуск вниз. Кружение в одну и другую сторону, руки на поясе или в стороны.		Влезание на гимнастическую стенку и спуск, не пропуская реек. Ползание "змейкой" на ладонях и стопах.	"Не оставайся на полу"

### Старшая группа

	СЕНТЯБРЬ						
--	----------	--	--	--	--	--	--

Задачи: учить детей ходить и бегать в колонне по одному, противоходом, с расхождением по два человека через середину зала, ходить вперед спиной, бегать змейкой между предметов; формировать правильную осанку; обучать восстанавливать дыхание после нагрузки; продолжать обучение игры с мячом на месте и в движении, перебрасывать мяч одной и двумя руками в парах; развивать глазомер.

Неделя	Строевые упражнения Ходьба и бег	ОРУ	ПРЫЖКИ	РАВНОВЕСИЕ	МЕТАНИЕ	ЛАЗАНИЕ	ИГРЫ
1	Построение в шеренгу, перестроение в 1 колонну прыжком; ходьба на носках, с захлестом голени, с высоким подниманием колен. Проход в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты. Бег на скорость 20 м.	Без предметов	Прыжки и перешагивание через неподвижную скакалку, высота 3-5 см.	Ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики. Стойка на одной ноге на скамейке.	Переброс мяча через сетку. Прокатывание мяча по скамейке правой и левой рукой.		"Мышеловка"
2	Построение в шеренгу, перестроение в 1 колонну способом переступанием; ходьба и бег на носках, с высоким подниманием колен. Бег между расставленными предметами, в заданном направлении, обегая предметы.	С мячами	Прыжки на одной ноге на другой 10-15 раз. Подпрыгивание на месте с хлопками перед собой, за спиной, над головой.		Подброс мяча двумя руками над головой и ловля после хлопка. Прокатывание оюруча и бег за ним.		"Ловишки"
3	Построение и перестроение из шеренги в колонну по 2, ходьба парами через середину зала с остановкой по сигналу. Бег мелким и широким шагом. Непрерывный бег 1,5 мин.	Без предметов		Ходьба по канату приставным шагом правым и левым боком. Стойка на носках на скамейке.	Подброс мяча двумя руками над головой и ловля после удара о пол. Прокатывание набивного мяча	Ползание по скамейке на предплечьях и коленях.	"Мы ребята-дошколята"
4	Построение и перестроение из шеренги в колонну по 1, ходьба обычная, на носках, пятках. Бег 10 м. 2-4 раза. Челночный бег 2 по 10, 3 по 10 м.	С палками	Запрыгивание на возвышение 20 см. Прыжок в длину с места.	Х-ба по скамейке с переклад. малого мяча под колено. Стойка на носках.		Ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч 3-4 м.	"Охотник и утки"

	ОКТАБРЬ						
--	---------	--	--	--	--	--	--

Задачи: обучать детей основным видам движений; продолжать учить сохранять равновесие; развивать глазомер  
 учить набивать мяч правой и левой рукой на месте; обучать детей приземлению на полусогнутые ноги в прыжках в длину и высоту с разбега;  
 учить спрыгивать со скамейки и с батута с поворотом вокруг себя; упражнять в лазании, перелезании и ползании.

1	Строевые упражнения на месте. Выполнение команд "Равняйся-смирно". Перестроение из шеренги в колонну по 1, ходьба приставным шагом. Бег с ловлей и увертыванием.	№5 без предметов	Прыжки через короткую скакалку с одной ноги на другую. Прыжок в высоту с разбега.	Ходьба по скамейке правым и левым боком приставным шагом. Пробегание по скамейке.	Метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы.		"Перелет птиц"
2	Ходьба с изменением направления по сигналу. Бег змейкой, с перестроением в пары, звенья по 3 человека. Перестроение в круг.	№6 с палками	Напрыгивание на возвышение 20 см. двумя ногами.		Метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мягкие и колючие мячи).	Переползание и подлезание через скамейку. Пролезание в туннель.	"Собери урожай!"
3	Построение и перестроение из шеренги в колонну по 2, ходьба парами через середину зала, проход с расхождением и перестроением в 1 колонну. Бег в течении 2 минут. Бег с пролезанием в обруч.	№7 с мячами		Ходьба по скамейке с высоким подниманием колен. Кружение парами, держась за руки.	Метание в вертикальную цель правой и левой рукой. Переброс мяча из одной руки в другую.	Подлезание под шнур, ползание на четвереньках, огибая предметы.	"Мышеловка"
4	Построение и перестроение из шеренги в колонну по 1, ходьба на носках и пятках, на внешнем своде стопы. Бег группами, догоняя и убегая от ловящих.	№8 без предметов	Напрыгивание на мягкое возвышение, спрыгивание на полусогнутые ноги. Прыжок в длину с разбега.	Х-ба по скамейке на встречу друг другу.		Лазание по гимнастической стенке произвольным способом.	"Удочка"
5	Диагностика, наблюдение, тестирование						



	Ноябрь						
--	--------	--	--	--	--	--	--

Задачи: упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения, "змейкой", по диагонали, противоходом; закреплять умение удерживать устойчивое положение на уменьшенной опоре; упражнять в прыжках на двух ногах с мягким приземлением на полусогнутые ноги; учить детей забрасывать мяч в кольцо двумя руками от груди, набивать мяч правой и левой рукой на месте и в движении.

1	Построение в шеренгу, перестроение в 3 колонны перестроение в 3 звена, ходьба и бег змейкой и между расставленных предметов.	№9 с флажками	Прыжки на правой и левой ноге 2-2,5 м..	Ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики. Стойка на одной ноге.	Перебрасывание мяча из одной руки в другую.		"Затейники"
2	Построение в шеренгу, перестроение в 2 колонны, размыкание приставным шагом руки в стороны. Ходьба перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами. Бег 1,5м.	№10 с палками	Прыжки произвольно на месте, прокручивая скакалку вперед.		Ведение мяча 5-6 м. отбивание мяча о землю на месте 10 раз.	Ползание по скамейке на животе, на четвереньках по прямой, подталкивая мяч головой.	"Пожарные на учениях"
3	Строевые упражнения на месте, ходьба и бег врассыпную. Бег под вращающейся скакалкой.	№11 с обручами		Ходьба по узкой дорожке. Приседание после бега на носках, руки в стороны.	Подбрасывание мяча и ловля одной рукой 4-5 раз подряд.	Ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени.	"Мяч о стену"
4	Построение в шеренгу, перестроение в 1 колонну. Ходьба и бег по диагонали, высоко поднимая колени, с перестроением в пары. Бег мелким и широким шагом.	№12 без предметов	Подпрыгивание на месте 30 раз подряд 2 раза.	Х-ба по скамейке с мешочком на голове. Приседание после бега на носках, руки в стороны.		Лазание на гимнастическую стенку произвольно до верха и спуск вниз, не пропуская реек.	Игра эстафета "Передача палочки"

	Декабрь						
--	---------	--	--	--	--	--	--

Задачи: учить детей перестроению во время ходьбы; упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному с сохранением дистанции; учить сохранять равновесие при ходьбе по уменьшенной опоре; учить напрыгивать на гимнастическую скамейку двумя ногами; отрабатывать упражнения из "Школы мяча"; закреплять умение бросать мяч в горизонтальную и вертикальную цели.

1	Построение и перестроение на месте из шеренги в 1 колонну. Ходьба с поворотом во время движения. Бег в умеренном темпе 1,5-2 мин. Бег с пролезанием в обруч.	№13 с кубиками	Прыжки перепрыгивание через короткую скакалку на месте. Прыжки из обруча в обруч.	Х-ба по наклонной доске шириной 10 см. Х-ба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку к носку.	Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы из исходного положения стоя на коленях.		"1,2,3-мяч не урони!"
2	Построение в шеренгу, перестроение в 1 колонну, ходьба за ведущим, держась руками за пояс впереди стоящего; бег с перестроением в пары, звенья, со сменой ведущего на ходу.	№14 без предметов	Прыжки со сменой ног у гимнастической стенки, напрыгивание на первую рейку двумя ногами, придерживаясь руками.		Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка двумя руками. Прокатывание обруча в парах	Ползание на ладонях и стопах по скамейке, подлезание под шнур по-пластунски.	"Северный и южный ветер"
3	Ходьба с различными видами движений под музыкальное сопровождение, бег в чередовании с подскоками, поднимая колени поочередно.	№15 с мячами		Ходьба по скамейке правым и левым боком с мешочком на голове. Пробегание по скамейке.	Бросок мяча о стену одной и двумя руками снизу, ловля после отскока мяча о пол. Ведение мяча 5-6 м.	Ползание на животе по скамейке, подтягиваясь руками. Ползание на четвереньках задом наперед.	"Два мороза"
4	Построение и перестроение на месте из шеренги в 1 колонну. Ходьба с поворотом во время движения, соблюдая дистанцию, бег, голоп, подскоки. Бег под вращающейся скакалкой.	№16 без предметов	Напрыгивание на скамейку высотой 20 см. ноги вместе ноги врозь.	Ходьба на встречу друг другу, с расхождением в разные стороны.	Отбивание мяча об пол 10 раз.	Влезание на стенку и спуск вниз чередующимся шагом.	"Змея без хвоста"

	Январь						
--	--------	--	--	--	--	--	--

Задачи: учить детей построению в две колонны во время движения; ходить парами через середину зала с расхождением в разные стороны; перестраиваться из двух колонн в одну; продолжать обучение ведения мяча в прямом направлении и забросу в кольцо; учить влезать на гимнастическую стенку по наклонной доске, переходить приставным шагом с пролета на пролет, фиксировать упражнение, стоя на одной ноге и держась одной рукой "Звезда".

1	Построение в шеренгу, выполнение команд "Равняйся-мирно!" Размыкание и смыкание приставным шагом в правую и левую сторону. Ходьба и бег с выполнением заданий по сигналу. Непрерывный бег 1,5-2 минуты.	№18 с мячами	Прыжки с продвижением вперед, прокручивая скакалку.		Бросок мяча вверх правой рукой ловля левой, затем бросок левой вверх и ловля правой.	Проползание в тоннель на четвереньках, подталкивая мяч перед собой головой.	"Совушка", Эстафета обруч, как скакалка!
2	Построение в шеренгу, перестроение в 1 колонну, ходьба за ведущим; бег между предметами с выполнением заданий. Бег с ловлей и увертыванием.	№19 без предметов		Ходьба с перешагиванием через набивные мячи. Ходьба по узкой доске, подставляя пятку к носку.	Перебрасывание мяча двумя руками от груди из исходного положения сидя и стоя на коленях.	Проползание в тоннель или под дуги на спине и животе.	"Море волнуется"
3	Построение и перестроение из шеренги в колонну, ходьба противоходом, с захлестом голени; бег с перестроением в два круга. Бег с пролезанием в обруч.	№20 со скакалками	Прыжки через скакалку на месте; прыжки напрыгивание на возвышение 20 см. двумя ногами.	Ходьба правым и левым боком по гимнастической скамейке. Кружение парами, держась за руки.	Ведение мяча в прямом направлении правой и левой рукой 5-6 метров.	Лазанье на гимнаст. Стенку и спуск чередующимся шагом.	"Салют", эстафета "Мяч бросай-лови-садись!"

	Февраль						
--	---------	--	--	--	--	--	--

Задачи: упражнять детей в ходьбе широким и семенящим шагом; вырабатывать выносливость в беге на длинную дистанцию; упражнять детей в метании вдаль правой и левой рукой; обучать прыжкам в высоту с разбега, через планку и приземляться на полусогнутые ноги. Учить набивать мяч на месте правой и левой рукой, с продвижением вперед и с продвижением по кругу.

1	Построение и перестроение из шеренги в колонну, ходьба парами, глубокими выпадами; бег в колонне по одному с подскоками, галопом, бег врассыпную, мелким и широким шагом.	№21 с обручами	Прыжки из обруча в обруч ноги вместе ноги врозь "Классики".	Ходьба по канату приставным шагом. Ходьба по шнуру, подставляя пятку к носку.	Переброс мяча через сетку.		"Пожарные на учениях"
2	Построение и перестроение из шеренги в колонну, ходьба с поворотом по сигналу, бег с изменением направления. Бег под вращающейся скакалкой	№22 без предметов	Прыжки в высоту с разбега с энергичным отталкиванием.		Метание в вертикальную и горизонтальную цель предметов разной массы.	Подлезание под шнур в группировке. Ползание змейкой между кеглями.	"Карусель"
3	Построение в шеренгу, расчет на 1,2,3. Построение в звенья, ходьба и бег врассыпную по сигналу построй свое звено. Бег в заданном темпе, обегая предметы.	№23 с веревками		Перешагивание через кубики. Стойка ласточка. Поднимание на носки о опускание на всю стопу на скамейке.	Прокати обруч в парах. Заброс мяча в корзину.	Ползание по скамейке на ладонях и ступнях. Подползание под скамейкой.	Эстафета "Передай мяч"
4	Построение и перестроение из шеренги в колонну, ходьба широким шагом, выпадами; бег в умеренном темпе 1,5-2 мин.	№24 с мячами	Прыжки на правой и левой ноге. Перепрыгивание через модуль высотой 30 см.	Ходьба с перешагиванием через набивные мячи. Пробегание по скамейке.	Отбивание мяча 10 раз.	Лазанье на гимнастическую стенку и спуск вниз разноименным способом.	"Гуси-лебеди"

	Март						
--	------	--	--	--	--	--	--

Задачи: учить детей правильному исходному положению в прыжках в длину с места; упражнять детей в метании мешочков с песком вдаль; упражнять детей в играх с мячом; развивать ловкость в играх эстафетах; продолжать обучение забрасывать мяч в кольцо. Развивать глазомер в игре с кольцебросом.

1	Построение и перестроение из шеренги в колонну; ходьба с выполнением заданий по показу педагога, бег со сменой ведущего, бег с перестроением на ходу в пары.	№25 без предметов	Перепрыгивание через планки, поднятые на 30 см. Спрыгивание с высоты в обозначенное место.	Ходьба и бег по наклонной доске. Приседание после бега на носках руки в стороны.	Переброс мячей в парах и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях.		Игра-эстафета "Кто быстрее добежит до игрушки?"
2	Ходьба приставным шагом под музыку, бег между расставленными предметами. Построение в 3 колонны.	№26 с обручами	Прыжки на батуте. Подпрыгивание на полу на правой и левой ноге 10 раз подряд.	Х-ба с кольцом на голове. Кружение, остановка, всать на одну ногу.	Набивание мяча одной рукой 5-6 метров.		"Ловишки, бери ленту"
3	Построение и перестроение из шеренги в колонну; ходьба с выполнением заданий, бег на скорость. Челнлчный бег.	№27 со скакалками	Прыжки на скамейке с опорой на руки. Прыжки с продвижением вперед 3-4 м.	Х-ба по скамейке навстречу друг другу с расхождением.		Ползание по скамейке на четвереньках назад.	"Выбить футбол мяч из обруча"
4	Построение в шеренгу, расчет на 1,2. Перестроение в пары. Ходьба и бег парами с высоко подниманием колен. Бег 10 м. 2-4 раза.	№28 с кеглями		Ходьба на носках с мешочком на голове. Стойка на одной ноге на скамейке.	Прокатить мяч и сбить кеглю. Забросить мяч в кольцо.	Пролезание в обруч правым и левым боком. Подлезание под скамейкой.	"Удочка"

	Апрель						
--	--------	--	--	--	--	--	--

Задачи: упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по 1, врассыпную, змейкой, по кругу, по диагонали с остановкой по сигналу; закреплять умение принимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места и спрыгивании со скамейки; учить метанию на дальность; упражнять ползанию на ладонях и ступнях, по-пластунски на животе; продолжать обучению лазания по гимнастической стенке с переходом приставным шагом на соседние пролеты стенки.

1	Строевые упражнения в шеренге, повороты на месте, перестроение в 1 колонну, ходьба по кругу, по диагонали, бег врассыпную в умеренном темпе 1,5-2 минуты.	№29 без предметов	Прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперед из обруча в обруч. Прыжки через короткую скакалку.	Ходьба по канату приставным шагом правым и левым боком с мешочком на голове.	Метание мешочков с песком в горизонтальную цель и вдаль.		"Ждут нас быстрые ракеты"
2	Строевые упражнения в шеренге, повороты на месте, перестроение в 1 колонну, ходьба выпадами, бег по кругу, по диагонали, с ускорением 10 метров 2-4 раза.	№30 с палками	Прыжки на батуте. Спрыгивание с высоты в обозначенное место.		Подбросить мяч и поймать двумя руками. Прокатывание обручей в прямом направлении.	Пролезание в обруч правым и левым боком. Подлезание под скамейкой. Ползание на четвереньках, подталкивая мяч головой.	"Хвостики"
3	Построение и перестроение из одной шеренги в две. Поворот на месте направо, ходьба и бег парами, с выполнением заданий. Челночный бег 2 по 5, 2 по 10м.	№31 на скамейке		Ходьба спиной вперед с мешочком на голове. Х-ба по узкой доске.	Метание мягких мячей в вертикальную цель.	Ползание по скамейке на предплечьях и коленях, на ступнях и ладонях..	Эстафета "Поменяй предмет"
4	Построение и перестроение прыжком, ходьба и бег с высоким подниманием колен, с изменением направления движения. Бег на скорость 20 метров.	№32 без предметов	Прыжки вдоль шнура без остановок правым и левым боком.	Ходьба по скамейке, поднимая колени и делая хлопок под коленом.		Лазанье по стенке, с переходом с пролета на пролет, спуск не пропуская реек произвольно.	"Мышеловка"
5	Диагностика, наблюдение, тестирование						

	Май						
--	-----	--	--	--	--	--	--

Задачи : продолжать учить и закреплять умение детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры; закреплять умение набивать мяч на месте одной рукой; упражнять в метании в горизонтальную цель правой и левой рукой; повторить прыжки на батуте и соскок с батута; упражнять в лазании и перелезании через предметы.

