Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад «Ромашка»

Приложение к ОП № 6

Рабочая образовательная программа

Образовательная область «Физическое развитие»

Раздел «Физическая культура»

по реализации основной образовательной программы

МАДОУ «Детский сад «Ромашка»

2 группы раннего возраста общеразвивающей направленности «Фантазёры»

(возраст детей 2 - 3 года)

на 2024 – 2025 учебный год

Сафарова Диана Радиковна

инструктор по физической культуре

г. Советский, 2024 г.

**СОДЕРЖАНИЕ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Содержание** | **стр.** |
| 1. **Целевой раздел** | | |
| 1. | Пояснительная записка | 3 |
| 1.1. | Цель реализации рабочей программы в соответствии с ФГОС дошкольного образования | 4 |
| 1.2. | Задачи реализации рабочей программы в соответствии с ФГОС дошкольного образования | 4 |
| 1.3. | Основные Принципы образовательной программы | 5 |
| 1.4. | Особенности развития детей 2-й группы раннего возраста (2-3 года) | 6 |
| 1.5. | Планируемые образовательные результаты | 7 |
| 1.6. | Педагогическая диагностика | 9 |
| 1. **Содержательный раздел** | | |
| 2.1. | Физическое развитие | 10 |
| 2.2. | Комплексно – тематическое планирование занятий по физической культуре | 13 |
| 2.3. | Вариативные формы, методы и средства реализации Программы | 30 |
| 2.4. | Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик | 33 |
| 2.5. | Способы и направления поддержки детской инициативы | 36 |
| 2.6. | Особенности взаимодействия с семьями обучающихся | 37 |
| 2.7. | Направление и задачи коррекционно-развивающей работы | 39 |
| 2.8. | События образовательной организации | 45 |
| 2.9. | Часть, формируемая участниками образовательного процесса | 47 |
| 2.9.1 | Программа «Радуга здоровья» (по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни) | 47 |
| 1. **Организационный раздел** | | |
| 3.1 | Особенности организации образовательной деятельности | 53 |
| 3.2. | Организация развивающей предметно – пространственной среды | 54 |
| 3.3. | Материально техническое обеспечение | 56 |
| 3.4. | Методические издания | 60 |
| 3.5. | Организация образовательного процесса | 60 |

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1. **Пояснительная записка**

Рабочая программа для детей группы раннего возраста «Фантазёры» (Далее - Программа) разработана на основе ОП ДО МАДОУ «Детский сад «Ромашка».

Рабочая программа разработана инструктором по физической культуре – Сафарова Д.Р., стаж – 7 лет.

Программа обеспечивает разностороннее развитие детей в возрасте от 2 до 3 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям - физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому и художественно – эстетическому.

Реализуемая программа строится на принципе личностно–развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослого с детьми.

Федеральная основная общеобразовательная программа муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад «Ромашка» (далее программа) города Советский является нормативно-управленческим документом, обосновывающим выбор цели, содержания, применяемых методик и технологий, форм организации воспитательно - образовательного процесса в ДОО.

Нормативно-правовой базой для разработки рабочей программы воспитания МАДОУ «Детский сад «Ромашка» являются положения следующих документов:

* Закон об образовании - Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 53, ст. 7598; 2022, № 41, ст. 6959).
* СанПиН 1.2.3685-21 - Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания", утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 29.01.2021, регистрационный № 62296), действующим до 1 марта 2027 года.
* СанПиН 2.3/2.4.3590-20 - СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27.10.2020 № 32 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 11.11.2020, регистрационный № 60833), действующим до 1 января 2027 года.
* СП 2.4.3648-20 - Санитарно-эпидемиологические требования - Санитарные правила СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 18.12.2020, регистрационный № 61573), действующим до 1 января 2027 года.

* 1. **Цель Программы:**

Физическое развитие направлено на сохранение и укрепление здоровья детей, гармоничное физическое развитие, приобщение к физической культуре, развитие психофизических качеств (сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость), приобщение к спортивным и подвижным играм, развитие интереса к спорту; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами, воспитание культурно-гигиенических навыков, полезных привычек.

* 1. **Задачи Программы**

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.

**Интеграция задач ОО «Физическое развитие» с другими образовательными областями**

|  |  |
| --- | --- |
| **Образовательная область** | **Задачи** |
| Речевое развитие | Во время подвижных игр дети овладевают речью, как средством общения и культуры, происходит развитие звуковой и интонационной культуры речи, фонематического слуха |
| Социально-коммуникативное развитие | Во время занятий в физкультурном зале и на улице дети учатся взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, усваивают нормы и ценности, принятые в обществе, обучаются самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции, учатся отзывчивости и сопереживанию, формируют уважительное отношение и чувство принадлежности к своей семье, к обществу, формируют основы безопасного поведения, формируют готовность к совместной деятельности со сверстниками. |
| Познавательное развитие | Во время совместной деятельности при занятиях спортом и подвижных играх у детей формируются интересы любознательности и познавательной мотивации, формируются познавательные действия, воображение и творческая активность. Формируются первоначальные представления о себе, других людях, объектах окружающего мира. |
| Художественно-эстетическое развитие | Занимаясь физическими упражнениями под музыку, у детей формируется эстетическое отношение к окружающему миру, восприятие музыки, фольклора. Реализуется самостоятельная творческая деятельность. |

* 1. **Основные принципы, реализованные в программе**
* полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возрастов), обогащение (амплификация) детского развития;
* построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
* содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников (далее вместе – взрослые);
* признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
* поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
* сотрудничество ДОО с семьей;
* приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
* формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в различных видах деятельности;
* возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
* учёт этнокультурной ситуации развития детей.