1	Строевые упражнения на месте, ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, по сигналу бег в колонне по 1, бег по диагонали, бег в медленном темпе 250-300 метров, ходьба с восстановлением дыхания.	№33 с малым мячом	Прыжки в длину с места, прыжки с продвижением вперед на двух ногах до ориентиров.	Х-ба по скамейке с перешагиванием через кубики. Х-ба навстречу друг другу и расхождение по доске на полу.	Бросание мяча в стенку одной рукой ловля двумя руками. Подброс ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд.		"Прикрепи лучики солнышку"(с помощью бельевых прищепок"
2	Построение и перестроение из шеренги в колонну по 1, ходьба со сменой ведущего, бег со сменой направления. Непрерывный бег 1,5-2 минуты.	№34 без предметов	Прыжки в длину с разбега, Спрыгивание со скамейки в обозначенное место.		Переброс мяча от груди в парах, заброс мяча в кольцо.	Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками.	"Клей"
3	Строевые упражнения на месте, ходьба и бег широкими шагами, подскоками, галопом. Бег группами, догоняя убегающих и убегая от ловящих. Бег на скорость 20 м.	№35 с кубиками		Ходьба по бревну, по скамейке, по канату.	Ведение мяча правой и левой рукой 5-6 метров.	Ползание по скамейке на животе, влезание на стенку и переход с пролета на пролет.	"Набрось кольцо"
4	Построение по звеньям. Ходьба и бег под музыкальное сопровождение, с выполнением заданий. Ходьба выпадами, высоко поднимая колени. Бег под вращающейся скакалкой. Медленный бег 250-300 метров.	№36 с кольцами	Прыжки "Классики" на правой и левой ноге. Перепрыгивание через предметы высотой 30см. Прыжки через скакалку.	Ходьба по наклонной доске, шириной 10 см, поворот вокруг себя; ходьба по скамейке в полуприседе, руки на поясе.		Ползание по скамейке, подтягиваясь руками. Ползание на четвереньках, подталкивая мяч головой 3-4 метра.	"Прокатить колечко с помощью гимнастической палки"

### Подготовительная группа

	СЕНТЯБРЬ						
--	----------	--	--	--	--	--	--

Задачи: формировать правильную осанку, развивать ориентировку в пространстве; воспитывать дисциплинированность; учить выполнять распоряжения педагога; развивать моторную память, творческое мышление, быстроту реакции.

Неделя	Строевые упражнения Ходьба и бег	ОРУ	ПРЫЖКИ	РАВНОВЕСИЕ	МЕТАНИЕ	ЛАЗАНИЕ	ИГРЫ
1	Строевые упражнения, перестроение из шеренги в колонну; х-ба с высоким подниманием колен, бег 10м. С наименьшим числом шагов, подскоки.	Без предметов	Прыжки вперед с продвижением между предметов "Змейкой". Прыжки в длину с места.		Ведение мяча в ходьбе "Змейкой", огибая предметы, одной рукой, ловля двумя. Метание вдаль.	Лазанье по веревочной лестнице. Ползание на четвереньках в прямом направлении.	"Сбей мячом кеглю!"
2	Построение в шеренгу. Размыкание и смыкание приставным шагом. Перестроение в колонну переступанием. Обычная ходьба, бег медленный 2-3м.	С палками	Прыжок в длину с места, с разбега на соревнование.	Подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой катя набивной мяч.	Метание мешочка(200 г) в вдаль. Ведение мяча по кругу правой и левой рукой.		"Ударить мяч ногой и сбить кегли"
3	Построение в шеренгу, перестроение в колонну; ходьба с выпадами, приставляя ногу, на выпад-хлопок перед собой; бег с поворотом вокруг себя, со сменой направления движения. Быстрый бег 20 м. Челночный бег 3по10, наперегонки.	Без предметов		Х-ба по скамейке на носках, на середине перешагнуть через палку. Стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза.	Набивание мяча на месте от пола, чередуя правую и левую руку 10 раз. Переброс мяча двумя руками от груди и из-за головы в парах, сидя по-турецки.	Выполнение заданий на канате(захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками).	"Чье звено быстрее соберется?" "Найди и промолчи"



Неделя	Строевые упражнения Ходьба и бег	ОРУ	ПРЫЖКИ	РАВНОВЕСИЕ	МЕТАНИЕ	ЛАЗАНИЕ	ИГРЫ
4	Построение в шеренгу. Повороты кругом. Перестроение в колонну переступанием. Ходьба приставным шагом правым и левым боком с пружинкой. Бег, выбрасывая прямые ноги вперед, с захлестом голени, "Змейкой". Боковой и прямой галоп, подскоки с ноги на ногу.	С веревками	Подпрыгивание вверх из глубокого приседа. Прыжки на месте 30 раз в чередовании с ходьбой.	Х-ба по скамейке на носках, руки в стороны, на середине пролезание в обруч, затем поворот вокруг себя, спуск. Стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза.		Лазанье по веревочной лестнице. Влезание на канат на доступную высоту.	"Охотник и утки" "Ловкие пальчики"

	ОКТЯБРЬ						
--	---------	--	--	--	--	--	--

Задачи: учить детей ходить и бегать в колонне по одному и по два, четко выполнять задания по сигналу. Продолжать укреплять осанку в упражнениях на равновесие; учить бросать мяч точно в цель; влезать на гимнастическую стенку разноименным способом; вырабатывать выносливость в играх-эстафетах

Неделя	Строевые упражнения Ходьба и бег	ОРУ	ПРЫЖКИ	РАВНОВЕСИЕ	МЕТАНИЕ	ЛАЗАНИЕ	ИГРЫ
1	Построение в шеренгу. Повороты на месте "Направо", "Налево", "Кругом". Ходьба выпадами. Бег вперед спиной. Бег со скакалкой. Бег челночный 3 по 10 м. наперегонки.	№5 без предметов	Прыжки с продвижением вперед с мешочком(200г), зажатым коленями расстояние 5м. Прыжки через короткую скакалку.	Х-ба до середины скамейки, поворот "кругом", дойти до конца и прыгнуть. Стойка на носках.	Метание мешочка(200г) в горизонтальную цель способом от плеча с расстояния 5м. Метание вдаль в движущуюся цель.		Игра - эстафета "Проползи в тоннель"
2	Построение в шеренгу, перестроение в 1 колонну, ходьба с высоким подъемом колен и бег 3 минуты в умеренном темпе. Бег со скакалкой.	№6 с палками		Ходьба по скамейке, на каждый шаг высоко поднимать прямую ногу вперед и делать хлопок под ней.	Отбивание мяча о пол одной рукой и ловля двумя в ходьбе 10 раз без остановки. Переброс мяча в парах, сидя по-турецки.	Ползание по-пластунски вперед и назад на расстоянии 4-5 м. Ползание на спине, отталкиваясь руками и ногами.	"Переправа с мячом"
3	Построение в шеренгу. Расчет на 1,2,3, перестроение в 3 шеренги, поворот направо переступанием, ходьба 3 колоннами через середину зала, перестроение в 1 колонну. Бег парами, тройками, четверками. Бег с остановкой по сигналу.	№7 с обручами	Напрыгивание на первую рейку стенки, придерживаясь руками. Прыжок через обруч, вращая его как скакалку.	Ходьба по скамейке, на середине подлезание в обруч в группировке.	Метание мешочка(200г) в гориз. и вертик. цель способом от плеча правой и левой рукой. Катание мяча пр. и лев. ногой по прямой, змейкой, между конусов.		"Горячая картошка" "Ловкие пальчики"

Неделя	Строевые упражнения Ходьба и бег	ОРУ	ПРЫЖКИ	РАВНОВЕСИЕ	МЕТАНИЕ	ЛАЗАНИЕ	ИГРЫ
4	Построение и перестроение из 1 шеренги в 2. Ходьба парами с заданиями: боком приставным шагом, спиной и лицом друг к другу; перекрестная ходьба, бег врассыпную, бег парами, тройками, четверками. Бег в сочетании с прыжками(из кружка в кружок).	№8 без предметов	Напрыгивание на скамейку двумя ногами и спрыгивание вперед в заданное место. Прыжки с поворотом вокруг себя.	Ходьба по скамейке, приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку скамейки.	Ведение мяча в прямом направлении 5 м правой рукой и бросок мяча в баскетбольную корзину, подобрать мяч и ведение в обратную сторону левой рукой.	Ползание по гимнастической скамейке на животе и перелезание по - пластунски под скамейкой. Пролезание в обруч разным способом.	"Пожарные на учениях", "Летает- не летает"
5	Диагностика, наблюдение, тестирование						

	Ноябрь						
--	--------	--	--	--	--	--	--

Задачи: обучать детей прыжкам на скакалке на двух ногах на месте и с продвижением вперед; продолжать обучение метанию в цель; упражнять ведению мяча правой и левой рукой в прямом направлении и перекидывать мяч в парах и ловить его; учить устойчивому равновесию на уменьшенной опоре; продолжать развивать творческое мышление.

Неделя	Строевые упражнения Ходьба и бег	ОРУ	ПРЫЖКИ	РАВНОВЕСИЕ	МЕТАНИЕ	ЛАЗАНИЕ	ИГРЫ
1	Построение в 3 колонны, перестроение в 3 звена, ходьба и бег по кругу, взявшись за руки с остановкой по сигналу. Бег из положения сидя по-турецки.	№9 с флажками	Прыжки "Классики" из обруча в обруч на правой и левой ноге. Пробегание под вращающейся скакалкой.	Х-ба по линиям спиной вперед, подставляя носок к пятке. Стойка на одной ноге, закрыв глаза по сигналу	Метание легкими мячами (мякиши) в вертикальную цель. Катание мяча пр. и лев. ногой по прямой в парах.		Игра-эстафета "Переправа на обручах", "Эхо"
2	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по 1, обычная ходьба и бег высоко поднимая колени, выбрасывая прямые ноги перед собой.	№10 на скамейке	Прыжки с опорой на руки с продвижением вперед по скамейке. Напрыгивание на возвышение 30 см. с разбега в 3 шага.		Метание легкими мячами (мякиши) в горизонтальную цель. Подброс и ловля мяча после хлопка руками.	Проползание в тоннель на четвереньках, подталкивая головой мяч.	"Самолеты", "Затейники"
3	Строевые упражнения на месте, ходьба и бег врассыпную, по сигналу остановка в упоре присев. Перестроение в колонну по 1, взять мяч и по ходу движения выполнять задания из "Школы мяча".	№11 с палками	Прыжки на батуте, руки на поясе, соскок с батута на мат. Прыжки на месте вверх 30 раз, чередуя с ходьбой.		Бросание мяча в стену и ловля. Ведение мяча одной рукой между предметов змейкой и заброс в кольцо двумя руками от груди.	Ползание по полу на четвереньках спиной вперед, огибая предметы "Змейкой".	"Выше ноги от земли", "Найди и промолчи"

	Строевые упражнения Ходьба и бег	ОРУ	ПРЫЖКИ	РАВНОВЕСИЕ	МЕТАНИЕ	ЛАЗАНИЕ	ИГРЫ
4	Строевые упражнения на месте. Ходьба и бег под музыкальное сопровождение по диагонали выпадами, в приседе с различными движениями рук, змейкой, противоходом, с захлестом голени, с высоким подниманием колен.	№12 с мячами	Прыжки на скакалке на месте и с продвижением вперед. Прыжки на нейро скакалках.	Ходьба по скамейке на середине присесть, встать, сделать поворот вокруг себя и дойти до конца, руки на поясе.	Заброс мяча в баскетбольную корзину. Прокатить мяч ногой "Змейкой" между предметов.	Влезание на гимнастическую стенку до верха, проход по всем пролетам приставным шагом, спуск вниз чередующим шагом.	Игра-эстафета "Переправа с мячами", "Угадай, кто позвал?"

Неделя	Декабрь						
--------	---------	--	--	--	--	--	--

Задачи: учить детей выполнять задания по сигналу педагога; тренировать выносливость; упражнять в прыжках на батуте; развивать глазомер; учить выполнять задания с мячом (школа мяча); упражнять в ползании, перелезании, подлезании под шнур и лазании.

Неделя	Строевые упражнения Ходьба и бег	ОРУ	ПРЫЖКИ	РАВНОВЕСИЕ	МЕТАНИЕ	ЛАЗАНИЕ	ИГРЫ
1	Построение и перестроение на месте из шеренги в 1 колонну. Ходьба с поворотом во время движения. Бег на выносливость 3м. под музыкальное сопровождение. Бег наперегонки.	№13 без предметов	Прыжки вверх с места через предметы. Напрыгивание на мягкое возвышение 30см. С 3 шагов.	Ходьба по скамейке в глубоком приседе, руки за головой.	Подбрасывание и ловля мяча двумя руками 20 раз подряд.		"Большая черепаха", "Самомассаж"
2	Построение в шеренгу, приветствие. Выполнение команд "Равняйся-смирно", расчет на 1,2. Перестроение в пары. Ходьба по кругу в парах, бег высоко поднимая колени, врассыпную с остановкой по сигналу "Найди свою пару". Игра "Золотые ворота".	№14 в парах	Прыжки, смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук.		"Школа мяча": Подброс и ловля после хлопка. Ударить мяч о пол двумя руками и поймать одной. Ударить мяч о пол и поймать после поворота вокруг себя.	Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками. Ползание на предплечьях и коленях. Пролезание в обруч.	"Мы ребята-дошколята", "Четыре стихии"

Неделя	Строевые упражнения Ходьба и бег	ОРУ	ПРЫЖКИ	РАВНОВЕСИЕ	МЕТАНИЕ	ЛАЗАНИЕ	ИГРЫ
3	Х-ба с различными видами движений, бег с подскоками, выпадами, с высоким подъемом колен, с захлестом голени, вперед спиной. Бег из разных исходных положений: лежа на животе, ногами по направлению к движению, лежа на спине, головой к направлению бега.	№15 с палками	Спрыгивание со скамейки из положения вперед спиной. Подпрыгивание на месте 30 раз.	Х-ба по скамейке правым и левым боком в глубоком наклоне не сгибая колени. Х-ба с поворотом вокруг себя на середине скамейки.	Перебрасывание мяча в парах двумя руками снизу. Набивание мяча на месте 10 раз правой рукой и переброс мяча партнеру, стоя к нему спиной.		"День и ночь", "Что изменилось?" "Перестрелка через сетку"
4	Построение в круг, расчет на 1,2 и перестроение в два круга. Ходьба бег в умеренном темпе. Дети во внутреннем кругу идут и бегут в противоположную сторону, по отношению к детям, стоящих на внешнем круге.	№16 с шнурами-веревками	Прыжки, смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук. Прыжки через короткую скакалку с ноги на ногу.	Х-ба по скамейке в глубоком приседе, пронося прямую ногу вперед сбоку скамейки. Х-ба с поворотом вокруг себя на середине скамейки.	Перебрасывание мяча в парах двумя руками снизу, лежа на животе. Набивание мяча на месте 10 раз правой рукой и переброс мяча партнеру, стоя к нему лицом.	Пролезание в туннель на спине, отталкиваясь руками и ногами.	"Воробьи и вороны"

	Январь						
--	--------	--	--	--	--	--	--

Задачи: развивать и совершенствовать силу, ловкость, быстроту, выносливость в процессе подвижных игр; формировать у детей умение самостоятельно применять движения в зависимости от поставленных задач педагогом; упражнять детей в ведении мяча баскетбольным способом и забрасывать мяч в корзину от груди двумя руками; воспитывать чувство товарищества, взаимовыручку в играх-эстафетах.

Неделя	Строевые упражнения Ходьба и бег	ОРУ	ПРЫЖКИ	РАВНОВЕСИЕ	МЕТАНИЕ	ЛАЗАНИЕ	ИГРЫ
1	Построение в шеренгу, перестроение в 1 колонну, ходьба в приседе с различными движениями руками и бег со сменой ведущего по сигналу.	№18 с кубиками	Спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги. Вбегание под вращающуюся скакалку-прыжок--выбегание.		Набивание мяча на месте правой и левой рукой. Бросание мяча в корзину.		"Меткий охотник", "Вкусный чай"
	Строевые упражнения Ходьба и бег	ОРУ	ПРЫЖКИ	РАВНОВЕСИЕ	МЕТАНИЕ	ЛАЗАНИЕ	ИГРЫ



2	Построение в шеренгу, перестроение в 1 колонну, ходьба скрестным шагом, с захлестом голени, с подниманием колен и бег с выбрасыванием прямых ног вперед.	№19 с малым мячом		Удержание равновесия, стоя на носках, затем опуститься на полную стопу и встать в ласточку. Кружение с остановкой.	Прокатывание обручей в парах. Ползание по-пластунски до линии метания и бросок мешочка в вертикальную цель из положения лежа на животе.	Лазание на гимнастическую стенку по первому пролету, а спуск по соседнему пролету, чередующим шагом, затем снова лазание на верх и спуск вниз .	"Море волнуется", "Варим кашу"
3	Построение и расчет на 1, 2, 3. Перестроение в три звена. Ходьба по кругу. Поворот по сигналу, ходьба в противоположном направлении, бег врассыпную 2-3 минуты.	№20 без предметов	Прыжки напрыгивания на малую скамейку ноги вместе-врозь. Напрыгивание на возвышение высотой 30см. С 3 шагов.	Ходьба по скамейке правым и левым боком. Подпрыгивание на одной ноге, второй катя перед собой набивной мяч.		Пролезание в тоннель на спине. Влезание на гимнастическую стенку, спуск одноименным способом.	"Кот и мыши", "Снежинки-пушинки"

	Февраль						
--	---------	--	--	--	--	--	--

Задачи: учить детей ходить с перекатом с пятки на носок, удерживая равновесие; упражнять в беге на выносливость;

упражнять детей в прыжках в высоту с разбега, способом перешагивания; закреплять навык броска мяча в баскетбольную корзину.

Учить бросать набивной мяч (1 кг) двумя руками из-за головы вдаль, учить прыгать на фитболе с продвижением вперед.

Неделя	Строевые упражнения Ходьба и бег	ОРУ	ПРЫЖКИ	РАВНОВЕСИЕ	МЕТАНИЕ	ЛАЗАНИЕ	ИГРЫ
1	Построение в шеренгу, расчет по порядку; повороты на месте. Ходьба и бег со сменой ведущего, с выполнением заданий по сигналу. Бег со скакалкой.	№21 с косичками	Прыжки с продвижением вперед, сидя на фитболах. Прыжки на месте через обруч, вращая его как скакалку.		Набивание мяча одной рукой на месте 10 раз без остановок, затем перекинуть мяч партнеру двумя руками снизу. Метание мягких мячей в вертикальную цель.		Игра-эстафета "Передай мяч", "Самый длинный прыжок"
2	Построение в шеренгу; повороты на месте. Ходьба и бег за ведущим, построение парами, тройками, четверками.	№22 в парах	Прыжки в высоту с разбега на соревнование.	Удержание равновесия, стоя на одной ноге "ласточка", руки в стороны.		Лазание по наклонной лестнице, переход на стенку, спуск чередующим шагом. Ползание по скамейке на предплечьях и коленях.	"Змея без хвоста", "Меткий стрелок"

Неделя	Строевые упражнения Ходьба и бег	ОРУ	ПРЫЖКИ	РАВНОВЕСИЕ	МЕТАНИЕ	ЛАЗАНИЕ	ИГРЫ
3	Построение в шеренгу, расчет на 1,2,3. Построение в звенья, ходьба и бег врассыпную, по сигналу собери свое звено "Кто быстрее?" Бег наперегонки, челночный бег 2по5.	№23 без предметов	Напрыгивание на возвышение высотой 30 см. Прыжки ноги вправо-влево-вперед-назад. Прыжки вдоль каната вправо-влево с продвижением вперед.	Легкий бег с кружением под музыкальное сопровождение, после остановки музыки остановиться на одной ноге, удерживая равновесие.	Переброс мяча через шнур в парах, первый игрок бросает одной рукой, второй ловит двумя руками.		"Мышеловка", "Дядюшка Трифон"
4	Построение в шеренгу, прыжком поворот направо. Ходьба и бег с изменением направления, бег по диагонали с ускорением. Бег в умеренном темпе 3 м. Бег 10м. С наименьшим числом шагов.	№24 с малым мячом	Прыжки на скамейке с опорой на руки "Лягушата". Прыжки напрыгивания и спрыгивания, ноги вместе-ноги врозь с продвижением вперед, руки на поясе вдоль малой скамейки.	Ходьба по буму с перешагиванием через палку, положенную на середине и пролезанием в конце через обруч.	Бросок набивного мяча двумя руками снизу и ловля партнером, затем партнер прокатывает мяч обратно по земле, интенсивно отталкивая двумя руками.	Лазание на гимнастическую стенку произвольным способом, проход на руках 3 пролета без помощи ног, спуск не пропуская реек.	"Выбить мячом футбол", "Запомни и повтори"

	Март						
--	------	--	--	--	--	--	--

Задачи: учить детей выполнять задания по сигналу в парах; упражнять детей в беге с мячом в руках и выполнять задания во время движения;  
развивать скоростно-силовые качества; упражнять в метании набивных мешочков в горизонтальную и вертикальную цель.

Неделя	Строевые упражнения Ходьба и бег	ОРУ	ПРЫЖКИ	РАВНОВЕСИЕ	МЕТАНИЕ	ЛАЗАНИЕ	ИГРЫ
1	Построение в шеренгу, расчет по порядку, перестроение из шеренги в колонну; ходьба с выполнением заданий по показу педагога, бег с мячом в руках с выполнением заданий, с остановкой по сигналу. Бег в сочетании с прыжками из обруча в обруч.	№25 со скакалками	Перепрыгивание через планки, поднятые на 30 см. способом "Козлик", прыжки через короткую скакалку на месте произвольно.		Метание мешочков с песком вдаль. Ведение мяча правой и левой рукой, затем встать на скамейку и перебросить мяч педагогу, и поймать обратно, продвигаясь по скамейке боком.	Подлезание под шнур перекатом "Бревнышком". Ползание по скамейке вперед и назад, на животе и на спине.	Игра-эстафета "Кто быстрее добежит до ориентира?"
2	Построение в круг, расчет на 1,2. Перестроение в два круга. Ходьба приставным шагом под музыку. Бег в умеренном темпе 2-3 минуты. Построение в 3 колонны.	№26 с обручами	Прыжки на батуте, прыжок с батута на мат в заданное место. Прыжки вверх на месте из глубокого приседа.		Набивание мяча одной рукой на месте. Заброс мяча в баскетбольную корзину.	Влезание на гимнастическую стенку и спуск разноименным способом.	"Ловишки, бери ленту"

Неделя	Строевые упражнения Ходьба и бег	ОРУ	ПРЫЖКИ	РАВНОВЕСИЕ	МЕТАНИЕ	ЛАЗАНИЕ	ИГРЫ
3	Построение и перестроение из шеренги в колонну; ходьба скрестным шагом, приставным шагом и вперед спиной, бег на скорость по диагонали парами наперегонки.	№27 в парах	Прыжки на скамейке с опорой на руки. Прыжки на одной ноге с продвижением вперед, толкая перед собой шайбу.	Ходьба по узкой доске в глубоком приседе, руки за головой.	Прокатывание мяча с помощью обруча. Прокатывание обручей в прямом направлении в парах.		"Забей в ворота", "Запрещенное упражнение"
4	Построение в шеренгу, расчет на 1,2. Перестроение в пары. Ходьба перекатом с пятки на носок, бег по кругу со сменой ведущего. Бег из разных исходных положений(сидя по-турецки, стоя спиной, лежа на животе и на спине).	№28 с флажками	Прыжки напрыгивания на скамейку и спрыгивание боком, с продвижением вперед.	Ходьба по узкой рейке скамейки прямо и боком. Ходьба по скамейке, на каждый шаг высоко поднять прямую ногу и сделать хлопок под ней.	Бросок и ловля набивного мяча в парах. Бросок мяча двумя руками сверху в парах с отскоком от пола и ловля после удара в середине зала.	Лазание на стенку разноименным способом и переход приставным шагом с пролета на пролет. Пролезание в туннель.	"Охотник и утки", "Где спрятано?"

	Апрель						
--	--------	--	--	--	--	--	--

Задачи: упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по 1, в рассыпную, змейкой, по кругу, по диагонали с остановкой по сигналу; закреплять умение принимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места и спрыгивании со скамейки; учить метанию на дальность; упражнять ползанию на ладонях и ступнях, по-пластунски на животе; продолжать обучение лазанию по гимнастической стенке и переходу по пролетам на одних руках, без помощи ног. Повторить упражнения из "Школы мяча".

Неделя	Строевые упражнения Ходьба и бег	ОРУ	ПРЫЖКИ	РАВНОВЕСИЕ	МЕТАНИЕ	ЛАЗАНИЕ	ИГРЫ
1	Строевые упражнения в шеренге, повороты на месте, перестроение в 1 колонну, ходьба по кругу, по диагонали, бег в рассыпную в умеренном темпе 2-3 минуты.	№29 с малым мячом	Прыжок в длину с места. Прыжки на скакалке с ноги на ногу. Бег со скакалкой в прямом направлении.		Метание мячей "Мякишей" по движущейся мишени. Набивание мяча на месте 10 раз правой и левой рукой.		Игра-эстафета "Передача палочки", "Золотые ворота"
2	Строевые упражнения в шеренге, повороты на месте, перестроение в 1 колонну, ходьба по кругу выпадами, высоко поднимая колени и делая хлопок под коленом, бег с захлестом голени, пробегание под скакалкой.	№30 с палками	Прыжки с продвижением вперед, прокручивая обруч, как скакалку.	Ходьба по узкой доске на середине присесть, затем встать и выполнить равновесие на одной ноге "Ласточка".	Подбросить мяч и поймать двумя руками. Метание в вертикальную цель.	Ползание по скамейке в упоре лежа "Крокодил".	"Выбить футбол мяч из обруча"
3	Построение и перестроение из одной шеренги в две. Поворот на месте направо, ходьба вперед спиной. Бег парами в умеренном темпе, прямой галоп..	№31 без предметов		Стойка на одной ноге с закрытыми глазами по сигналу. Ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони.	Метание мягких мячей в горизонтальную цель. Катание мяча правой и левой ногой, удар по мячу в цель (дуга, туннель).	Ползание по веревке, привязанной к гимнастической стенке с опорой на ноги.	"Хвостики", "Хромая лиса"

Неделя	Строевые упражнения Ходьба и бег	ОРУ	ПРЫЖКИ	РАВНОВЕСИЕ	МЕТАНИЕ	ЛАЗАНИЕ	ИГРЫ
4	Построение в шеренгу и перестроение прыжком в колонну по одному, ходьба и бег в колонне с высоким подниманием колен, с захлестом голени, подскоками, выпадами, семенящим и широким шагом. Бег наперегонки.	№32 без предметов	Прыжки на батуте и спрыгивание на мат. Прыжки, смещая ноги вправо-влево-вперед-назад. Прыжки вокруг себя.	Х-ба с мешочком на голове с закрытыми глазами на полу. Прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колене другой ноги мешочек с песком.	В парах: один игрок стоит на скамейке другой на полу, расстояние 2 метра, перебрасывать мяч друг другу от груди, затем поменяться местами.	Пролезание в тоннель, подталкивая мяч головой. Лазание на стенку, пролет с пролета на пролет приставным шагом и спуск разноименным способом.	"Совушка", "Водят мыши хоровод"
5	Диагностика, наблюдение, тестирование						

	Май						
--	-----	--	--	--	--	--	--

Задачи : продолжать учить и закреплять умение детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры; упражнять детей в перебрасывании мяча в парах, стоя в двух шеренгах. Повторять подвижные игры на улице. Упражнять детей в беге на длинную и короткую дистанцию; метать набивной мешочек на дальность.

Неделя	Строевые упражнения Ходьба и бег	ОРУ	ПРЫЖКИ	РАВНОВЕСИЕ	МЕТАНИЕ	ЛАЗАНИЕ	ИГРЫ
1	Строевые упражнения на месте, ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, по сигналу бег в колонне по 1, бег 20 м. 2-3 раза ходьба с восстановлением дыхания.	№33 с мячами		Ходьба по наклонной доске, шириной 10 см приставным шагом правым и левым боком.	Ведение мяча "Змейкой", огибая ориентиры, заброс мяча в корзину.	Лазанье по веревочной лестнице. Влезание по канату на доступную высоту.	"Переправа с мячом", "Вкусный чай"
2	Построение и перестроение из шеренги в колонну по 1, ходьба со сменой ведущего, бег со сменой направления. Челночный бег 3по10м.	№34 с обручами	Прыжки на батуте и соскок вперед на две ноги. Прыжки в высоту с разбега.		Переброс мяча от груди в парах. Метание вдаль и в горизонтальную цель правой илевой рукой.	Выполнение упражнений на канате(захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками.	Игра-эстафета "Кто быстрее поменяет предмет?" "Проведи мяч с помощью клюшки"
Неделя	Строевые упражнения Ходьба и бег	ОРУ	ПРЫЖКИ	РАВНОВЕСИЕ	МЕТАНИЕ	ЛАЗАНИЕ	ИГРЫ



3	Строевые упражнения на месте, перестроение в одну колонну, ходьба обычная и гимнастическим шагом. Бег широкими шагами, подскоками, галопом. Бег 10 м. с наименьшим числом шагов.	№35 с флажками		Удержание равновесия после бега, прыжков, кружения, остановиться и сделать "ласточку".	Метание в горизонтальную цель, бросание мяча в стенку и ловля после отскока о пол.	Ползание по скамейке на животе. Лазание на стенку и переход с пролета на пролет приставным шагом.	"Набрось кольцо", "Удочка"
4	Построение в шеренгу. Смыкание и размыкание. Перестроение в колонну. Ходьба на наружном своде стопы, руки за спиной, перекатом с пятки на носок, в полуприседе. Бег с ускорением по сигналу. Бег по пересеченной местности.	№36 без предметов	Прыжки с опорой на руки, перепрыгивая скамейку двумя ногами "Лисичка". Прыжки из обруча в обруч "Классики". Прыжки через короткую скакалку с ноги на ногу.	Ходьба по канату правым и левым боком. Ходьба по скамейке, опираясь на ладони и стопы.		Лазание на гимнастическую стенку до верхней рейки и спуск вниз одноименным способом. Подлезание под скамейку попластунски. Лазание по веревочной лестнице.	"Не оставайся на полу", "Молчанка"

## 2.4 ВАРИАТИВНЫЕ ФОРМЫ, МЕТОДЫ И СРЕДСТВА РЕАЛИЗАЦИИ ОП ДО

### ФОРМЫ РЕАЛИЗАЦИИ ОП ДО

в дошкольном возрасте (3 года – 8 лет):

- ✓ игровая деятельность (сюжетно-ролевая, театрализованная, режиссерская, строительно-конструктивная, дидактическая, подвижная и другие);
- ✓ общение со взрослым (ситуативно-деловое, внеситуативно-познавательное, внеситуативно-личностное) и сверстниками (ситуативно-деловое, внеситуативно-деловое);
- ✓ речевая деятельность (слушание речи взрослого и сверстников, активная диалогическая и монологическая речь);
- ✓ познавательно-исследовательская деятельность и экспериментирование;
- ✓ изобразительная деятельность (рисование, лепка, аппликация) и конструирование из разных материалов по образцу, условию и замыслу ребёнка;
- ✓ двигательная деятельность (основные виды движений, общеразвивающие и спортивные упражнения, подвижные и элементы спортивных игр и другие);
- ✓ элементарная трудовая деятельность (самообслуживание, хозяйственно-бытовой труд, труд в природе, ручной труд);
- ✓ музыкальная деятельность (слушание и понимание музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игра на детских музыкальных инструментах).

Для достижения задач воспитания в ходе реализации ОП ДО педагогов используют следующие **методы**:

- ✓ организации опыта поведения и деятельности (приучение к положительным формам общественного поведения, упражнение, воспитывающие ситуации, игровые методы);
- ✓ осознания детьми опыта поведения и деятельности (рассказ на моральные темы, разъяснение норм и правил поведения, чтение художественной литературы, этические беседы, обсуждение поступков и жизненных ситуаций, личный пример);
- ✓ мотивации опыта поведения и деятельности (поощрение, методы развития эмоций, игры, соревнования, проектные методы).

При организации обучения целесообразно дополнять традиционные методы (словесные, наглядные, практические) **методами, в основу которых положен характер познавательной деятельности детей**:

1) при использовании информационно-рецептивного метода предъявляется информация, организуются действия ребёнка с объектом изучения (распознающее наблюдение, рассматривание картин, демонстрация кино- и диафильмов, просмотр компьютерных презентаций, рассказы педагога или детей, чтение);

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

3) метод проблемного изложения представляет собой постановку проблемы и раскрытие пути её решения в процессе организации опытов, наблюдений;

4) при применении эвристического метода (частично-поискового) проблемная задача делится на части – проблемы, в решении которых принимают участие дети (применение представлений в новых условиях);

5) исследовательский метод включает составление и предъявление проблемных ситуаций, ситуаций для экспериментирования и опытов (творческие задания, опыты, экспериментирование). Для решения задач воспитания и обучения широко применяется метод проектов. Он способствует развитию у детей исследовательской активности, познавательных интересов, коммуникативных и творческих способностей, навыков сотрудничества и другое. Выполняя совместные проекты, дети получают представления о своих возможностях, умениях, потребностях.

Осуществляя выбор методов воспитания и обучения, педагоги учитывают возрастные и личностные особенности детей, педагогический потенциал каждого метода, условия его применения, реализуемые цели и задачи, прогнозирует возможные результаты. Для решения задач воспитания и обучения целесообразно использовать комплекс методов.

### **СРЕДСТВА РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

При реализации Программы педагоги используют различные **средства**, представленные совокупностью материальных и идеальных объектов:

- ✓ демонстрационные и раздаточные;
- ✓ визуальные, аудиальные, аудиовизуальные;
- ✓ естественные и искусственные;
- ✓ реальные и виртуальные.

Средства, указанные выше, используются для развития следующих видов деятельности детей:

- ✓ двигательной (оборудование для ходьбы, бега, ползания, лазанья, прыгания, занятий с мячом и другое);
- ✓ предметной (образные и дидактические игрушки, реальные предметы и другое);
- ✓ игровой (игры, игрушки, игровое оборудование и другое);
- ✓ коммуникативной (дидактический материал, предметы, игрушки, видеофильмы и другое);
- ✓ познавательно-исследовательской и экспериментирования (натуральные предметы и оборудование для исследования и образно-символический материал, в том числе макеты, плакаты, модели, схемы и другое);
- ✓ чтения художественной литературы (книги для детского чтения, в том числе аудиокниги, иллюстративный материал);
- ✓ трудовой (оборудование и инвентарь для всех видов труда);
- ✓ продуктивной (оборудование и материалы для лепки, аппликации, рисования и конструирования);
- ✓ музыкальной (детские музыкальные инструменты, дидактический материал и другое).