**1.4. Особенности развития детей 2-й группы раннего возраста (2-3 года)**

**Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста**

**2-я группа раннего возраста (3-й год жизни)**

**Росто - весовые характеристики**

Средний вес мальчиков составляет 14,9 кг, девочек – 14,8 кг. Средняя длина тела у мальчиков до 95,7 см, у девочек – 97,3 см.

**Функциональное созревание**

Продолжаются рост и функциональное развитие внутренних органов, костной, мышечной и центральной нервной системы. Совершенствуются формы двигательной активности.

***Развитие моторики.*** Дифференциация развития моторики у мальчиков и девочек. У мальчиков опережающее развитие крупной моторики (к трем годам мальчики могут осваивать езду на велосипеде); у девочек опережающее развитие мелкой моторики (координированные действия с мелкими предметами).

***Психические функции.*** Продолжает развиваться предметная деятельность, ситуативно- деловое общение ребенка со взрослым; совершенствуются восприятие, речь, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно-действенное мышление. Развитие предметной деятельности связано с усвоением культурных способов действия с различными предметами. Развиваются действия соотносящие и орудийные. Умение выполнять орудийные действия развивает произвольность, преобразуя натуральные формы активности в культурные на основе предлагаемой взрослыми модели, которая выступает в качестве не только объекта подражания, но и образца, регулирующего собственную активность ребенка. В ходе совместной со взрослыми предметной деятельности продолжает развиваться понимание речи. Слово отделяется от ситуации и приобретает самостоятельное значение. Дети продолжают осваивать названия окружающих предметов, учатся выполнять простые словесные просьбы взрослых в пределах видимой наглядной ситуации. Количество понимаемых слов значительно возрастает. Совершенствуется регуляция поведения в результате обращения взрослых к ребенку, который начинает понимать не только инструкцию, но и рассказ взрослых.

Интенсивно развивается активная речь детей. К трем годам они осваивают основные грамматические структуры, пытаются строить простые предложения, в разговоре со взрослым используют практически все части речи. Активный словарь достигает примерно 1000-1500 слов. К концу третьего года жизни речь становится средством общения ребенка со сверстниками.

К третьему году жизни совершенствуются зрительные и слуховые ориентировки, что позволяет детям безошибочно выполнять ряд заданий: осуществлять выбор из двух-трех предметов по форме, величине и цвету; различать мелодии; петь. Совершенствуется слуховое восприятие, прежде всего фонематический слух. К трем годам дети воспринимают все звуки родного языка, но произносят их с большими искажениями.

Основной формой мышления становится наглядно-действенная. Ее особенность заключается в том, что возникающие в жизни ребенка проблемные ситуации разрешаются путем реального действия с предметами. Размышляя об отсутствующих людях или предметах, дети начинают использовать их образы. Третий год жизни знаменуется появлением символического мышления - способности по запечатленным психологическим образам-символам предметов воспроизводить их в тот или иной момент. Теперь они могут проделывать некоторые операции не с реальными предметами, а с их образами, и эти мысленные операции - свидетельство значительно более сложной, чем прежде, работы детского мышления. Переход от конкретно-чувственного

«мышления» к образному может осуществляться на протяжении двух лет.

***Детские виды деятельности*.** В этом возрасте у детей формируются новые виды деятельности: игра, рисование, конструирование. Игра носит процессуальный характер, главное в ней - действия. Они совершаются с игровыми предметами, приближенными к реальности. В середине третьего года жизни появляются действия с предметами-заместителями.

Появление собственно изобразительной деятельности обусловлено тем, что ребенок уже способен сформулировать намерение изобразить какой-либо предмет. Типичным является изображение человека в виде «головонога» - окружности и отходящих от нее линий.

***Коммуникация и социализация*.** На третьем году жизни отмечается рост автономии и изменение отношений со взрослым, дети становятся самостоятельнее. Начинает формироваться критичность к собственным действиям.

***Саморегуляция*.** Для детей этого возраста характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников. Однако в этот период начинает складываться и произвольность поведения. Она обусловлена развитием орудийных действий и речи.

***Личность.*** У детей появляются чувства гордости и стыда, начинают формироваться элементы самосознания, связанные с идентификацией с именем и полом. Ребенок осознает себя как отдельного человека, отличного от взрослого. У него формируется образ Я. Завершается ранний возраст кризисом трех лет, который часто сопровождается рядом отрицательных проявлений: негативизмом, упрямством, нарушением общения со взрослым и др. Кризис может продолжаться от нескольких месяцев до двух лет.

**1.5. Планируемые результаты в раннем дошкольном возрасте (2 - 3 года)**

Планируемые результаты освоения детьми Программы представлены в виде целевых ориентиров, которые являют собой социально - нормативные возрастные характеристики достижений ребёнка на этапе завершения уровня дошкольного образования.

К целевым ориентирам дошкольного образования относятся следующие социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка:

**Целевые ориентиры:**

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

**Планируемые результаты освоения детьми 2-3 лет**

**Программы по физической культуре**

В результате усвоения программного материала по физической культуре дети 2 группы раннего возраста

**Должны уметь:**

* Ходить и бегать в прямом направлении, по кругу, врассыпную, между двумя шнурами (линиями), в колонне по одному, с остановкой по сигналу; ходить по кругу, взявшись за руки, с изменением темпа, с изменением направления, кружится в медленном темпе с предметом в руках; ходить по прямой дорожке с перешагиванием через предметы, по гимнастической скамейке.
* Метать мяч правой и левой рукой; катать мяч 2-мя руками стоя, сидя; метать набивные мешочки правой и левой рукой; бросать мяч через шнур (натянутый на уровне груди ребёнка); метать предметы в горизонтальную цель 2-мя руками (разными способами); прокатывать мяч одной рукой.
* Ползать на четвереньках с опорой на ладони и колени; по доске; подлезать под дугу, воротца; ползать по наклонной доске; лазать по лестнице-стремянке вверх- вниз; ползать на четвереньках по гимнастической скамейке.

**1.6. Педагогическая диагностика**

Педагогическая диагностика достижений планируемых результатов направлена на изучение деятельностных умений ребёнка, его интересов, предпочтений, склонностей, личностных особенностей, способов взаимодействия со взрослыми и сверстниками. Она позволяет выявлять особенности и динамику развития ребёнка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности.

Цели педагогической диагностики, а также особенности её проведения определяются требованиями ФГОС ДО. При реализации Программы может проводиться оценка индивидуального развития детей, которая осуществляется инструктором по физкультуре в рамках педагогической диагностики. Вопрос о её проведении для получения информации о динамике возрастного развития ребёнка и успешности освоения им Программы, формах организации и методах решается непосредственно ДОО.

Специфика педагогической диагностики достижения планируемых образовательных результатов обусловлена следующими требованиями ФГОС ДО:

- планируемые результаты освоения основной образовательной программы дошкольного образования заданы как целевые ориентиры ДО и представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка на разных этапах дошкольного детства;

- целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе и в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей и основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей;

- освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации обучающихся.

Данные положения подчеркивают направленность педагогической диагностики на оценку индивидуального развития детей дошкольного возраста, на основе которой определяется эффективность педагогических действий и осуществляется их дальнейшее планирование.

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

1. индивидуализации образования (в том числе поддержки ребёнка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
2. оптимизации работы с группой детей.

Диагностика физического развития проводится три раза в год (в сентябре, январе, определена на основе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной физкультурно-оздоровительной деятельности и в апреле).

Результаты наблюдения фиксируются, способ и форму их регистрации педагог выбирает самостоятельно. Оптимальной формой фиксации результатов наблюдения может являться карта развития ребёнка. Педагог может составить её самостоятельно, отразив показатели возрастного развития ребёнка и критерии их оценивания. Фиксация данных наблюдения позволит инструктору по физкультуре выявить и проанализировать динамику в развитии ребёнка на определенном возрастном этапе, а также скорректировать образовательную деятельность с учётом индивидуальных особенностей развития ребёнка и его потребностей.

Педагогическая диагностика завершается анализом полученных данных, на основе которых педагог выстраивает взаимодействие с детьми, организует РППС, мотивирующую активную двигательную деятельность обучающихся, составляет индивидуальные образовательные маршруты освоения Программы, осознанно и целенаправленно проектирует образовательный процесс.

**Диагностика здоровья и физического развития дошкольников**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Направление диагностики** | **Название диагностических методик** | **Сроки** | **Ответственные** |
| Физическое развитие | Мониторинг образовательного процесса, разработанный на основе диагностики педагогического процесса Н.Е. Верещагиной | Сентябрь, январь, апрель | Инструктор по физическому воспитанию,  воспитатели |

**II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

**2.1. Физическое развитие**

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие.

Педагог закрепляет и совершенствует двигательные умения и навыки детей, развивает психофизические качества и способности, создает условия для дальнейшего закрепления и совершенствования навыков выполнения основных движений и их комбинаций, общеразвивающих (в том числе, музыкально-ритмических) и спортивных упражнений, освоения элементов спортивных игр, игр-эстафет, музыкально-ритмических упражнений. Обучает выполнять упражнения под счет, ритмично, в соответствии с разнообразным характером музыки, а также технично, точно, выразительно выполнять движения. В процессе организации разных форм двигательной деятельности педагог учит детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и оценку выполнения упражнений.

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

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

**Задачи**:

* 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 ребенка, 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;
* 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.

**Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта.**

* Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног.
* Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога.
* Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать).
* Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.

**Подвижные игры.** Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание). Учить выразительности движений некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т.п.)

***Основные движения, спортивные игры и упражнения***

*Основные движения*

**Ходьба.** Ходьба подгруппами и всей группой, парами, по кругу, взявшись за руки, с изменением темпа, с переходом на бег, и наоборот, с изменением направления, врассыпную (после 2 лет 6 месяцев), обходя предметы, приставным шагом вперед, в стороны.

**Упражнения в равновесии.** Ходьба по прямой дорожке (ширина 20см, длина 2-3 м) с перешагиванием через предметы (высота 10-15см); по доске, гимнастической скамейке, бревну (ширина 20-25 см). Кружение в медленном темпе (с предметом в руках).

**Бег.** Бег подгруппами и всей группой в прямом направлении, друг за другом, в колонне по одному, в медленном темпе в течение 30-40 секунд (непрерывно), с изменением темпа. Бег между двумя шнурами, линиями (расстояние между ними 25-30см).

**Ползание, лазанье.** Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 3-4м); по доске, лежащей на полу; по наклонной доске, приподнятой одним концом на высоту 20-30см; по гимнастической скамейке. Подлезание под воротца, веревку (высота 30-40см), перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке вверх и вниз (высота 1,5м) удобным для ребенка способом.

**Катание, бросание, метание.** Катание мяча двумя руками и одной рукой педагогу, друг другу, под дугу, стоя и сидя (расстояние 50-100см); бросание мяча вперед двумя руками снизу, от груди, из-за головы, через шнур, натянутый на уровне груди ребенка, с расстояния 1-1,5м, через сетку, натянутую на уровне роста ребенка. Метание мячей, набивных мешочков, шишек на дальность правой и левой рукой; в горизонтальную цель – двумя руками, правой (левой) рукой с расстояния 1м. Ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния 50-100см.