ОУ самостоятельно определяет средства воспитания и обучения, в том числе технические, соответствующие материалы (в том числе расходные), игровое, спортивное, оздоровительное оборудование, инвентарь, необходимые для реализации Программы.

## СОВМЕСТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПЕДАГОГА И ДЕТЕЙ, САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ДЕТЕЙ

СОВМЕСТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПЕДАГОГА И ДЕТЕЙ		САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ДЕТЕЙ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ [п. 24.10; 154, п. 24.16; 155]		
в первой половине дня (утренний отрезок времени)	во второй половине дня	
игровые ситуации, индивидуальные игры и игры небольшими подгруппами (сюжетно-ролевые, режиссерские, дидактические, подвижные, музыкальные и другие)	элементарная трудовая деятельность детей (уборка групповой комнаты; ремонт книг, настольно-печатных игр; стирка кукольного белья; изготовление игрушек-самоделок для игр малышей)	
беседы с детьми по их интересам, развивающее общение педагога с детьми (в том числе в форме утреннего и вечернего круга), рассматривание картин, иллюстраций	проведение зрелищных мероприятий, развлечений, праздников (кукольный, настольный, теневой театры, игры-драматизации; концерты; спортивные, музыкальные и литературные досуги и другое)	
практические, проблемные ситуации, упражнения (по освоению культурно-гигиенических навыков и культуры здоровья, правил и норм поведения и другие	игровые ситуации, индивидуальные игры и игры небольшими подгруппами (сюжетно-ролевые, режиссерские, дидактические, подвижные, музыкальные и другие)	
наблюдения за объектами и явлениями природы, трудом взрослых	опыты и эксперименты, практико-ориентированные проекты, коллекционирование и другое	
трудовые поручения и дежурства (сервировка стола к приему пищи, уход за комнатными растениями и другое)	чтение художественной литературы, прослушивание аудиозаписей, лучших образцов чтения, рассматривание иллюстраций, просмотр мультфильмов и так далее	
индивидуальная работа с детьми в соответствии с задачами разных образовательных областей	слушание и исполнение музыкальных произведений, музыкально-ритмические движения, музыкальные игры и импровизации	
продуктивная деятельность детей по интересам детей (рисование, конструирование, лепка и другое)	организация и (или) посещение выставок детского творчества, изобразительного искусства, мастерских; просмотр репродукций картин классиков и современных художников и другого	
	индивидуальная работа по всем видам деятельности и образовательным областям	
	работа с родителями (законными представителями)	

### ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ИГРЕ И НА ПРОГУЛКЕ

Все виды деятельности взаимосвязаны между собой, часть из них органично включается в другие виды деятельности (например, коммуникативная, познавательно-исследовательская). Это обеспечивает возможность их интеграции в процессе образовательной деятельности.

в игре [п. 24.5-24.8; 152-154]	на прогулке [п. 24.15; 155]
Игра занимает центральное место в жизни ребенка, являясь преобладающим видом его самостоятельной деятельности	наблюдения за объектами и явлениями природы,
основной вид деятельности, в которой формируется личность ребенка, развиваются психические процессы, формируется	направленные на установление разнообразных связей и

ориентация в отношениях между людьми, первоначальные навыки кооперации	зависимостей в природе, воспитание отношения к ней
в совместной игре дети строят свои взаимоотношения, учатся общению, проявляют активность, инициативу и другое	экспериментирование с объектами неживой природы
выполняет различные функции: <ul style="list-style-type: none"> <li>• обучающую;</li> <li>• познавательную;</li> <li>• развивающую;</li> <li>• воспитательную;</li> <li>• социокультурную;</li> <li>• коммуникативную;</li> <li>• эмоциогенную;</li> <li>• развлекательную;</li> <li>• диагностическую;</li> <li>• психотерапевтическую;</li> <li>• другие</li> </ul>	подвижные игры и спортивные упражнения, направленные на оптимизацию режима двигательной активности и укрепление здоровья детей
	сюжетно-ролевые и конструктивные игры (с песком, со снегом, с природным материалом)
	элементарная трудовая деятельность детей на участке ДОО
	свободное общение педагога с детьми, индивидуальная работа
выступает как: <ul style="list-style-type: none"> <li>– форма организации жизни и деятельности детей;</li> <li>– средство разностороннего развития личности ребенка;</li> <li>– метод или прием обучения;</li> <li>– средство саморазвития;</li> <li>– самовоспитания;</li> <li>– самообучения;</li> <li>– саморегуляции</li> </ul>	проведение спортивных праздников (при необходимости)
	проводится в отведённое время, предусмотренное в режиме дня, в соответствии с требованиями СанПиН 1.2.3685-21 к её организации
максимально используются все варианты её применения в дошкольном образовании	

## 2.5 ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ЗАНЯТИЯ И КУЛЬТУРНЫЕ ПРАКТИКИ

Согласно требованиям СанПиН 1.2.3685-21 в режиме дня предусмотрено время для проведения занятий.

Во вторую половину дня педагог может организовывать культурные практики. Они расширяют социальные и практические компоненты содержания образования, способствуют формированию у детей культурных умений при взаимодействии со взрослым и самостоятельной деятельности. Ценность культурных практик состоит в том, что они ориентированы на проявление детьми самостоятельности и творчества, активности и инициативности в разных видах деятельности, обеспечивают их продуктивность.

<b>занятие</b> [п. 24.11; 154, п. 24.12; 155]	<b>культурные практики</b> [п. 24.18-24.22; 156-157]
дело, занимательное и интересное детям, развивающее их	организовывать культурные практики педагог может во вторую половину дня
деятельность, направленная на освоение детьми одной или нескольких образовательных областей, или их интеграцию с использованием разнообразных форм и методов работы, выбор которых осуществляется педагогом самостоятельно	расширяют социальные и практические компоненты содержания образования, способствуют формированию у детей культурных умений при взаимодействии со взрослым и самостоятельной деятельности
форма организации обучения, наряду с экскурсиями, дидактическими играми, играми-	ориентированы на проявление детьми самостоятельности и творчества, активности и

путешествиями и другими	инициативности в разных видах деятельности, обеспечивают их продуктивность	
проводится в виде образовательных ситуаций, тематических событий, проектной деятельности, проблемно-обучающих ситуаций, интегрирующих содержание образовательных областей, творческих и исследовательских проектов и так далее	игровая практика	ребенок проявляет себя как творческий субъект (творческая инициатива)
	продуктивная практика	ребёнок – созидающий и волевой субъект (инициатива целеполагания)
в рамках отведенного времени педагог может организовывать образовательную деятельность с учетом интересов, желаний детей, их образовательных потребностей, включая детей дошкольного возраста в процесс сотворчества, содействия, сопереживания	познавательно-исследовательская практика	ребёнок как субъект исследования (познавательная инициатива)
	коммуникативная практика	ребёнок – партнер по взаимодействию и собеседник (коммуникативная инициатива)
время проведения занятий, их продолжительность, длительность перерывов, суммарная образовательная нагрузка для детей дошкольного возраста определяются СанПиН 1.2.3685-21	чтение художественной литературы	дополняет развивающие возможности других культурных практик детей дошкольного возраста (игровой, познавательно-исследовательской, продуктивной деятельности)
при организации занятий педагог использует опыт, накопленный при проведении образовательной деятельности в рамках сформировавшихся подходов		
введение термина «занятие» не означает регламентацию процесса; термин фиксирует форму организации образовательной деятельности; содержание и педагогически обоснованную методику проведения занятий педагог может выбирать самостоятельно	тематику помогают определить детские вопросы, проявленный интерес к явлениям окружающей действительности или предметам, значимые события, неожиданные явления, художественная литература и другое	
	организация предполагает подгрупповой способ объединения детей	

## 2.6 ФОРМИРОВАНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ И ПОДДЕРЖКА ДЕТСКОЙ ИНИЦИАТИВЫ

Для организации самостоятельной деятельности детей в группе создаются различные центры активности (игровой, литературный, спортивный, творчества, познания и другое). Самостоятельная деятельность предполагает самостоятельный выбор ребёнком её содержания, времени, партнеров. Педагог может направлять и поддерживать свободную самостоятельную деятельность детей (создавать проблемно-игровые ситуации, ситуации общения, поддерживать познавательные интересы детей, изменять предметно-развивающую среду и другое) [п. 25; 157].

<b>ФОРМЫ</b>
1. самостоятельная исследовательская деятельность и экспериментирование
2. свободные сюжетно-ролевые, театрализованные, режиссерские игры
3. игры-импровизации и музыкальные игры
4. речевые и словесные игры, игры с буквами, слогами, звуками
5. логические игры, развивающие игры математического содержания
6. самостоятельная изобразительная деятельность, конструирование
7. самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры, выполнение ритмических и танцевальных движений
<b>УСЛОВИЯ ПОДДЕРЖКИ ДЕТСКОЙ ИНИЦИАТИВЫ</b>
1. уделять внимание развитию детского интереса к окружающему миру, поощрять желание

ребенка получать новые знания и умения, осуществлять деятельностные пробы в соответствии со своими интересами, задавать познавательные вопросы
2. организовывать ситуации, способствующие активизации личного опыта ребенка в деятельности, побуждающие детей к применению знаний, умений при выборе способов деятельности
3. расширять и усложнять в соответствии с возможностями и особенностями развития детей область задач, которые ребенок способен и желает решить самостоятельно; уделять внимание таким задачам, которые способствуют активизации у ребенка творчества, сообразительности, поиска новых подходов
4. поощрять проявление детской инициативы в течение всего дня пребывания ребенка в ДОО, используя приемы поддержки, одобрения, похвалы
5. создавать условия для развития произвольности в деятельности, использовать игры и упражнения, направленные на тренировку волевых усилий, поддержку готовности и желания ребенка преодолевать трудности, доводить деятельность до результата
6. поощрять и поддерживать желание детей получить результат деятельности, обращать внимание на важность стремления к качественному результату, подсказывать ребенку, проявляющему небрежность и равнодушие к результату, как можно довести дело до конца, какие приемы можно использовать, чтобы проверить качество своего результата
7. внимательно наблюдать за процессом самостоятельной деятельности детей, в случае необходимости оказывать детям помощь, но стремиться к ее дозированию. Если ребенок испытывает сложности при решении уже знакомой ему задачи, когда изменилась обстановка или иные условия деятельности, то целесообразно и достаточно использовать приемы наводящих вопросов, активизировать собственную активность и смекалку ребенка, намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае
8. поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества через использование приемов похвалы, одобрения, восхищения

Для поддержки детской инициативы педагог поощряет свободную самостоятельную деятельность детей, основанную на детских интересах и предпочтениях. Появление возможности у ребёнка исследовать, играть, лепить, рисовать, сочинять, петь, танцевать, конструировать, ориентируясь на собственные интересы, позволяет обеспечить такие важные составляющие эмоционального благополучия ребёнка ДОО как уверенность в себе, чувство защищенности, комфорта, положительного самоощущения.

<b>РЕКОМЕНДУЕМЫЕ СПОСОБЫ И ПРИЁМЫ ДЛЯ ПОДДЕРЖКИ ДЕТСКОЙ ИНИЦИАТИВЫ</b>
1. Не следует сразу помогать ребенку, если он испытывает затруднения решения задачи, важно побуждать его к самостоятельному решению, подбадривать и поощрять попытки найти решение. В случае необходимости оказания помощи ребенку, педагог сначала стремится к ее минимизации: лучше дать совет, задать наводящие вопросы, активизировать имеющийся у ребенка прошлый опыт.
2. У ребенка всегда должна быть возможность самостоятельного решения поставленных задач. При этом педагог помогает детям искать разные варианты решения одной задачи, поощряет активность детей в поиске, принимает любые предположения детей, связанные с решением задачи, поддерживает инициативу и творческие решения, а также обязательно акцентирует внимание детей на качестве результата, их достижениях, одобряет и хвалит за результат, вызывает у них чувство радости и гордости от успешных самостоятельных, инициативных действий.
3. Особое внимание педагог уделяет общению с ребенком в период проявления кризиса семи лет: характерные для ребенка изменения в поведении и деятельности становятся поводом для смены стиля общения с ребенком. Важно уделять внимание ребенку, уважать его интересы, стремления, инициативы в познании, активно поддерживать стремление к самостоятельности. Дети седьмого года жизни очень чувствительны к мнению взрослых. Необходимо поддерживать у них ощущение своего взросления, вселять уверенность в своих силах.

4. Педагог может акцентировать внимание на освоении ребенком универсальных умений организации своей деятельности и формировании у него основ целеполагания: поставить цель (или принять ее от педагога), обдумать способы ее достижения, осуществить свой замысел, оценить полученный результат с позиции цели. Задача развития данных умений ставится педагогом в разных видах деятельности. Педагог использует средства, помогающие детям планомерно и самостоятельно осуществлять свой замысел: опорные схемы, наглядные модели, пооперационные карты.
5. Создание творческих ситуаций в игровой, музыкальной, изобразительной деятельности и театрализации, в ручном труде также способствует развитию самостоятельности у детей. Сочетание увлекательной творческой деятельности и необходимости решения задачи и проблемы привлекает ребенка, активизирует его желание самостоятельно определить замысел, способы и формы его воплощения.
6. Педагог уделяет особое внимание обогащению РППС, обеспечивающей поддержку инициативности ребенка. В пространстве группы появляются предметы, побуждающие детей к проявлению интеллектуальной активности. Это могут быть новые игры и материалы, детали незнакомых устройств, сломанные игрушки, нуждающиеся в починке, зашифрованные записи, посылки, письма-схемы, новые таинственные книги и прочее. Разгадывая загадки, заключенные в таких предметах, дети учатся рассуждать, анализировать, отстаивать свою точку зрения, строить предположения, испытывают радость открытия и познания.
<b>Наиболее благоприятными отрезками времени для организации свободной самостоятельной инициативной деятельности детей является утро, когда ребенок приходит в дошкольное учреждение и вторая половина дня.</b>

**Важно, чтобы у ребенка всегда была возможность выбора свободной деятельности, поэтому атрибуты и оборудование для детских видов деятельности должны быть достаточно разнообразными и постоянно меняющимися (смена примерно раз в два месяца).**

<b>ВОЗРАСТНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ДЕТСКОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ИНИЦИАТИВНОСТИ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ ПО ПОДДЕРЖКЕ ДЕТСКОЙ ИНИЦИАТИВЫ</b>		
<b>3-4 года</b>	<b>4-5 лет</b>	<b>5-7 лет</b>
Ребёнок активно проявляет потребность в общении со взрослым, ребенок стремится через разговор с педагогом познать окружающий мир, узнать об интересующих его действиях, сведениях.	У ребёнка наблюдается высокая активность. Данная потребность ребенка является ключевым условием для развития самостоятельности во всех сферах его жизни и деятельности.	Ребёнок имеет яркую потребность в самоутверждении и признании со стороны взрослых.
	Педагогу важно обращать особое внимание на освоение детьми системы разнообразных исследовательских действий, приемов простейшего анализа, сравнения, умения наблюдать для поддержки	Педагогу важно обращать внимание на педагогические условия, которые развивают детскую самостоятельность, инициативу и творчество.



	самостоятельности в познавательной деятельности.	
Важно поддержать данное стремление ребенка, поощрять познавательную активность детей младшего дошкольного возраста, использовать педагогические приемы, направленные на развитие стремлений ребенка наблюдать, сравнивать предметы, обследовать их свойства и качества.	Педагог намеренно насыщает жизнь детей проблемными практическими и познавательными ситуациями, в которых детям необходимо самостоятельно применить освоенные приемы.	Педагог создает ситуации, активизирующие желание детей применять свои знания и умения, имеющийся опыт для самостоятельного решения задач.
Ребенок задает различного рода вопросы. Педагогу важно проявлять внимание к детским вопросам, поощрять и поддерживать их познавательную активность, создавать ситуации, побуждающие ребенка самостоятельно искать решения возникающих проблем, осуществлять деятельностные пробы.	Всегда необходимо доброжелательно и заинтересованно относиться к детским вопросам и проблемам, быть готовым стать партнером в обсуждении, поддерживать и направлять детскую познавательную активность, уделять особое внимание доверительному общению с ребенком.	Педагог регулярно поощряет стремление к самостоятельности, старается определять для детей все более сложные задачи, активизируя их усилия, развивая произвольные умения и волю, постоянно поддерживает желание преодолевать трудности и поощряет ребенка за стремление к таким действиям, нацеливает на поиск новых, творческих решений возникших затруднений.
При проектировании режима дня педагог уделяет особое внимание организации вариативных активностей детей, чтобы ребенок получил возможность участвовать в разнообразных делах: в играх, в экспериментах, в рисовании, в общении, в творчестве (имитации, танцевальные импровизации и тому подобное), в двигательной деятельности.	В течение дня педагог создает различные ситуации, побуждающие детей проявить инициативу, активность, желание совместно искать верное решение проблемы. Такая планомерная деятельность способствует развитию у ребенка умения решать возникающие перед ними задачи, что способствует развитию самостоятельности и уверенности в себе	
	Педагог стремится создавать такие ситуации, в которых дети приобретают опыт дружеского общения, совместной деятельности, умений командной работы. Это могут быть ситуации волонтерской направленности: взаимной поддержки, проявления внимания к старшим, заботы о животных, бережного отношения к вещам и игрушкам	

**2.7. ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОЛЛЕКТИВА  
С СЕМЬЯМИ ОБУЧАЮЩИХСЯ  
на 2025-2026 учебный год**

Форма работы	Тема	Сроки	Ответственный
Открытые мероприятия	1. Итоговое занятие во всех возрастных группах	апрель май	Инструктор по физической культуре
Совместная деятельность педагога с родителями	Совместная подготовка костюмов, аксессуаров для показательных выступлений на детских спортивных мероприятиях	в течение года	
Консультации для родителей в дистанционной форме	1. «Что такое здоровый образ жизни» 2. «Гигиенические требования к спортивной форме и обуви» 3. «Требования безопасности к спортивному инвентарю»	сентябрь  октябрь  ноябрь	

Дистанционная форма работы с родителями

## 2.8 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ

### 2.8.1 ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ВОСПИТАНИЯ

**Общая цель воспитания в ДОО** – личностное развитие каждого ребёнка с учётом его индивидуальности и создание условий для позитивной социализации детей на основе традиционных ценностей российского общества, что предполагает:

- 1) формирование первоначальных представлений о традиционных ценностях российского народа, социально приемлемых нормах и правилах поведения;
- 2) формирование ценностного отношения к окружающему миру (природному и социокультурному), другим людям, самому себе;
- 3) становление первичного опыта деятельности и поведения в соответствии с традиционными ценностями, принятыми в обществе нормами и правилами.

**Общие задачи воспитания в ДОО:**

- 1) содействовать развитию личности, основанному на принятых в обществе представлениях о добре и зле, должном и недопустимом;
- 2) способствовать становлению нравственности, основанной на духовных отечественных традициях, внутренней установке личности поступать согласно своей совести;
- 3) создавать условия для развития и реализации личностного потенциала ребёнка, его готовности к творческому самовыражению и саморазвитию, самовоспитанию;
- 4) осуществлять поддержку позитивной социализации ребёнка посредством проектирования и принятия уклада, воспитывающей среды, создания воспитывающих общностей.

## 2.8.2 НАПРАВЛЕНИЯ ВОСПИТАНИЯ

<b>1</b>	<b>Патриотическое направление воспитания [29.2.2.1; 175]</b>	
<p><b>Цель:</b> содействовать формированию у ребенка личностной позиции наследника традиций и культуры, защитника Отечества и творца (созидателя), ответственного за будущее своей страны</p>		<p><b>Ценности:</b> <b>Родина и природа</b> лежат в основе патриотического направления воспитания. Чувство патриотизма возникает у ребенка вследствие воспитания у него нравственных качеств, интереса, чувства любви и уважения к своей стране – России, своему краю, малой родине, своему народу и народу России в целом (гражданский патриотизм), ответственности, ощущения принадлежности к своему народу.</p>
<p>Патриотическое направление воспитания <u>базируется</u> на идее патриотизма как нравственного чувства, которое вырастает из культуры человеческого бытия, особенностей образа жизни и ее уклада, народных и семейных традиций.</p>		
<p>Работа по патриотическому воспитанию <u>предполагает</u>: формирование «патриотизма наследника», испытывающего чувство гордости за наследие своих предков (предполагает приобщение детей к истории, культуре и традициям нашего народа: отношение к труду, семье, стране и вере); «патриотизма защитника», стремящегося сохранить это наследие (предполагает развитие у детей готовности преодолевать трудности ради своей семьи, малой родины); «патриотизма созидателя и творца», устремленного в будущее, уверенного в благополучии и процветании своей Родины (предполагает конкретные каждодневные дела, направленные, например, на поддержание чистоты и порядка, опрятности и аккуратности, а в дальнейшем – на развитие всего своего населенного пункта, района, края, Отчизны в целом).</p>		
<b>2</b>	<b>Духовно-нравственное направление воспитания [29.2.2.2; 175]</b>	
<p><b>Цель:</b> формирование способности к духовному развитию, нравственному самосовершенствованию, индивидуально-ответственному поведению</p>		<p><b>Ценности:</b> <b>Жизнь, милосердие, добро</b></p>
<p>Духовно-нравственное воспитание <u>направлено</u> на развитие ценностно-смысловой сферы дошкольников на основе творческого взаимодействия в детско-взрослой общности, содержанием которого является освоение социокультурного опыта в его культурно-историческом и личностном аспектах.</p>		
<b>3</b>	<b>Социальное направление воспитания [29.2.2.3; 176]</b>	
<p><b>Цель:</b> формирование ценностного отношения детей к семье, другому человеку, развитие дружелюбия, умения находить общий язык с другими людьми</p>		<p><b>Ценности:</b> <b>Семья, дружба, человек и сотрудничество</b></p>
<p>В дошкольном детстве ребенок <u>начинает осваивать</u> все многообразие <u>социальных отношений и социальных ролей</u>. Он учится действовать сообща, подчиняться правилам, нести ответственность за свои поступки, действовать в интересах других людей. Формирование ценностно-смыслового отношения ребенка к социальному окружению невозможно без грамотно выстроенного воспитательного процесса, в котором проявляется личная социальная инициатива ребенка в детско-взрослых и детских общностях.</p>		
<p><u>Важной составляющей</u> социального воспитания является освоение ребенком моральных ценностей, формирование у него нравственных качеств и идеалов, способности жить в соответствии с моральными принципами и нормами и воплощать их в своем поведении. Культура поведения в своей основе имеет глубоко социальное нравственное чувство – уважение к человеку, к законам человеческого общества. Конкретные представления о культуре поведения усваиваются ребенком вместе с опытом поведения, с накоплением нравственных представлений, формированием навыка культурного поведения</p>		
<b>4</b>	<b>Познавательное направление воспитания [29.2.2.4; 176]</b>	
<p><b>Цель:</b> формирование ценности познания</p>		<p><b>Ценности:</b> <b>Познание</b></p>
<p>В ДОО <u>проблема воспитания</u> у детей познавательной активности охватывает все стороны</p>		

<p>воспитательного процесса и является неременным условием формирования умственных качеств личности, самостоятельности и инициативности ребенка. Познавательное и духовно-нравственное воспитание должны осуществляться в содержательном единстве, так как знания наук и незнание добра ограничивает и деформирует личностное развитие ребенка.</p>	
<p><u>Значимым</u> является воспитание у ребенка стремления к истине, становление целостной картины мира, в которой интегрировано ценностное, эмоционально окрашенное отношение к миру, людям, природе, деятельности человека.</p>	
<b>5</b>	<b>Физическое и оздоровительное направление воспитания [29.2.2.5; 176]</b>
<p><b>Цель:</b> формирование ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, овладение элементарными гигиеническими навыками и правилами безопасности.</p>	
<p><b>Ценности:</b> <b>Жизнь и здоровье</b></p>	
<p>Физическое и оздоровительное направление воспитания основано на идее охраны и укрепления здоровья детей, становления осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека.</p>	
<b>6</b>	<b>Трудовое направление воспитания [29.2.2.6; 177]</b>
<p><b>Цель:</b> формирование ценностного отношения детей к труду, трудолюбию и приобщение ребенка к труду</p>	
<p><b>Ценность:</b> <b>Труд</b></p>	
<p>Трудовое направление воспитания <u>направлено</u> на формирование и поддержку привычки к трудовому усилию, к доступному напряжению физических, умственных и нравственных сил для решения трудовой задачи; стремление приносить пользу людям. Повседневный труд постепенно приводит детей к осознанию нравственной стороны труда. Самостоятельность в выполнении трудовых поручений способствует формированию ответственности за свои действия.</p>	
<b>7</b>	<b>Эстетическое направление воспитания [29.2.2.7; 177]</b>
<p><b>Цель:</b> способствовать становлению у ребенка ценностного отношения к красоте</p>	
<p><b>Ценности:</b> <b>Культура, красота</b></p>	
<p>Эстетическое воспитание <u>направлено</u> на воспитание любви к прекрасному в окружающей обстановке, в природе, в искусстве, в отношениях, развитие у детей желания и умения творить. Эстетическое воспитание через обогащение чувственного опыта и развитие эмоциональной сферы личности влияет на становление нравственной и духовной составляющих внутреннего мира ребенка. Искусство делает ребенка отзывчивее, добрее, обогащает его духовный мир, способствует воспитанию воображения, чувств. Красивая и удобная обстановка, чистота помещения, опрятный вид детей и взрослых содействуют воспитанию художественного вкуса.</p>	

### 2.8.3 ЦЕЛЕВЫЕ ОРИЕНТИРЫ ВОСПИТАНИЯ

#### Целевые ориентиры воспитания детей на этапе завершения освоения программы

Направления воспитания	Ценности	Целевые ориентиры
Патриотическое	Родина, природа	Любящий свою малую родину и имеющий представление о своей стране - России, испытывающий чувство привязанности к родному дому, семье, близким людям.
Духовно-нравственное	Жизнь, милосердие, добро	Различающий основные проявления добра и зла, принимающий и уважающий традиционные ценности, ценности семьи и общества, правдивый, искренний, способный к сочувствию и заботе, к нравственному поступку. Способный не оставаться равнодушным к чужому горю, проявлять заботу;

		Самостоятельно различающий основные отрицательные и положительные человеческие качества, иногда прибегая к помощи взрослого в ситуациях морального выбора.
Социальное	Человек, семья, дружба, сотрудничество	Проявляющий ответственность за свои действия и поведение; принимающий и уважающий различия между людьми. Владеющий основами речевой культуры. Дружелюбный и доброжелательный, умеющий слушать и слышать собеседника, способный взаимодействовать со взрослыми и сверстниками на основе общих интересов и дел.
Познавательное	Познание	Любознательный, наблюдательный, испытывающий потребность в самовыражении, в том числе творческом. Проявляющий активность, самостоятельность, инициативу в познавательной, игровой, коммуникативной и продуктивных видах деятельности и в самообслуживании. Обладающий первичной картиной мира на основе традиционных ценностей.
Физическое и оздоровительное	Здоровье, жизнь	Понимающий ценность жизни, владеющий основными способами укрепления здоровья – занятия физической культурой, закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены и безопасного поведения и другое; стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих. Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества. Демонстрирующий потребность в двигательной деятельности. Имеющий представление о некоторых видах спорта и активного отдыха.
Трудовое	Труд	Понимающий ценность труда в семье и в обществе на основе уважения к людям труда, результатам их деятельности. Проявляющий трудолюбие при выполнении поручений и в самостоятельной деятельности.
Эстетическое	Культура и красота	Способный воспринимать и чувствовать прекрасное в быту, природе, поступках, искусстве. Стремящийся к отображению прекрасного в продуктивных видах деятельности. Проявляющий художественно-эстетический вкус.

## 2.9 ТРАДИЦИОННЫЕ СОБЫТИЯ, ПРАЗДНИКИ, ПАМЯТНЫЕ ДАТЫ, МЕРОПРИЯТИЯ

В рамках парциальной программы – «Этнокалендарь Санкт-Петербурга» проекта Государственной программы Санкт-Петербурга «Создание условий для обеспечения

общественного согласия в Санкт-Петербурге» в ОУ традиционно отмечаются даты, обозначающие традиции народов, чьи представители проживают в нашем городе, памятные события, значимые для культуры России и мира.

**Циклограмма праздников, памятных дат**

№ п/п	Дата	Название памятной даты	Возрастная группа	Формы организации образовательной деятельности	Мероприятия
1	1.09	День знаний	Все группы	1. Занятие 2. Совместная деятельность в ходе режимных моментов 3. Самостоятельная деятельность целенаправленная, свободная	<ul style="list-style-type: none"> <li>Выставка творческих работ</li> </ul>
2	5.10	Всемирный день учителя	Группы старшего дошкольного (подготовительная) возраста	1. Занятие 2. Совместная деятельность в ходе режимных моментов 3. Самостоятельная деятельность целенаправленная, свободная	<ul style="list-style-type: none"> <li>Экскурсия в школу</li> </ul>
3	11.10	Международный день девочек	Все группы	1. Совместная деятельность в ходе режимных моментов	<ul style="list-style-type: none"> <li>Вечер музыкальных развлечений</li> </ul>
4	4.11	День народного единства	Группы старшего дошкольного возраста	1. Занятие 2. Совместная деятельность в ходе режимных моментов 3. Самостоятельная деятельность целенаправленная, свободная	<ul style="list-style-type: none"> <li>Выставка творческих работ</li> </ul>
5	29.11	День матери	Все группы	1. Занятие 2. Совместная деятельность в ходе режимных моментов 3. Самостоятельная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> <li>Выставка творческих работ</li> <li>Изготовление подарков для мам</li> <li>Досуг</li> </ul>

				целенаправлен ная, свободная	
6	9.11	День Героев Отечества	Группы старшего дошкольного возраста	1. Совместная деятельность в ходе режимных моментов	• досуг
7	12.12	День Конституции РФ	Группы старшего дошкольного возраста	1. Совместная деятельность в ходе режимных моментов	
8	1.01	Новый год	Все группы	1. Занятие 2. Совместная деятельность в ходе режимных моментов 3. Самостоятельн ая деятельность целенаправлен ная, свободная	• Новогодний праздник
9	7.01	Рождество Христово	Группы старшего дошкольного возраста	1. Совместная деятельность в ходе режимных моментов 2. Самостоятельн ая деятельность целенаправлен ная, свободная	• Выставка творческих работ • Конкурс районный «Рождестве нская звезда»
10	19.07	Крещение Господне	Подготовительна я группа	1. Совместная деятельность в ходе режимных моментов	
11	27.01	День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады	Группы старшего дошкольного возраста	1. Занятие 2. Совместная деятельность в ходе режимных моментов 3. Самостоятельн ая деятельность свободная, целенаправлен ная	• Утренник, посвященны й Дню полного освобожден ия Ленинграда от фашистской блокады
12	неделя феврал я	Масленица (русский народный праздник)	Группы старшего дошкольного возраста	1. Занятие 2. Совместная деятельность в ходе режимных	• Музыкальн ый досуг «Масленица »

				<p>моментов</p> <p>3. Самостоятельная деятельность свободная, целенаправленная</p>	
13	23.02	День защитника Отечества	Группы среднего и старшего дошкольного возраста	<p>1. Занятие</p> <p>2. Совместная деятельность в ходе режимных моментов</p> <p>3. Самостоятельная деятельность свободная, целенаправленная</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Утренник, посвященный Дню защитника Отечества</li> <li>• Физкульт. праздник</li> </ul>
14	8.03	Международный женский день	Все группы	<p>1. Занятие</p> <p>2. Совместная деятельность в ходе режимных моментов</p> <p>3. Самостоятельная деятельность свободная, целенаправленная</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Праздник «Мамин день»</li> <li>• Досуг</li> </ul>
15	22.03	Всемирный день воды День Балтийского моря	Группы старшего дошкольного возраста	<p>1. Занятие</p> <p>2. Совместная деятельность в ходе режимных моментов</p> <p>3. Самостоятельная деятельность свободная, целенаправленная</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Выставка творческих работ</li> </ul>
16	27.03	Международный день театра	Группы среднего и старшего дошкольного возраста	<p>1. Совместная деятельность в ходе режимных моментов</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Театральное представление</li> </ul>



				2. Самостоятельная деятельность свободная, целенаправленная	
17	12.04	Международный день полёта человека в космос	Группы среднего и старшего дошкольного возраста	1. Занятие 2. Совместная деятельность в ходе режимных моментов 3. Самостоятельная деятельность свободная, целенаправленная	• Досуг
18	15.04	Всемирный день культуры	Группы среднего и старшего дошкольного возраста	1. Совместная деятельность в ходе режимных моментов 2. Самостоятельная деятельность свободная, целенаправленная	• Театральное представление
19	18.04	Международный день охраны памятников и исторических мест (Исторические места Кировского района)	Группы старшего дошкольного возраста	1. Занятие 2. Совместная деятельность в ходе режимных моментов 3. Самостоятельная деятельность свободная, целенаправленная	• Выставка творческих работ
20	апрель	До свидания, детский сад!	Подготовительная группа	1. Занятие 2. Совместная деятельность в ходе режимных моментов	• Праздник «Бал выпускников» • Фотоальбомы «Мой детский

					сад»
21	1.05	Праздник весны и труда	Группы старшего дошкольного возраста	1. Занятие 2. Совместная деятельность в ходе режимных моментов 3. Самостоятельная деятельность свободная, целенаправленная	<ul style="list-style-type: none"> <li>Выставка творческих работ «Мир, труд, май»</li> </ul>
22	9.05	День Победы!	Группы старшего дошкольного возраста	1. Занятие 2. Совместная деятельность в ходе режимных моментов 3. Самостоятельная деятельность свободная, целенаправленная	<ul style="list-style-type: none"> <li>Праздник «День Победы»</li> <li>Выставка творческих работ</li> <li>Страницы журнала «Защитники Отечества в моей семье»</li> <li>Совместное мероприятие родителей с детьми «Праздничный салют!»</li> </ul>
23	27.05	День основания Санкт-Петербурга	Группы среднего и старшего дошкольного возраста	1. Занятие 2. Совместная деятельность в ходе режимных моментов 3. Самостоятельная деятельность свободная, целенаправленная	<ul style="list-style-type: none"> <li>Праздник «Блистательный Санкт-Петербург»</li> <li>Фотоальбомы «Мой Санкт-Петербург»</li> <li>Совместные экскурсии по городу родителей с детьми</li> </ul>
24	1.06	Международный день защиты детей	Группы среднего и старшего дошкольного возраста	1. Совместная деятельность в ходе режимных моментов 2. Самостоятельная	<ul style="list-style-type: none"> <li>Конкурс «Рисунки на асфальте»</li> <li>Выставка творческих работ «Пусть всегда будет</li> </ul>