**Прыжки.** Прыжки на двух ногах на месте, слегка продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах через шнур (линию); через две параллельные линии (10-30см). Прыжки вверх с касанием предмета, находящегося на 10-15см выше поднятой руки ребенка.

**Общеразвивающие упражнения**

**Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.** Поднимать руки вперед, вверх, в стороны; скрещивать их перед грудью и разводить в стороны. Отводить руки назад, за спину; сгибать и разгибать их. Хлопать руками перед собой, над головой, размахивать вперед-назад, вниз-вверх.

**Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.** Поворачиваться вправо-влево, передавая предметы рядом стоящему (сидящему). Наклоняться вперед и в стороны. Поочередно сгибать и разгибать ноги, сидя на полу. Поднимать и опускать ноги, лежа на спине. Стоя на коленях, садиться на пятки и подниматься.

**Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.** Ходить на месте. Сгибать левую (правую) ноги в колене (с поддержкой) из исходного положения стоя. Приседать, держась за опору; потягиваться, поднимаясь на носки. Выставлять ногу вперед на пятку. Шевелить пальцами ног (сидя).

**Подвижные игры.**

**С ходьбой и бегом.** «Догони мяч!», «По тропинке», «Через ручеек», «Кто тише?», «Перешагни через палку», «Догоните меня!», «Воробушки и автомобиль», «Солнышко и дождик», «Птички летают», «Принеси предмет».

**С ползанием.** «Доползи до погремушки», «Проползти в воротца», «Не переползай линию», «Обезьянки».

**С бросанием и ловлей мяча.** «Мяч в кругу», «Прокати мяч», «Лови мяч», «Попади в воротца», «Целься точнее».

**С подпрыгиванием.** «Мой веселый, звонкий мяч», «Зайка беленький сидит», «Птички в гнездышках», «Через ручеек».

**На ориентировку в пространстве.** «Где звенит?», «Найди флажок»

**Движение под музыку и пение.** «Поезд», «Заинька», «Флажок».

**В результате, к концу 3 года жизни**:

* У ребёнка развита крупная моторика, активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки, повторяет за взрослым простые имитационные движения, понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам, с желанием играет в подвижные игры;
* Ребёнок демонстрирует элементарные культурно-гигиенические навыки, владеет простейшими навыками самообслуживания;
* Ребёнок стремится к общению со взрослыми, реагирует на их настроение;
* Ребёнок понимает и выполняет простые поручения взрослого.