				деятельность свободная, целенаправлен ная	солнце!»
25	12.06	День России	Группы старшего дошкольного возраста	1. Совместная деятельность в ходе режимных моментов  2. Самостоятельн ая деятельность свободная, целенаправлен ная	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Выставка творческих работ «Моя Родина – Россия»</li> <li>• Досуг</li> </ul>
26	22.06	День памяти и скорби	Группы старшего дошкольного возраста	1. Совместная деятельность в ходе режимных моментов  2. Самостоятельн ая деятельность свободная, целенаправлен ная	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Конкурс рисунков на асфальте «Дети хотят мира!»</li> </ul>
27	7.07	Иванов день Иван Купала (русские, белорусы, украинцы)	Группы старшего дошкольного возраста	1. Совместная деятельность в ходе режимных моментов  2. Самостоятельн ая деятельность свободная, целенаправлен ная	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Фестиваль народных игр</li> </ul>
28	8.07	Всероссийский день семьи, любви и верности	Группы старшего дошкольного возраста	1. Совместная деятельность в ходе режимных моментов  2. Самостоятельн ая деятельность свободная, целенаправлен ная	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Выставка творческих работ «Моя семья»</li> <li>• Изготовление подарков близким и родным людям</li> </ul>

29	26.07	День Военно-Морского Флота	Группы среднего и старшего дошкольного возраста	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Совместная деятельность в ходе режимных моментов</li> <li>2. Самостоятельная деятельность свободная, целенаправленная</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Выставка творческих работ «На страже морских границ»</li> <li>• Совместное мероприятие родителей с детьми «Смотр военных судов в акватории Невы</li> <li>• Совместное мероприятие родителей с детьми «Праздничный салют!»</li> </ul>
30	14.08	Медовый Спас Первый Спас (православные христиане)	Группы старшего дошкольного возраста	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Совместная деятельность родителей с детьми</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Домашнее развлечение «Блины с мёдом и маком»</li> </ul>
31	19.08	Яблочный Спас Преображение Господне Второй Спас (православные христиане)	Группы старшего дошкольного возраста	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Совместная деятельность родителей с детьми</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Домашнее развлечение «Яблочный пирог»</li> </ul>
32	22.08	День Государственного флага Российской Федерации	Группы старшего дошкольного возраста	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Совместная деятельность в ходе режимных моментов</li> <li>2. Самостоятельная деятельность свободная, целенаправленная</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Тематический досуг «Флаг России»</li> </ul>

## 2.10 КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ДЕТСКОГО САДА НА 2025-2026 УЧЕБНЫЙ ГОД

2025 год – год защитника Отечества

### ПЕРВАЯ ПОЛОВИНА УЧЕБНОГО ГОДА

Направление воспитания	Ценность	Формы и способы раскрытия ценности; события	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль
Патриотическое	Родина	Ознакомление	3 День окончания Второй мировой войны *		4 День народного единства **	3 День неизвестного солдата **		2 День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве в 1943 **
					16 Международный день толерантности *** (Этнокалендарь)	9 День героев Отечества **		11 День заповедников и национальных парков ****
						12 День Конституции РФ **		17 День рождения Н.П.Симоняка — советского военачальника, Героя Советского Союза ****
	Природа	Коллективный проект/тематическая неделя			30 День Государственного герба РФ **			23 День защитника Отечества **
		Мероприятие	3 День солидарности в борьбе с терроризмом (тренировочная эвакуация) **				27 День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады (1944 год) **	21 Международный день родного языка *

Духовно- нравственное	Жизнь	Ознакомление	21 Международны й день мира****	4 Всемирный день защиты животных*	8 День памяти погибших при исполнении служебных обязанностей сотрудников органов внутренних дел России**	3 Международны й день инвалидов*	27 День освобождения Красной армией крупнейшего «лагеря смерти» Аушвиц- Биркенау (Освенцима) л – День памяти жертв Холокоста*	
	Милосердие							
	Добро	Коллективный проект						
		Мероприятие						
Социальное	Семья	Ознакомление		1 Международн ый день пожилых людей**		5 День добровольца (волонтера) в России**		
	Дружба							
	Человек	Коллективный проект/ тематическая неделя		3-е воскресенье День отца в России**	Последнее воскресенье День матери в России**			24.02-2.03.25 Масленица – (русские, украинцы, белорусы, народы Поволжья) Сёварни (чуваши)****
	Сотрудничество	Мероприятие						
Познавательное	Познание	Ознакомление	8 Международны й день распространени я грамотности**					8 День российской науки**
		Коллективный проект						
		Мероприятие	1 День знаний**					
Физическое и оздоровительное	Здоровье	Ознакомление						
		Коллективный проект/ тематическая неделя	Неделя безопасности дорожного движения**					
	Жизнь	Мероприятие						

<b>Трудовое</b>	<b>Труд</b>	Ознакомление		<b>5</b> День учителя**		<b>8</b> Международный день художника**		
		Коллективный проект/тематическая неделя	<b>27</b> День работника дошкольного образования**					
		Мероприятие						
		Ознакомление		<b>1</b> Международный день музыки**				
<b>Эстетическое</b>	<b>Культура</b>	Коллективный проект/тематическая неделя						<b>10</b> День памяти А.С. Пушкина***
	<b>Красота</b>	Мероприятие		Праздник осени****		<b>31</b> Новый год*		

## ВТОРАЯ ПОЛОВИНА УЧЕБНОГО ГОДА

Направление воспитания	Ценность	Формы и способы раскрытия ценности	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август
<b>Патриотическое</b>	<b>Родина</b>	Ознакомление	<b>18</b> День воссоединения Крыма с Россией**	<b>22</b> Всемирный день Земли****				
		Коллективный проект/тематическая неделя	<b>22</b> Всемирный день воды. День Балтийского моря**** (Этнокалендарь)	<b>1</b> Международный день птиц****	<b>9</b> День Победы советского народа в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов**	<b>12</b> День России**		<b>22</b> День государственного флага Российской Федерации**
	<b>Природа</b>	Мероприятие		<b>12</b> День космонавтики**	<b>27</b> День основания Санкт-Петербурга***		<b>30</b> День военно-морского флота России. Морской парад***	
<b>Духовно-нравственное</b>	<b>Жизнь</b>	Ознакомление						
	<b>Милосердие</b>	Коллективный проект						
	<b>Добро</b>	Мероприятие				<b>22</b> День памяти и скорби – день начала		

						Великой Отечественной войны**		
Социальное	Семья	Ознакомление			19 День детских общественных организаций России**	27 День молодежи****		
	Дружба							
	Человек	Коллективный проект/ тематическая неделя	8 Международны й женский день*				8Всероссийски й день семьи, любви и верности**	
	Сотрудничество	Мероприятие				1 Международны й день защиты детей*		
Познавательное	Познание	Ознакомление			24 День славянской письменности и культуры**			
		Коллективный проект						
		Мероприятие						
Физическое и оздоровительное	Здоровье	Ознакомление	1 Всемирный день иммунитета****					5Международный день светофора****
	Жизнь	Коллективный проект						
		Мероприятие						12 День физкультурника**
Трудовое	Труд	Ознакомление		30 День пожарной охраны****				
		Коллективный проект/ тематическая неделя			1 Праздник Весны и Туда, Международный день солидарности трудящихся*		3 День ГИБДД****	
		Мероприятие						
Эстетическое	Культура	Ознакомление	27 Всемирный день театра*	18Междунаро дный день памятников и исторических мест***		9 День рождения Петра I***		27 День русского кино**



		Коллективный проект/ тематическая неделя		2 Международный день детской книги ****		6 День русского языка **		
	Красота	Мероприятие			18Международный день музеев ***			

\* Значимые для всего мира события и юбилейные даты в Календаре образовательных событий на учебный год, утверждённом Министерством просвещения Российской Федерации;

\*\* Значимые для нашей страны события и юбилейные даты в Календаре образовательных событий на учебный год, утверждённом Министерством просвещения Российской Федерации;

\*\*\* Национальные праздники, значимые для Санкт-Петербурга, ежегодные события и юбилейные даты в текущем учебном году;

\*\*\*\* Традиционные праздники и мероприятия Образовательного учреждения.

### **3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ**

#### **3.1. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ [п. 30; 189-191]**

Успешная реализация ОП ДО обеспечивается следующими психолого-педагогическими условиями:

1) признание детства как уникального периода в становлении человека, понимание неповторимости личности каждого ребёнка, принятие воспитанника таким, какой он есть, со всеми его индивидуальными проявлениями; проявление уважения к развивающейся личности, как высшей ценности, поддержка уверенности в собственных возможностях и способностях у каждого воспитанника;

2) решение образовательных задач с использованием как новых форм организации процесса образования (проектная деятельность, образовательная ситуация, образовательное событие, обогащенные игры детей в центрах активности, проблемно-обучающие ситуации в рамках интеграции образовательных областей и другое), так и традиционных (фронтальные, подгрупповые, индивидуальные занятия). При этом занятие рассматривается как дело, занимательное и интересное детям, развивающее их; деятельность, направленная на освоение детьми одной или нескольких образовательных областей, или их интеграцию с использованием разнообразных педагогически обоснованных форм и методов работы, выбор которых осуществляется педагогом;

3) обеспечение преемственности содержания и форм организации образовательного процесса в ДОО, в том числе дошкольного и начального общего уровней образования (опора на опыт детей, накопленный на предыдущих этапах развития, изменение форм и методов образовательной работы, ориентация на стратегический приоритет непрерывного образования – формирование умения учиться);

4) учёт специфики возрастного и индивидуального психофизического развития обучающихся (использование форм и методов, соответствующих возрастным особенностям детей; видов деятельности, специфических для каждого возрастного периода, социальной ситуации развития);

5) создание развивающей и эмоционально комфортной для ребёнка образовательной среды, способствующей эмоционально-ценностному, социально-личностному, познавательному, эстетическому развитию ребёнка и сохранению его индивидуальности, в которой ребёнок реализует право на свободу выбора деятельности, партнера, средств и прочее;

6) построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития;

7) индивидуализация образования (в том числе поддержка ребёнка, построение его образовательной траектории) и оптимизация работы с группой детей, основанные на результатах педагогической диагностики (мониторинга);

8) оказание ранней коррекционной помощи детям с ООП, в том числе с ОВЗ на основе специальных психолого-педагогических подходов, методов, способов общения и условий, способствующих получению ДО, социальному развитию этих детей, в том числе посредством организации инклюзивного образования;

9) совершенствование образовательной работы на основе результатов выявления запросов родительского и профессионального сообщества;

10) психологическая, педагогическая и методическая помощь и поддержка, консультирование родителей (законных представителей) в вопросах обучения, воспитания и развития детей, охраны и укрепления их здоровья;

11) вовлечение родителей (законных представителей) в процесс реализации образовательной программы и построение отношений сотрудничества в соответствии с образовательными потребностями и возможностями семьи обучающихся;

12) формирование и развитие профессиональной компетентности педагогов, психолого-педагогического просвещения родителей (законных представителей) обучающихся;

13) непрерывное психолого-педагогическое сопровождение участников образовательных отношений в процессе реализации Федеральной программы в ДОО, обеспечение вариативности его содержания, направлений и форм, согласно запросам родительского и профессионального сообществ;

14) взаимодействие с различными социальными институтами (сферы образования, культуры, физкультуры и спорта, другими социально-воспитательными субъектами открытой образовательной системы), использование форм и методов взаимодействия, востребованных современной педагогической практикой и семьей, участие всех сторон взаимодействия в совместной социально-значимой деятельности;

15) использование широких возможностей социальной среды, социума как дополнительного средства развития личности, совершенствования процесса её социализации;

16) предоставление информации о Федеральной программе семье, заинтересованным лицам, вовлеченным в образовательную деятельность, а также широкой общественности;

17) обеспечение возможностей для обсуждения ОП ДО, поиска, использования материалов, обеспечивающих её реализацию, в том числе в информационной среде.

### **3.2. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРЕДМЕТНО-ПРОСТРАНСТВЕННОЙ СРЕДЫ [п. 31; 191]**

Развивающая предметно-пространственная среда (далее – РППС) соответствует требованиям ФГОС ДО и санитарно-эпидемиологическим требованиям.

Для выполнения этой задачи РППС должна быть:

1) **содержательно-насыщенной** – включать средства обучения (в том числе технические и информационные), материалы (в том числе расходные), инвентарь, игровое, спортивное и оздоровительное оборудование, которые позволяют обеспечить игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех категорий детей, экспериментирование с материалами, доступными детям; двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях; эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением; возможность самовыражения детей;

2) **трансформируемой** – обеспечивать возможность изменений РППС в зависимости от образовательной ситуации, в том числе меняющихся интересов, мотивов и возможностей детей;

3) **полифункциональной** – обеспечивать возможность разнообразного использования составляющих РППС (например, детской мебели, матов, мягких модулей, ширм, в том числе природных материалов) в разных видах детской активности;

4) **доступной** – обеспечивать свободный доступ воспитанников (в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья) к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;

5) **безопасной** – все элементы РППС должны соответствовать требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования, такими как санитарно-эпидемиологические правила и нормативы и правила пожарной безопасности, а также правила безопасного пользования Интернетом.

### **3.3. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ЗАЛА**

**В комплект оборудования физкультурного зала входит:**

- Стационарное оборудование;

- Набор физкультурных пособий, которые можно навесить, приставить, объединить со стационарным;
- Детали для объединения со стационарным и переносным оборудованием (специальные крючки, защелки, ленты);
- Дополнительные физкультурные пособия в виде зрительных ориентиров (плоскостные дорожки, геометрические фигуры и т.д.);
- Игровые детали-атрибуты (рули, нагрудные знаки).

**Оборудование физкультурного зала составляют:**

- гимнастическая стенка (высота 2,5 м);
- гимнастическая доска (ширина 10 см)
- гимнастическая скамейка (длина 3 м, высота 20, 25, 30 см);
- ребристые доски, меняющие направления
- мишени разных типов;
- стойки и планки для прыжков;
- тоннели различной длины и высоты;
- баскетбольные кольца и сетка;
- маты;
- гантели и утяжелители различных масс;
- ворота;
- пособия для выполнения физических упражнений (мячи, мешочки с песком, обручи, ленточки, палки гимнастические, кубики, погремушки, шнуры, скакалки.);
- тренажеры
- батут
- комплект мягких модулей «Альма»
- магнитофон

### 3.4 РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

на 2025-2026 учебный год

Группа	Мл. №8	Ср. №4	Ср. №7	Ст. №1	Ст. №5	Под. №3	Под. №6
Понедельник				9:00-9:25		9:40-10:10	
Вторник			9:00-9:20		9:40-10:05		10:15-10:45
Среда	9:00-9:15	9:25-9:45		9:55-10:20			
Четверг			9:00-9:20		9:40-10:05		10:25-10:45
Пятница	9:00-9:15	9:25-9:45				10:00-10:30	

### 3.5 РЕЖИМ ДНЯ

#### РЕЖИМ ДНЯ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ

(на холодный период: с 01.09. по 31.05.)

Приход детей. Индивидуальная, игровая и самостоятельная деятельность		7.00-8.05
Утренняя зарядка		8.00-8.10
Самостоятельная деятельность, игры		8.10-8.30
Подготовка к завтраку / гигиенические процедуры / 1-й завтрак		8.30-8.50
Подготовка к занятиям / гигиенические процедуры		8.50-9.00
1. Занятие		9.00-9.15
Перерыв / гигиенические процедуры		9.15-9.25
2. Занятие		9.25-9.40
Самостоятельная деятельность		9.40-10.20
Подготовка к завтраку / гигиенические процедуры		10.20-10.30
2-ой завтрак		10.30-10.40
Подготовка к прогулке / прогулка		10.40-12.10
Возвращение с прогулки	детей 3-х лет	12.10-12.15
	детей 4-х лет	12.10-12.20
Подготовка к обеду / гигиенические процедуры / обед	детей 3-х лет	12.15-12.35
	детей 4-х лет	12.20-12.40
Подготовка ко сну / гигиенические процедуры	детей 3-х лет	12.35-12.40
	детей 4-х лет	12.40-12.45
Дневной сон	детей 3-х лет	12.40-15.40
	детей 4-х лет	12.45-15.15
Постепенный подъем / бодрящая гимнастика / подготовка к полднику	детей 3-х лет	15.40-15.45
	детей 4-х лет	15.15-15.30
Полдник	детей 3-х лет	15.45-16.00
	детей 4-х лет	15.30-15.50
Игровая, трудовая, самостоятельная деятельность		15.50-16.05
Совместная деятельность педагога с детьми		16.05-16.20
Игры, самостоятельная деятельность		16.20-16.30
Чтение художественной литературы		16.30-16.45

Гигиенические процедуры / подготовка к прогулке	16.45-16.55
Прогулка	16.55-18.25
Возвращение с прогулки / гигиенические процедуры	18.25-18.30
Игры, самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой	18.30-19.00

**РЕЖИМ ДНЯ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ**  
(на холодный период: с 01.09. по 31.05.)

Приход детей. Индивидуальная, игровая и самостоятельная деятельность	7.00-8.10
Утренняя зарядка	8.10-8.20
Игровая и самостоятельная деятельность	8.20-8.30
Подготовка к завтраку / гигиенические процедуры / 1-ый завтрак	8.30-8.55
Подготовка к занятиям / гигиенические процедуры	8.55-9.00
1. Занятие	9.00-9.20
Перерыв	9.20-9.30
2. Занятие	9.30-9.50
Индивидуальная, игровая и самостоятельная деятельность	9.50-10.20
Подготовка к завтраку / гигиенические процедуры	10.20-10.30
2-ой завтрак	10.30-10.40
Подготовка к прогулке	10.40-10.50
Прогулка	10.50-12.20
Возвращение с прогулки / подготовка к обеду / гигиенические процедуры	12.20-12.30
Обед	12.30-12.50
Подготовка ко сну/ дневной сон	12.50-15.20
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика	15.20-15.30
Подготовка к полднику / полдник	15.30-15.50
Игровая, трудовая, самостоятельная деятельность детей	15.50-16.10
Совместная деятельность педагога с детьми	16.10-16.30
Игровая и самостоятельная деятельность	16.30-16.40
Чтение художественной литературы	16.40-17.00
Подготовка к прогулке / гигиенические процедуры	17.00-17.10
Прогулка	17.10-18.40
Возвращение с прогулки / гигиенические процедуры	18.40-18.45
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, уход домой	18.45-19.00

**РЕЖИМ ДНЯ СТАРШЕЙ ГРУППЫ**  
(на холодный период: с 01.09. по 31.05.)

Приход детей. Индивидуальная, игровая и самостоятельная деятельность	7.00-8.20
Утренняя зарядка	8.20-8.30
Подготовка к завтраку / 1-й завтрак	8.30-8.55
Подготовка к занятиям / гигиенические процедуры	8.55-9.00
1. Занятие	9.00-9.25
Перерыв	9.25-9.35
2. Занятие	9.35-10.00
Самостоятельная, совместная и индивидуальная деятельность педагога с детьми	10.00-10.25
Подготовка к завтраку / гигиенические процедуры	10.25-10.30
2-ой завтрак	10.30-10.35
Подготовка к прогулке	10.35-10.50
Прогулка (наблюдения, индивидуальная, игровая, трудовая и самостоятельная деятельность)	10.50-12.20

Возвращение с прогулки / подготовка к обеду / гигиенические процедуры	12.20-12.30
Обед	12.30-12.50
Подготовка ко сну/ дневной сон	12.50-15.20
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, подготовка к полднику	15.20-15.30
Полдник	15.30-15.40
3. Занятие	15.40-16.05
Игровая, трудовая, самостоятельная деятельность	16.05-16.15
Чтение художественной литературы	16.15-16.40
Подготовка к прогулке	16.40-16.50
Прогулка (наблюдения, индивидуальная, игровая, трудовая и самостоятельная деятельность)	16.50-18.20
Возвращение с прогулки / гигиенические процедуры	18.20-18.30
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, уход детей домой	18.30-19.00

#### РЕЖИМ ДНЯ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЫ

(на холодный период: с 01.09. по 31.05.)

Приход детей. Индивидуальная, игровая и самостоятельная деятельность	7.00-8.20
Утренняя зарядка	7.48-8.00
Подготовка к завтраку / гигиенические процедуры	8.20-8.30
1-й завтрак	8.30-8.55
Подготовка к занятиям / гигиенические процедуры	
1. Занятие	9.00-9.30
Перерыв	9.30-9.40
2. Занятие	9.40-10.10
Перерыв	10.10-10.20
3. Занятие	10.20-10.50
2-ой завтрак	10.50-10.55
Гигиенические процедуры / подготовка к прогулке	10.55-11.05
Прогулка	11.05-12.25
Возвращение с прогулки / подготовка к обеду / гигиенические процедуры	12.25-12.30
Обед	12.30-12.50
Подготовка ко сну / дневной сон	12.50-15.20
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика /закаливание / подготовка к полднику	15.20-15.30
Полдник	15.30-15.40
Совместная деятельность педагога с детьми	15.40-16.10
Игровая, трудовая и самостоятельная деятельность	16.10-16.20
Чтение художественной литературы	16.20-16.50
Гигиенические процедуры / подготовка к прогулке	16.50-17.00
Прогулка (наблюдение, труд в природе, индивидуальная и самостоятельная деятельность, подвижная игра)	17.00-18.40
Возвращение с прогулки / гигиенические процедуры	18.40-18.45
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, уход детей домой	18.45-19.00

#### РЕЖИМ ДНЯ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ

(на тёплый период: с 01.06. по 31.08.)

Приём детей на прогулке. Индивидуальная, игровая и самостоятельная деятельность	7.00-8.05
Утренняя зарядка на прогулке	8.05-8.10
Самостоятельная деятельность, игры на прогулке	8.10-8.30
Возвращение с прогулки / подготовка к завтраку / гигиенические процедуры /	8.30-8.50

1-й завтрак	
Подготовка к занятиям / гигиенические процедуры / выход на прогулку	8.50-9.00
1. Занятие	9.00-9.15
Перерыв / гигиенические процедуры	9.15-9.25
2. Занятие	9.25-9.40
Самостоятельная деятельность на прогулке	9.40-10.20
Возвращение с прогулки / подготовка к завтраку / гигиенические процедуры	10.20-10.30
2-ой завтрак	10.30-10.40
Подготовка к прогулке / прогулка	10.40-11.50
Питьевой режим	11.10-11.20
Возвращение с прогулки	11.50-12.00
Подготовка к обеду / гигиенические процедуры / обед	12.00-12.40
Подготовка ко сну / гигиенические процедуры	12.40-12.45
Дневной сон	12.45-15.15
Постепенный подъем / бодрящая гимнастика / подготовка к полднику	15.15-15.30
Полдник	15.30-15.50
Подготовка к прогулке / прогулка	15.50-18.30
Совместная деятельность педагога с детьми на прогулке	16.05-16.20
Самостоятельная деятельность на прогулке	16.20-16.30
Чтение художественной литературы на прогулке	16.30-16.45
Игровая, трудовая, познавательная, самостоятельная деятельность на прогулке	16.45-18.30
Возвращение с прогулки / гигиенические процедуры	18.30-18.40
Питьевой режим	18.40-18.50
Игры, самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой	18.50-19.00

### РЕЖИМ ДНЯ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ

(на тёплый период: с 01.06. по 31.08.)

Приём детей на прогулке. Индивидуальная, игровая и самостоятельная деятельность	7.00-8.10
Утренняя зарядка на прогулке	8.10-8.20
Возвращение с прогулки / гигиенические процедуры /	8.20-8.30
Подготовка к завтраку / 1-ый завтрак	8.30-8.55
Подготовка к занятиям / гигиенические процедуры / выход на прогулку	8.55-9.00
1. Занятие	9.00-9.20
Перерыв	9.20-9.30
2. Занятие	9.30-9.50
Индивидуальная, игровая и самостоятельная деятельность на прогулке	9.50-10.20
Возвращение с прогулки / подготовка к завтраку / гигиенические процедуры	10.20-10.30
2-ой завтрак	10.30-10.40
Подготовка к прогулке	10.40-10.50
Прогулка	10.50-12.20
Питьевой режим	11.30-11.40
Возвращение с прогулки / подготовка к обеду / гигиенические процедуры	12.20-12.30
Обед	12.30-12.50
Подготовка ко сну / дневной сон	12.50-15.20
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика	15.20-15.30
Подготовка к полднику / полдник	15.30-15.50
Подготовка к прогулке / игровая, трудовая, самостоятельная деятельность детей на прогулке	15.50-18.30
Совместная деятельность педагога с детьми на прогулке	16.10-16.30
Игровая и самостоятельная деятельность на прогулке	16.30-16.40



Чтение художественной литературы на прогулке	16.40-17.00
Игровая, трудовая, самостоятельная деятельность детей на прогулке	17.00-18.30
Возвращение с прогулки / гигиенические процедуры	18.30-18.40
Питьевой режим	18.40-18.50
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, уход домой	18.50-19.00

### **РЕЖИМ ДНЯ СТАРШЕЙ ГРУППЫ**

(на тёплый период: с 01.06. по 31.08.)

Приём детей на прогулке. Индивидуальная, игровая и самостоятельная деятельность на прогулке	7.00-8.20
Утренняя зарядка на прогулке	8.20-8.30
Возвращение с прогулки / подготовка к завтраку / 1-й завтрак	8.30-8.55
Подготовка к занятиям / гигиенические процедуры	8.55-9.00
1. Занятие	9.00-9.25
Перерыв	9.25-9.35
2. Занятие	9.35-10.00
Подготовка к прогулке / самостоятельная, совместная и индивидуальная деятельность педагога с детьми на прогулке	10.00-10.25
Возвращение с прогулки / подготовка к завтраку / гигиенические процедуры	10.25-10.30
2-ой завтрак	10.30-10.40
Подготовка к прогулке / гигиенические процедуры	10.40-10.50
Прогулка (наблюдения, индивидуальная, игровая, трудовая и самостоятельная деятельность) на прогулке	10.50-12.20
Питьевой режим	11.30-11.40
Возвращение с прогулки / подготовка к обеду / гигиенические процедуры	12.20-12.30
Обед	12.30-12.50
Подготовка ко сну / дневной сон / постепенный подъем, бодрящая гимнастика	12.50-15.20
Подготовка к полднику / гигиенические процедуры	15.20-15.30
Полдник	15.30-15.40
3. Занятие на прогулке	15.40-16.05
Игровая, трудовая, самостоятельная деятельность на прогулке	16.05-18.30
Чтение художественной литературы на прогулке	16.15-16.40
Наблюдения, индивидуальная, игровая, трудовая и самостоятельная деятельность на прогулке	16.40-18.30
Возвращение с прогулки / гигиенические процедуры	18.30-18.40
Питьевой режим	18.40-18.50
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, уход детей домой	18.50-19.00

### **РЕЖИМ ДНЯ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЫ**

(на тёплый период: с 01.06. по 31.08.)

Приём детей на прогулке. Индивидуальная, игровая и самостоятельная деятельность на прогулке	7.00-8.20
Утренняя зарядка на прогулке	7.48-8.00
Возвращение с прогулки / подготовка к завтраку / гигиенические процедуры	8.20-8.30
1-й завтрак	8.30-8.55
Подготовка к занятиям / гигиенические процедуры / подготовка к прогулке	8.55-9.00
1. Занятие	9.00-9.30
Перерыв	9.30-9.40
2. Занятие	9.40-10.10
Самостоятельная деятельность / возвращение с прогулки / гигиенические процедуры / / подготовка к завтраку	10.10-10.30
2-ой завтрак	10.30-10.40

Гигиенические процедуры / подготовка к прогулке	10.40-10.50
3. Занятие	10.50-11.20
Прогулка (наблюдение, труд в природе, индивидуальная и самостоятельная деятельность, подвижная игра)	10.50-12.20
Питьевой режим	11.40-11.50
Возвращение с прогулки	12.20-12.30
Подготовка к обеду / гигиенические процедуры / обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну / дневной сон / постепенный подъем, бодрящая гимнастика / закаливание /	13.00-15.30
Подготовка к полднику / полдник	15.30-15.40
Гигиенические процедуры / подготовка к прогулке / прогулка (наблюдение, труд в природе, индивидуальная и самостоятельная деятельность, подвижная игра)	15.40-18.30
Совместная деятельность педагога с детьми на прогулке	15.50-16.20
Игровая, трудовая и самостоятельная деятельность на прогулке	16.20-16.30
Чтение художественной литературы на прогулке	16.30-17.00
Возвращение с прогулки / гигиенические процедуры	18.30-18.40
Питьевой режим	18.40-18.50
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, уход детей домой	18.50-19.00

### 3.6 ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА

#### Направления и задачи оздоровительной работы

№ п/п	Направления	Задачи
1.	Профилактическое	Соблюдение единых требований к режиму детей дома и в ДОУ. Формирование навыка правильного дыхания, правильной осанки, профилактика плоскостопия.
2.	Общеобразовательное	Обучение всем видам дыхательной гимнастики и дыхательных упражнений.
3.	Коррекционное	Укрепление и повышение физической работоспособности и выносливости. Повышение сопротивляемости организма простудным и другим заболеваниям.
4.	Валеологическое	Формирование осознанного отношения к своему здоровью и здоровью близких людей (стремление к здоровому образу жизни). Создание благоприятных условий для оздоровления организма. Формирование умений определять собственное плохое самочувствие и умение регулировать его. Выработка гигиенических навыков.
5.	Психологическое	Улучшение эмоционального состояния. Снятие психологической напряженности. Воспитание воли, сознательной дисциплины, организованности. Развитие коммуникативных навыков.

**Система оздоровительной работы  
с часто и длительно болеющими детьми в образовательной организации**

№ п/п	Разделы и направление работы	
1.	Использование вариативных режимов дня и пребывание ребенка в ДОУ	Типовой режим дня по возрастным группам
2.	Разнообразие форм организации режима двигательной активности ребенка	Утренняя зарядка Подвижные игры на воздухе и в помещении Самостоятельная двигательная деятельность Спортивные игры Праздники, дни здоровья Физкультурные занятия Подгрупповые и индивидуальные занятия с варьированием физической нагрузки с учетом исходного уровня здоровья и возможности ребенка Элементы ритмопластики
3.	Система работы с детьми по формированию основ валеологических знаний и здорового образа жизни	Развитие представлений и формирование навыков здорового образа жизни, поддержания здоровья Приобщение к двигательной и гигиенической культуре Формирование основ безопасной жизнедеятельности
4.	Оздоровительное и лечебно-профилактическое сопровождение	Закаливание естественными физическими факторами: режим теплового комфорта в выборе одежды для пребывания в группе, на занятиях по физкультуре,
5.	Работа с родителями	Общие родительские собрания Круглый стол по вопросам оздоровления Информация по вопросам оздоровления детей в ОУ Общие консультации специалистов Индивидуальные консультации специалистов

**Организация физкультурно-оздоровительной работы с часто и длительно болеющими детьми по направлению «Физическое развитие»**

Приобщение часто болеющих детей к физической культуре рассматривается в настоящее время как одно из самых важных средств, способствующих улучшению здоровья, повышению сопротивляемости организма инфекционным заболеваниям, улучшению работы основных органов и систем организма, а также повышению самооценки.

В процессе выполнения физических упражнений и закладывается фундамент здоровья детей, происходит созревание и совершенствование жизненно важных систем и функций организма. Адекватная постоянная физическая нагрузка часто болеющих детей способствует улучшению сердечной деятельности, тренирует сердце, улучшает работу органов дыхания, кроветворения, пищеварения, укрепляет нервную систему, улучшает соотношение процессов возбуждения и торможения в коре головного мозга.

Создание условий для полноценной, позитивной двигательной деятельности часто болеющих детей в образовательном учреждении и семье способствует формированию здорового образа жизни, закаливанию организма, укреплению здоровья, профилактике имеющихся заболеваний, развитию уверенности в своих силах, повышению самооценки, формированию основных двигательных умений и навыков.

**При организации физкультурно-оздоровительной работы с часто и длительно болеющими детьми педагогами и специалистами учитываются следующие особенности:**

Работоспособность детей часто и длительно болеющих низкая и неустойчивая, в связи с этим необходимо тщательно корректировать нагрузку предстоящей двигательной активности.

Признаки утомляемости у данной группы детей наступают быстрее, чем у здоровых детей, поэтому педагог должен не пропустить момент наступления утомления, чтобы избежать физической нагрузки.

Никогда нельзя сравнивать достижения выполненных действий часто болеющим ребёнком с другими детьми.

Педагогу необходимо постоянно следить за состоянием здоровья детей, предъявляя оптимальные требования к результату двигательной деятельности в данное конкретное время.

**Цель:** организации работы по направлению «Физическое развитие» - сохранение и развитие физического и психического здоровья детей.

**Задачи** работы с часто и длительно болеющими детьми по направлению «Физическое развитие»:

**В области физического (двигательного) развития:**

- Развитие основных физических, двигательных качеств (ловкости, координации движений, гибкости, выносливости, силы, чувства равновесия и др.).
- Формирование телесной идентификации и произвольной регуляции средствами физического воспитания.
- Укрепление мышечного корсета и сводов стопы, формирование рефлекса правильной осанки, коррекция нарушения физического развития ребёнка.
- Развитие рефлекса правильной походки.
- Формирование умения выполнять перекрёстные движения, способствующие развитию межполушарного взаимодействия, координированной работы правого и левого полушарий головного мозга.
- Стимулирование и развитие кинетической и кинестетической основ движений средствами физического воспитания.
- Развития ориентации в пространстве средствами физического воспитания.
- Формирование культуры движений.

**Для реализации задач физического (двигательного) развития обеспечивается следующая система работы:**

**Сентябрь** - осуществление педагогической диагностики методом наблюдения для определения исходного уровня развития детей при выполнении определённых тестовых заданий.

**Май** - повторное проведение педагогической диагностики методом наблюдения для сравнения анализа результатов в начале и конце учебного года.