**2.2. комплексно-тематическое планирование занятий по физиЧеской культуре**

**2 группа раннего возраста «Фантазёры»**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности**  **Сентябрь** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Тема** | **Этапы занятия** | **1 занятие** | | | | | **2 занятие на прогулке** | | | | | | | **3 занятие** | | |
| **план** | **факт** | | | | **план** | | | | | **факт** | | **план** | | **факт** |
| **03.09** |  | | | | **05.09** | | | | |  | | **06.09** | |  |
| **1**  **Неделя** Обследование, Детский сад | **Вводная** | Ходьба за инструктором, не наталкиваясь друг на друга. Бег за инструктором. | | | | | Ходьба с согласованными, свободными движениями рук и ног. Бег в различных направлениях. | | | | | | | Ходьба за инструктором, не наталкиваясь друг на друга. Бег за инструктором. | | |
| **Задачи** | Учить ходить друг за другом, не наталкиваясь | | | | | Учить ходить и бегать в различных направлениях | | | | | | | Учить ходить друг за другом, не наталкиваясь | | |
| **ОРУ** | **Без предметов (разучивание)** | | | | | **Без предметов** | | | | | | | **Без предметов (повторение)** | | |
| **Основная часть** | 1. Ползание на четвереньках по прямой (от игрушки до игрушки)  2.Прыжки на двух ногах на месте с хлопками.  3.Катание мяча друг другу. | | | | | - | | | | | | | 1. Ползание на четвереньках по прямой (от игрушки до игрушки)  2.Прыжки на двух ногах на месте с хлопками.  3.Катание мяча друг другу. | | |
| **П/и** | «Бегите ко мне» | | | | | «К мишке в гости», «Зайка беленький сидит» | | | | | | | «Бегите ко мне» | | |
| **М/п/и** | Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями. | | | | | Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями. | | | | | | | Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями. | | |
| **2**  **неделя**  Сад, фрукты (р/к) | **Этапы занятия** | **4 занятие** | | | | | **5 занятие на прогулке** | | | | | | | **6 занятие** | | |
| **план** | | **факт** | | | **план** | | | | | **факт** | | **план** | | **факт** |
| **10.09** | |  | | | **12.09** | | | | |  | | **13.09** | |  |
| **Вводная** | Ходьба «стайкой» за инструктором. Бег за инструктором. | | | | | Ходьба в прямом направлении. Бег, догоняя катящиеся предметы. | | | | | | | Ходьба «стайкой» за инструктором. Бег за инструктором. | | |
| **Задачи** | Учить детей ходить «стайкой» и бегать за инструктором | | | | | Учить детей ходить в прямом направлении, бегать, догоняя предметы | | | | | | | Учить детей ходить «стайкой» и бегать за инструктором | | |
| **ОРУ** | **Без предметов (закрепление)** | | | | | **Без предметов** | | | | | | | **Без предметов (совершенствование)** | | |
| **Основная часть** | 1.Подпрыгивание до игрушки, находящегося выше поднятых рук ребенка  2.Подползание под дугу.  3.Прокатывание мяча одной и двумя руками под дугу. | | | | | - | | | | | | | 1.Подпрыгивание до игрушки, находящегося выше поднятых рук ребенка  2.Подползание под дугу.  3.Прокатывание мяча одной и двумя руками под дугу. | | |
| **П/и** | «Собери пирамидку» | | | | | «Брось мяч», «Подбрось и поймай». | | | | | | | «Собери пирамидку» | | |
| **М/п/и** | спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями. | | | | | Ходьба за инструктором, взявшись за руки | | | | | | | спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями. | | |
| **3 неделя**  Огород, овощи (р/к) | **Этапы занятия** | **7 занятие** | | | | | **8 занятие на прогулке** | | | | | | | **9 занятие** | | |
| **план** | **факт** | | | | **план** | | | | **факт** | | | **план** | | **факт** |
| **17.09** |  | | | | **19.09** | | | |  | | | **20.09** | |  |
| **Вводная** | Ходьба с согласованными, свободными движениями рук и ног. Бег в различных направлениях. | | | | | Ходьба в прямом направлении. Бег, догоняя катящиеся предметы. | | | | | | | Ходьба с согласованными, свободными движениями рук и ног. Бег в различных направлениях. | | |
| **Задачи** | Учить ходить и бегать в различных направлениях | | | | | Учить детей ходить в прямом направлении, бегать, догоняя предметы | | | | | | | Учить ходить и бегать в различных направлениях | | |
| **ОРУ** | **С малым мячом** | | | | | **Без предметов** | | | | | | | **С малым мячом** | | |
| **Основная часть** | 1.Прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета.  2.Проползание в вертикально стоящий обруч с захватом впереди стоящей игрушки.  3.Прокатывание мяча одной рукой (правой, левой), бег за мячом. | | | | | - | | | | | | | 1.Прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета.  2.Проползание в вертикально стоящий обруч с захватом впереди стоящей игрушки.  3.Прокатывание мяча одной рукой (правой, левой), бег за мячом. | | |
| **П/и** | «К мишке в гости» | | | | | «Брось мяч», «Подбрось и поймай». | | | | | | | «К мишке в гости» | | |
| **М/п/и** | Ходьба по массажным дорожкам. | | | | | «Гномы - великаны» | | | | | | | Ходьба по массажным дорожкам. | | |
| **4**  **неделя**  Осень, осенние приметы (р/к) | **Этапы занятия** | **10 занятие** | | | | | **11 занятие на прогулке** | | | | | | | **12 занятие** | | |
| **план** | **факт** | | | | **план** | | | | | **факт** | | **План** | | **факт** |
| **24.09** |  | | | | **26.09** | | | | |  | | **27.09** | |  |
| **Вводная** | Ходьба «стайкой» за инструктором. Бег за инструктором. | | | | | Ходьба за инструктором, бег в различных направлениях. | | | | | | | Ходьба «стайкой» за инструктором.  Бег за инструктором. | | |
| **Задачи** | Учить детей ходить «стайкой» и бегать за инструктором | | | | | Учить ходить и бегать за инструктором и в разных направлениях | | | | | | | Учить детей ходить «стайкой» и бегать за инструктором | | |
| **ОРУ** | **С малым мячом** | | | | | **Без предметов** | | | | | | | **С малым мячом** | | |
| **Основная часть** | 1.Подпрыгивание до игрушки, находящегося выше поднятых рук ребенка  2.Подползание под дугу.  3.Прокатывание мяча одной и двумя руками под дугу. | | | | | - | | | | | | | 1.Подпрыгивание до игрушки, находящегося выше поднятых рук ребенка  2.Подползание под дугу.  3.Прокатывание мяча одной и двумя руками под дугу. | | |
| **П/и** | «Мой веселый звонкий мяч» | | | | | «Добеги до флажка», «У медведя во бору» | | | | | | | «Мой веселый звонкий мяч» | | |
| **М/п/и** | Пальчиковая гимнастика «Моя семья» | | | | |  | | | | | | | Пальчиковая гимнастика «Моя семья» | | |
| **Содержание организованной образовательной деятельности**  **Октябрь** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **5 неделя** Лес, ягоды (р/к) | **Этапы занятия** | **13 занятие** | | | | | **14 занятие на прогулке** | | | | | | **15 занятие** | | | |
| **план** | **факт** | | | | **план** | | | | | **факт** | **план** | | | **факт** |
| **01.10** |  | | | | **03.10** | | | | |  | **04.10** | | |  |
| **Вводная** | Ходьба с согласованными, свободными движениями рук и ног. Бег в различных направлениях. | | | | | Ходьба с согласованными, свободными движениями рук и ног. Бег в различных направлениях. | | | | | | Ходьба с согласованными, свободными движениями рук и ног. Бег в различных направлениях. | | | |
| **Задачи** | Учить детей ходить с согласованными движениями рук и ног. | | | | | Учить детей ходить с согласованными движениями рук и ног. | | | | | | Учить детей ходить с согласованными движениями рук и ног. | | | |
| **ОРУ** | **Без предметов** | | | | | **Без предметов** | | | | | | **Без предметов** | | | |
| **Основная часть** | 1.Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (от одной игрушки к другой)  2.Проползание в два вертикально стоящих друг за другом обруча.  3.Скатывание мяча с горки и скатывание вслед за ним | | | | | - | | | | | | 1.Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (от одной игрушки к другой)  2.Проползание в два вертикально стоящих друг за другом обруча.  3.Скатывание мяча с горки и скатывание вслед за ним | | | |
| **П/и** | «Скати с горки» | | | | | «Курочка-хохлатка», «Добеги до флажка» | | | | | | «Скати с горки» | | | |
| **М/п/и** | ходьба по массажным дорожкам. | | | | | Ходьба «змейкой», взявшись за руки | | | | | | ходьба по массажным дорожкам. | | | |
| **6**  **неделя**  Я мальчик, я девочка | **Этапы занятия** | **16 занятие** | | | | | **17 занятие на прогулке** | | | | | | **18 занятие** | | | |
| **план** | **факт** | | | | **план** | | | | | **факт** | **план** | | | **факт** |
| **08.10** |  | | | | **10.10** | | | | |  | **11.10** | | |  |
| **Вводная** | Ходьба в прямом направлении. Бег, не наталкиваясь друг на друга. | | | | | Ходьба в прямом направлении. Бег, не наталкиваясь друг на друга. | | | | | | Ходьба в прямом направлении. Бег, не наталкиваясь друг на друга. | | | |
| **Задачи** | Закреплять навыки ходьбы в прямом направлении, бега, не наталкиваясь друг на друга | | | | | Закреплять навыки ходьбы в прямом направлении, бега, не наталкиваясь друг на друга | | | | | | Закреплять навыки ходьбы в прямом направлении, бега, не наталкиваясь друг на друга | | | |
| **ОРУ** | **Без предметов** | | | | | **Без предметов** | | | | | | **Без предметов** | | | |
| **Основная часть** | 1.Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (от одной игрушки к другой)  2.Проползание в два вертикально стоящих друг за другом обруча.  3.Скатывание мяча с горки и скатывание вслед за ним | | | | | - | | | | | | 1.Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (от одной игрушки к другой)  2.Проползание в два вертикально стоящих друг за другом обруча.  3.Скатывание мяча с горки и скатывание вслед за ним | | | |
| **П/и** | «Птички в гнёздышках» | | | | | «Птички в гнёздышках», «Добеги до флажка» | | | | | | «Птички в гнёздышках» | | | |
| **М/п/и** | «Гномы и великаны» | | | | | Ходьба за инструктором «паровозиком» | | | | | | «Гномы и великаны» | | | |
| **7 неделя**  Транспорт правила дорожного движения | **Этапы занятия** | **19 занятие** | | | | | **20 занятие на прогулке** | | | | | | **21 занятие** | | | |
| **план** | **факт** | | | | **план** | | | | | **факт** | **план** | | | **факт** |
| **15.10** |  | | | | **17.10** | | | | |  | **18.10** | | |  |
| **Вводная** | Ходьба по кругу, взявшись за руки. Бег в различных направлениях. | | | | | Ходьба по кругу, взявшись за руки. Бег в различных направлениях. | | | | | | Ходьба по кругу, взявшись за руки. Бег в различных направлениях. | | | |
| **Задачи** | Учить детей ходить по кругу, взявшись за руки, бегать в разных направлениях | | | | | Учить детей ходить по кругу, взявшись за руки, бегать в разных направлениях | | | | | | Учить детей ходить по кругу, взявшись за руки, бегать в разных направлениях | | | |
| **ОРУ** | **С хлопками (разучивание)** | | | | | **Без предметов** | | | | | | **С хлопками (повторение)** | | | |
| **Основная часть** | 1.Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50см от пола.  2.Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками) под дугу.  3.Прыжки с продвижением вперед с мячом в руках. | | | | | - | | | | | | 1.Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50см от пола.  2.Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками) под дугу.  3.Прыжки с продвижением вперед с мячом в руках. | | | |
| **П/и** | «Курочка хохлатка». | | | | | «Скати с горки», «Курочка хохлатка». | | | | | | «Скати с горки» | | | |
| **М/п/и** | Пальчиковая гимнастика «Апельсин». | | | | | Ходьба за инструктором «паровозиком» | | | | | | Пальчиковая гимнастика «Апельсин». | | | |
| **8 неделя**  Мебель | **Этапы занятия** | **22 занятие** | | | | | **23 занятие на прогулке** | | | | | | **24 занятие** | | | |
| **план** | **факт** | | | | **план** | | | | | **факт** | **план** | | | **факт** |
| **22.10** |  | | | | **24.10** | | | | |  | **25.10** | | |  |
| **Вводная** | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей «цапли», руки на пояс. Бег по кругу друг за другом. | | | | | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей «цапли», руки на пояс. Бег по кругу друг за другом. | | | | | | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей «цапли», руки на пояс. Бег по кругу друг за другом. | | | |