**В течение учебного года** осуществляется педагогическая работа, направленная на: **формирование основных сенсомоторных координаций:**

- зрительно-моторной координации - за счёт выполнения слежения глазами за перемещающимися в пространстве предметом в разных направлениях;

- слухомоторной координации - в процессе выполнения задания с музыкальным сопровождением, когда, например, на одну музыкальную мелодию детям предлагается выполнить ползание с продвижением вперед, на вторую мелодию выполнить ходьбу на носках руки на поясе, а на третью мелодию выполнить хлопки в ладоши, стоя на месте. (Задания могут быть самыми разнообразными.);
- вестибуломоторной координации - за счёт выполнения упражнений, требующих сохранения равновесия, стоя на разных поверхностях (по устойчивости, размеру, площади опоры), на полу, на модуле, на балансировочной доске и др., а также при выполнении ходьбы и бега;
- формирование межполушарного взаимодействия - за счёт стимулирования работы правого и левого полушарий головного мозга, что достигается выполнением сложно координированных движений. Например, таких, как приставные шаги вправо с одновременным отведением левой руки с флажком влево, затем наоборот и др.;
- отработку первичных движений, «примитивных» рефлексов (ассиметрический шейный тонический, Галанта, сегментированный рефлекс поворот и пр.);

#### **развитие основных двигательных, физических качеств:**

- ловкости и координации движений - за счёт выполнения различных манипуляций с предметами - мячом, гимнастической палкой, обручем, скакалкой, лентой и др.;
- гибкости - при выполнении упражнений на растяжку, на увеличение подвижности в суставах (различные наклоны, полу шпагаты, мостик из положения, лёжа и др.);
- выносливости - за счёт выполнения продолжительной, малоинтенсивной работы, например удержание позы «рыбка» на определённый счёт;
- силы - при выполнении упражнений с отягощениями (маленькие гантели, набивные мячи и т.д.);
- быстроты - при проведении эстафет, когда проявляется реакция на сигнал; или выполнение прыжков через скакалку - как можно больше за определённый промежуток времени;
- целенаправленное формирование рефлекса правильной осанки, укрепление мышечного корсета - за счёт выполнения упражнений на растяжение, удержание определённой позы, напряжения и расслабления определённых мышечных групп;

#### **воспитание культуры выполнения движений:**

- разучивание общеразвивающих упражнений, выполняемых из разных исходных положений; развития и закрепления умения и навыков выполнения различных заданий таких, как основные виды движений (ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание и метание), упражнения без предметов и с предметами, танцевальные и др. упражнения;

#### **формирование умения и навыков выполнения общеразвивающих упражнений без**

- предметов, с разными предметами и на снарядах из разных исходных положений - это упражнения с мячами разного диаметра, скакалками, с обручем, гимнастической палкой, кеглями, мешочками с песком, лентами, а также на детских стульях, гимнастической скамейке, лесенке, набивных (сенсорных) мячах, балансировочных досках и др.

#### **В области укрепления и развития нервной системы организма:**

- развитие органов чувств (тактильных, слуховых, зрительных, вестибулярных, обонятельных, вкусовых стимулов) - за счёт выполнения упражнений с разными предметами, слежением за перемещающимися в пространстве предметами, ходьбы, бега в разных направлениях и с уменьшенной площадью опоры; заданий, связанных с сохранением равновесия
- формирование кинетического, кинестетического, пространственного, восприятия, произвольной регуляции. Реализация данных факторов обусловлена

необходимостью формировать образ предстоящего движения; возможностью перехода от одного движения к другому; постановкой цели, планированием предстоящего двигательного действия и осуществлением контроля за выполнением поставленной задачи; удержание внимания и развитием двигательной памяти.

- Данные базальные факторы необходимы для реализации нормального онтогенеза на начальных этапах развития, которые определяют течение нейрофизиологических и нейропсихологических процессов в организме, и в дальнейшем - для формирования за счет специальных двигательных технологий полноценной деятельности ребёнка, соответствующей сенситивным периодам развития.

#### **В области социально-эмоционального развития:**

- Развитие групповой сплочённости, умения взаимодействовать в группе и подгруппах, оказывать взаимопомощь.
- Развитие у детей способности понимать эмоциональное состояние своё и других детей.
- Формирование у детей умения строить своё поведение в соответствии с групповыми нормами и правилами.
- Реализация данных задач происходит при создании условий для формирования навыков сотрудничества и социально-эмоционального взаимодействия - за счёт проведения подвижных игр, эстафет, выполнения упражнений в парах, подгруппах и т.д.

#### **В области когнитивного развития:**

- Развитие образных представлений на основе слухового восприятия способов выполнения двигательных заданий.
- Ознакомление детей с разным спортивным оборудованием в совокупности его сенсорных свойств, качеств, признаков посредством двигательной деятельности.
- Формирование образного представления на основе восприятия цвета, формы, фактуры, размера, веса предметов и связанных с осуществлением двигательной деятельности.
- Развитие способности к творческому самовыражению в процессе выполнения различных двигательных заданий.
- Развитие познавательной активности детей за счёт разгадывания загадок, прослушивания стихов, пословиц, выполнения заданий с использованием счёта, цвета, а также организация совместной образовательной деятельности с детьми по направлению «Физическое развитие».

### **Формы организации образовательной деятельности с часто и длительно болеющими детьми**

В ходе реализации образовательной деятельности с детьми по направлению «Физическое развитие» двигательная активность (нагрузка) часто болеющим детям определяется медицинским персоналом и педагогами в таком же объёме, что и здоровым детям, но при этом учитываются их психофизиологические возможности и психологические особенности.

Непосредственно образовательная деятельность (в том числе коррекционные занятия) с длительно и часто болеющими детьми организуются в учреждении в соответствии с требованиями СанПиН. Специально организованная образовательная деятельность детей со взрослыми по физическому развитию - это главная форма организованного, систематического обучения часто болеющих детей двигательным умениям и навыкам.

#### **Педагоги при организации работы с часто болеющими детьми должны соблюдать следующие требования:**

- давать часто болеющим детям посильные задания, зная, что они справятся с их выполнением;
- предлагать быть ведущими только в знакомой подвижной игре;
- для проведения эстафет подбирать для таких детей посильные двигательные действия, чтобы они были уверены в своих силах и не отказались от участия;
- при выполнении упражнений в парах подбирать детей: в паре с часто болеющим ребёнком обязательно должен быть более здоровый и хорошо физически развитый ребёнок;
- привлекать часто болеющих детей к участию в спортивных праздниках, заранее подбирая адекватные задания;
- проводить с часто болеющими детьми индивидуальную работу, предлагать индивидуальные развивающие задания по освоению техники разучиваемых упражнений;
- часто болеющим детям не рекомендуется давать двигательные задания типа «Кто быстрее?», «Кто больше?» и т.д.;
- содержание занятий и физическая нагрузка должны соответствовать возрасту и уровню подготовленности и состоянию здоровья детей, индивидуальным особенностям часто болеющих детей.

### **В ОУ активно используются следующие формы работы:**

Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня:

- утренняя зарядка;
- подвижные игры и физические упражнения на свежем воздухе;
- физкультминутки;
- физические упражнения после дневного сна;
- закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями;
- физкультурные паузы;
- динамические паузы.

Индивидуальные занятия и дифференцированная работа (с учётом специфических особенностей развития часто болеющих детей).

Самостоятельная двигательная деятельность.

Физкультурные праздники.

Мини-беседы.

Рекомендации для совместной деятельности детей с родителями в условиях семейного воспитания.

### **Организация каждой из этих форм приобщения детей к физической культуре в образовательном учреждении имеет свою специфику:**

Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня

**Утренняя зарядка.** Проводится ежедневно в каждой группе.

Задачами утренней гимнастики являются:

- подготовка организма часто болеющих детей к предстоящей деятельности;
- умеренное, но разностороннее влияние на мышечную систему;
- активизация деятельности сердечно - сосудистой, дыхательной и других систем;
- укрепление организма и закаливание;
- стимулирование работы внутренних органов и органов чувств;
- формирование правильной осанки;
- предупреждение возникновения плоскостопия.

Для повышения двигательной активности, положительного воздействия утренняя гимнастика проводится под музыкальное сопровождение.

Утренняя гимнастика состоит из трёх частей: вводной, основной и заключительной. В содержание вводной части включаются разные виды самомассажа, ходьбы, бега, прыжков, ползания, дыхательная гимнастика, ритмические задания, а также упражнения на концентрацию внимания. В основную часть включаются общеразвивающие упражнения для разных мышечных групп, выполняемые из разных исходных положений. Это задания без предметов и с предметами, а также и на снарядах (детских стульях, гимнастической скамейке, лесенке и др.), танцевальные и выразительные упражнения, хорошо знакомые детям, или те, которые выполняются в процессе основных занятий. В заключительную часть могут входить игры на внимание, упражнения на большом ортопедическом мяче, стоя на балансировочной доске в сочетании с заданиями на дыхание и др.

#### **Подвижные игры и физические упражнения на воздухе.**

Способствуют развитию у часто болеющих детей: работы всех органов и систем организма: позитивного отношения к занятиям физическими упражнениями; уверенности в себе; внимания; двигательной памяти и, конечно, взаимодействию и сотрудничеству со сверстниками. Обеспечивается процесс закаливания; повышается сопротивляемость организма простудным, инфекционным заболеваниям. Происходит формирование основных видов сенсомоторных координаций, пространственной ориентации, произвольной регуляции.

**Индивидуальные занятия и дифференцированная работа.** Способствует оптимальному развитию ребёнка, развитию внимания, двигательной памяти, активизации мыслительной деятельности, уверенности в себе за счёт лучшего освоения техники выполнения физических упражнений часто болеющих детей.

**Самостоятельная двигательная деятельность** часто болеющих детей планируется, организуется и контролируется воспитателем, а также медицинскими работниками. Самостоятельная двигательная деятельность часто болеющих детей может проходить в формах: двигательных действий в режиме дня в группе; двигательной деятельности в физкультурном зале; физических и спортивных упражнений на прогулке.

**Спортивные праздники и досуговые мероприятия.** Участие часто болеющих детей в спортивных праздниках и досуговых мероприятиях необходимо для развития у них адекватного, уверенного поведения; позитивного отношения к процессу приобщения к физической культуре; чёткости выполнения определённых двигательных заданий; выполнения позитивного отношения родителей к своим длительно и часто болеющим детям.

**Мини-беседы** проводятся с часто болеющими детьми в индивидуальной форме. Цель - выяснение отношения ребёнка к процессу приобщения к физической культуре с последующим формированием у него более позитивного отношения к выполнению двигательных заданий, к закаливанию и к занятиям спортом.

#### **Совместная деятельность детей с родителями в условиях семейного воспитания.**

После индивидуального разучивания сложных двигательных заданий педагоги дают родителям рекомендации по выполнению и закреплению навыка разучиваемого движения дома. Это способствует лучшему освоению детьми техники упражнения и повышают желание заниматься двигательной деятельностью.

#### **Эффективность оздоровительной работы в ОУ оценивается по следующим показателям:**

положительная и соответствующая возрасту динамика антропометрических показателей;

устойчивая нормализация показателей, функционального состояния организма;

параметры поведения: нормализация сна, аппетита, улучшение эмоционального состояния, хорошее самочувствие, отсутствие жалоб;



отсутствие осложнённого течения острых заболеваний;  
уменьшение числа дней пропущенных по болезни одним ребёнком за год.

### 3.7 ФЕДЕРАЛЬНЫЙ КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

месяц	праздники, памятные даты	рекомендации
Январь	27 января: День снятия блокады Ленинграда;	включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно
	27 января: День освобождения Красной армией крупнейшего «лагеря смерти» Аушвиц-Биркенау (Освенцима) – День памяти жертв Холокоста	
Февраль	2 февраля: День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве	включать регионально и/или ситуативно
	8 февраля: День российской науки	
	15 февраля: День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества	
	21 февраля: Международный день родного языка	
	23 февраля: День защитника Отечества	
Март	8 марта: Международный женский день	
	18 марта: День воссоединения Крыма с Россией	включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно)
	27 марта: Всемирный день театра	
Апрель	12 апреля: День космонавтики	
Май	1 мая: Праздник Весны и Труда	
	9 мая: День Победы	
	19 мая: День детских общественных организаций России	
	24 мая: День славянской письменности и культуры	
Июнь	1 июня: День защиты детей	
	6 июня: День русского языка	
	12 июня: День России	
	22 июня: День памяти и скорби	
Июль	8 июля: День семьи, любви и верности	
Август	12 августа: День физкультурника	
	22 августа: День Государственного флага Российской Федерации	
	27 августа: День российского кино	
Сентябрь	1 сентября: День знаний	
	3 сентября: День окончания Второй мировой войны, День солидарности в борьбе с терроризмом	
	8 сентября: Международный день распространения грамотности	
	27 сентября: День воспитателя и всех дошкольных работников	

Октябрь	1 октября: Международный день пожилых людей; Международный день музыки	
	4 октября: День защиты животных	
	5 октября: День учителя	
	Третье воскресенье октября: День отца в России	
Ноябрь	4 ноября: День народного единства	
	8 ноября: День памяти погибших при исполнении служебных обязанностей сотрудников органов внутренних дел России	
	Последнее воскресенье ноября: День матери в России	
	30 ноября: День Государственного герба РФ	
Декабрь	3 декабря: День неизвестного солдата	
	3 декабря: Международный день инвалидов	включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно
	5 декабря: День добровольца (волонтера) в России	
	8 декабря: Международный день художника	
	9 декабря: День Героев Отечества	
	12 декабря: День Конституции Российской Федерации	
	31 декабря: Новый год	

### 3.8 Перечень образовательных программ, методических пособий и технологий, необходимых для осуществления образовательного процесса

№	Автор	Название	Издание, год
1.	Федеральная образовательная программа дошкольного образования, утверждённая приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25 ноября 2022 № 1028		
2.	Методические рекомендации по реализации Федеральной образовательной программы дошкольного образования, опубликованные Министерством просвещения Российской Федерации 07.03.2023		ООО «ТЦ Сфера», 2023
3.	Алямовская В.Г.	Как воспитать здорового ребенка	М.: Линка-пресс, 1993

- 1 Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей 3 – 7 лет, Мозаика – Синтез, 2009 – 2010 г.
- 2 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа. М.:Мозаика-Синтез, 2009-2010
- 3 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. М.:Мозаика-Синтез, 2009-2010
- 4 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. М.:Мозаика-Синтез, 2009-2010
- 5 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 6-7 лет. – М.: Просвещение, 1983; Лескова Г.П., Бучинская П.П. «Общеразвивающие упражнения в детском саду». М.,

- Пр., 1981; Вавилова Е.Н. «Учите бегать, прыгать, лазать, метать». М., Пр., 1983 С.Я. Лайзане «Физическая культура для малышей. Подвижные игры»;
- 6 Е.А. Синкевич, Т.В.Большева «Физкультура для малышей»;
  - 7 Утренняя гимнастика в детском саду. Т.Е. Харченко М., Мозаика-Синтез, 2007;
  - 8 Физическое воспитание детей 2 – 7 лет. Т.Г. Анисимова Волгоград, «Учитель», 2010;
  - 9 Физкультурные праздники в детском саду. Шебеко В.Н., Ермак Н.Н. М., «Просвещение», 2000;
  - 10 Методика проведения подвижных игр. Степаненкова Э.Я. М.:МозаикаСинтез,2008;
  - 11 Физическое воспитание в детском саду. Степаненкова Э.Я. М., МозаикаСинтез 2005; Тематические физкультурные занятия и праздники в детском учреждении. А.П.Щербак. - М., Владос, 2001;
  - 12 Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников, Новикова И.М. - М., Мозаика – Синтез, 2009-2010 г.;
  - 13 Оздоровительная гимнастика для детей 3 – 7 лет, Пензулаева Л.И. М., Мозаика – Синтез, 2009 – 2010 г.;
  - 14 Система работы по формированию здорового образа жизни.О.И. Бочкарева. - Волгоград, ИТД Корифей, 2008;
  - 15 Здоровьесберегающая система ДОУ. М.А Павлова, М.В. Лысогорская Волгоград, «Учитель», 2009;
  - 16 Воспитание здорового ребёнка. М.Д. Маханёва М., АРКТИ, 1997;
  - 17 Шарова «Основы пожаробезопасного поведения». М., Пр., 1999;
  - 18 Правила пожарной безопасности для детей 5-8 лет. Шорыгина Т.А. Серия: Вместе с детьми.М., Издательство: ТЦ Сфера.2007;
  - 19 Беседы о правилах пожарной безопасности. Шорыгина Т.А. Серия: Вместе с детьми. М.,Издательство: ТЦ Сфера,2006;
  - 20 Занятия по физкультуре с детьми 3-7 лет. Планирование и конспекты. Вареник Е.Н. Серия: Здоровый малыш. СПб Издательство: ТЦ Сфера. 2007;
  - 21 Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7 лет. /сост. В.И. Теленчи/ - М.: Пр., 1987.
  - 22 Методика физического воспитания. Степаненкова Э.Я. М., Мозаика-Синтез 2005;

#### **4. КРАТКАЯ ПРЕЗЕНТАЦИЯ**

Целью программы является разностороннее развитие ребёнка в период дошкольного детства с учётом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций.

Цель программы достигается через решение следующих задач:

- обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;
- приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям российского народа – жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей;

- построение (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учёта возрастных и индивидуальных особенностей развития;
- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учётом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребёнка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности;
- достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования.

Программа обеспечивает развитие детей в области физическое развитие.

*Физическое развитие* включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и само регуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Часть образовательной программы, сформированная участниками образовательных отношений, представлена парциальными образовательными программами:

- В.Г. Алямовской «Как воспитать здорового ребенка»;

Реализация Программы осуществляется ежедневно:

в процессе организованной образовательной деятельности с детьми (занятия),

в процессе взаимодействия с семьями детей по реализации программы.

Презентация Рабочей программы, реализующая Образовательную программу дошкольного образования Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сада №60 комбинированного вида Кировского района Санкт-Петербурга инструктором Ковшевой Ирины Викторовны представлена на сайте по адресу: <http://dou60.kirov.spb.ru/>