| **Задачи** | Учить детей ходить на носках, с высоким подниманием коленей, бегать друг за другом | | | | | Учить детей ходить на носках, с высоким подниманием коленей, бегать друг за другом | | | | | | Учить детей ходить на носках, с высоким подниманием коленей, бегать друг за другом | | | |
| **ОРУ** | **С хлопками (закрепление)** | | | | | **Без предметов** | | | | | | **С хлопками (совершенствование)** | | | |
| **Основная часть** | 1.Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50см от пола.  2.Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками) под дугу.  3.Прыжки с продвижением вперед с мячом в руках. | | | | | - | | | | | | 1.Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50см от пола.  2.Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками) под дугу.  3.Прыжки с продвижением вперед с мячом в руках. | | | |
| **П/и** | «Догони мяч» | | | | | «Птички в гнездышках», «Догони меня» | | | | | | «Догони мяч» | | | |
| **М/п/и** | Ходьба по массажным дорожкам | | | | | «Гномы - великаны» | | | | | | Ходьба по массажным дорожкам | | | |
| **9 неделя**  Мой дом, мой огород | **Этапы занятия** | **25 занятие** | | | | | **26 занятие на прогулке** | | | | | | **27 занятие** | | | |
| **план** | **факт** | | | | **план** | | | | | **факт** | **план** | | | **факт** |
| **29.10** |  | | | | **31.10** | | | | |  | **01.11** | | |  |
| **Вводная** | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей «цапли», руки на пояс. Бег по кругу друг за другом. | | | | |  | | | | | | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей «цапли», руки на пояс. Бег по кругу друг за другом. | | | |
| **Задачи** | Учить детей ходить на носках, с высоким подниманием коленей, бегать друг за другом | | | | |  | | | | | | Учить детей ходить на носках, с высоким подниманием коленей, бегать друг за другом | | | |
| **ОРУ** | **Без предметов** | | | | | **Без предметов** | | | | | | **Без предметов** | | | |
| **Основная часть** | 1.Проползание в воротца.  2.Подпрыгивание на двух ногах с хлопками.  3.Прокатывание мяча двумя руками друг другу | | | | | - | | | | | | 1.Проползание в воротца.  2.Подпрыгивание на двух ногах с хлопками.  3.Прокатывание мяча двумя руками друг другу | | | |
| **П/и** | «Через ручеек» | | | | | «Лови мяч», «Добеги до флажка» | | | | | | «Через ручеек» | | | |
| **М/п/и** | Ходьба по массажным дорожкам. | | | | | «Пузырь» | | | | | | Ходьба по массажным дорожкам. | | | |
| **Содержание организованной образовательной деятельности**  **Ноябрь** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **10 неделя**  Одежда, головные уборы | **Этапы занятия** | **28 занятие** | | | | | **29 занятие на прогулке** | | | | | | **30 занятие** | | | |
| **план** | **факт** | | | | **план** | | | | | **факт** | **план** | | **факт** | |
| **05.11** |  | | | | **07.11** | | | | |  | **08.11** | |  | |
| **Вводная** | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей «цапли», руки на пояс. Бег по кругу друг за другом. | | | | | Ходьба в прямом направлении. Бег, догоняя катящиеся предметы. | | | | | | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей «цапли», руки на пояс. Бег по кругу друг за другом. | | | |
| **Задачи** | Учить детей ходить на носках, с высоким подниманием коленей, бегать друг за другом | | | | | Закреплять навыки ходьбы и бега в прямом направлении | | | | | | Учить детей ходить на носках, с высоким подниманием коленей, бегать друг за другом | | | |
| **ОРУ** | **Без предметов** | | | | | **Без предметов** | | | | | |  | | | |
| **Основная часть** | 1.Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (от одной игрушки к другой)  2.Проползание в два вертикально стоящих друг за другом обруча.  3.Скатывание мяча с горки и скатывание вслед за ним | | | | | - | | | | | | 1.Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (от одной игрушки к другой)  2.Проползание в два вертикально стоящих друг за другом обруча.  3.Скатывание мяча с горки и скатывание вслед за ним | | | |
| **П/и** | «Найди своё место» | | | | | «Брось мяч», «Через ручеек» | | | | | | «Найди своё место» | | | |
| **М/п/и** | Ходьба за инструктором «змейкой», взявшись за руки | | | | | Ходьба за инструктором «змейкой», взявшись за руки | | | | | | Ходьба за инструктором «змейкой», взявшись за руки | | | |
| **Этапы занятия** | **31 занятие** | | | | | **32 занятие на прогулке** | | | | | | **33 занятие** | | | |
| **11 неделя**  Обувь | **план** | **факт** | | | | **план** | | | | | **факт** | **план** | | | **факт** |
| **12.11** |  | | | | **14.11** | | | | |  | **15.11** | | |  |
| **Вводная** | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей «цапли», руки на пояс. Бег по кругу друг за другом. | | | | | Ходьба по кругу, взявшись за руки. Бег в различных направлениях. | | | | | | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей «цапли», руки на пояс. Бег по кругу друг за другом. | | | |
| **Задачи** | Учить детей ходить на носках, с высоким подниманием коленей, бегать друг за другом | | | | | Закреплять навыки ходьбы по кругу, взявшись за руки | | | | | | Учить детей ходить на носках, с высоким подниманием коленей, бегать друг за другом | | | |
| **ОРУ** | **О.Р.У. с кубиками** | | | | | **Без предметов** | | | | | | **О.Р.У. с кубиками** | | | |
| **Основная часть** | 1.Прыжки на двух ногах на месте и продвигаясь вперед.  2.Катание мяча двумя и одной рукой в паре друг с другом. | | | | | - | | | | | | 1.Прыжки на двух ногах на месте и продвигаясь вперед.  2.Катание мяча двумя и одной рукой в паре друг с другом. | | | |
| **П/и** | «Брось мяч» | | | | | «Добеги до флажка», «Найди пару» | | | | | | «Найди пару» | | | |
| **М/п/и** | Пальчиковая гимнастика «Моя семья» | | | | | «Гномы - великаны» | | | | | | Пальчиковая гимнастика «Моя семья» | | | |
| **12 неделя**  Домашние животные | **Этапы занятия** | **34 занятие** | | | | | **35 занятие на прогулке** | | | | | | **36 занятие** | | | |
| **план** | **факт** | | | | **план** | | | | | **факт** | **план** | | | **факт** |
| **19.11** |  | | | | **21.11** | | | | |  | **22.11** | | |  |
| **Вводная** | Ходьба с опорой на зрительные ориентиры. Бег в различных направлениях. | | | | | Ходьба с опорой на зрительные ориентиры. Бег в различных направлениях. | | | | | | Ходьба с опорой на зрительные ориентиры. Бег в различных направлениях. | | | |
| **Задачи** | Учить детей ходить с опорой на зрительные ориентиры | | | | | Учить детей ходить с опорой на зрительные ориентиры | | | | | | Учить детей ходить с опорой на зрительные ориентиры | | | |
| **ОРУ** | **Без предметов** | | | | | **Без предметов** | | | | | |  | | | |
| **Основная часть** | 1.Прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета.  2.Проползание в вертикально стоящий обруч с захватом впереди стоящей игрушки.  3.Ловля мяча, брошенного инструктором. | | | | | - | | | | | | 1.Прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета.  2.Проползание в вертикально стоящий обруч с захватом впереди стоящей игрушки.  3.Ловля мяча, брошенного инструктором. | | | |
| **П/и** | «Лови мяч» | | | | | «Найди свое место», «Птички в гнездышках» | | | | | | «Лови мяч» | | | |
| **М/п/и** | «Найди Мишку» | | | | | Ходьба за инструктором «змейкой», взявшись за руки | | | | | | «Найди Зайку» | | | |
| **13 неделя**  Домашние птицы | **Этапы занятия** | **37 занятие** | | | | | **38 занятие на прогулке** | | | | | | **39 занятие** | | | |
| **план** | **факт** | | | | **план** | | | | | **факт** | **план** | | | **факт** |
| **26.11** |  | | | | **28.11** | | | | |  | **29.11** | | |  |
| **Вводная** | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей «цапли», руки на пояс. Бег по кругу друг за другом. | | | | | Ходьба за инструктором «стайкой», бег друг за другом, не наталкиваясь друг на друга | | | | | | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей «цапли», руки на пояс. Бег по кругу друг за другом. | | | |
| **Задачи** | Закреплять навыки ходить на носках, с высоким подниманием коленей, бегать друг за другом | | | | | Закреплять навыки ходьбы «стайкой», бега, не наталкиваясь друг на друга | | | | | | Закреплять навыки ходить на носках, с высоким подниманием коленей, бегать друг за другом | | | |
| **ОРУ** | **С погремушками** | | | | | **Без предметов** | | | | | | **С погремушками** | | | |
| **Основная часть** | 1.Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (от игрушки к игрушке).  2.Проползание в два вертикально стоящих обруча.  3.Скатывание мяча с горки, скатывание вслед за ним. | | | | | - | | | | | | 1.Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (от игрушки к игрушке).  2.Проползание в два вертикально стоящих обруча.  3.Скатывание мяча с горки, скатывание вслед за ним. | | | |
| **П/и** | «Проползи в воротца». | | | | | «Проползи в воротца», «Найди пару» | | | | | | «Мой веселый звонкий мяч» | | | |
| **М/п/и** | Пальчиковая гимнастика «Моя семья» | | | | |  | | | | | | Пальчиковая гимнастика «Моя семья» | | | |
| **Содержание организованной образовательной деятельности**  **Декабрь** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **14 неделя**  Зима, зимние приметы (р/к) | **Этапы занятия** | **40 занятие** | | | | | **41 занятие на прогулке** | | | | | | **42 занятие** | | | |
| **план** | **факт** | | | | **план** | | | | | **факт** | **план** | | | **факт** |
| **03.12** |  | | | | **05.12** | | | | |  | **06.12** | | |  |
| **Вводная** | Ходьба, огибая предметы. Бег между двумя линиями, не наступая на них. | | | | | Ходьба, огибая предметы. Бег между двумя линиями, не наступая на них. | | | | | | Ходьба, огибая предметы. Бег между двумя линиями, не наступая на них. | | | |
| **Задачи** | Учить детей ходить, огибая предметы, бегать между линиями, не наступая на них | | | | | Учить детей ходить, огибая предметы, бегать между линиями, не наступая на них | | | | | | Учить детей ходить, огибая предметы, бегать между линиями, не наступая на них | | | |
| **ОРУ** | **С погремушками** | | | | | **С погремушками** | | | | | | **С погремушками** | | | |
| **Основная часть** | 1.Проползание заданного расстояния до предмета.  2.Прыжки на двух ногах с места как можно дальше.  3.Катание мяча между предметами. | | | | | - | | | | | | 1.Проползание заданного расстояния до предмета.  2.Прыжки на двух ногах с места как можно дальше.  3.Катание мяча между предметами. | | | |
| **П/и** | «Найди свое место» | | | | | «Мой веселый, звонкий мяч», «Пройди по дорожке». | | | | | | «Найди свое место» | | | |
| **М/п/и** | «Найди Зайку» | | | | | Ходьба «змейкой», взявшись за руки | | | | | | «Найду Зайку» | | | |
| **15 неделя**  Моя семья | **Этапы занятия** | **43 занятие** | | | | | **44 занятие на прогулке** | | | | | | **45 занятие** | | | |
| **план** | **факт** | | | | **план** | | | | | **факт** | **план** | | | **факт** |
| **10.12** |  | | | | **12.12** | | | | |  | **13.12** | | |  |
| **Вводная** | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей «цапли», руки на пояс. Бег по кругу друг за другом. | | | | | Ходьба по кругу, взявшись за руки, бег в разных направлениях | | | | | | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей «цапли», руки на пояс. Бег по кругу друг за другом. | | | |
| **Задачи** | Закреплять навыки ходить на носках, с высоким подниманием коленей, бегать друг за другом | | | | | Закреплять навыки ходьбы по кругу, взявшись за руки, в беге в разных направлениях | | | | | | Закреплять навыки ходить на носках, с высоким подниманием коленей, бегать друг за другом | | | |
| **ОРУ** | **ОРУ без предметов** | | | | | **Без предметов** | | | | | | **Без предметов** | | | |
| **Основная часть** | 1.Перелезание через бревно.  2.Прыжки на двух ногах как можно дальше.  3.Прокатывание мячей двумя руками в произвольном направлении. | | | | | - | | | | | | 1.Перелезание через бревно.  2.Прыжки на двух ногах как можно дальше.  3.Прокатывание мячей двумя руками в произвольном направлении. | | | |
| **П/и** | «Пройди по дорожке». | | | | | «Найди пару», «Пройди по дорожке» | | | | | | «Найди свое место» | | | |
| **М/п/и** | «Пузырь» | | | | | «Пузырь» | | | | | | «Пузырь» | | | |
| **16 неделя**  Дикие животные (р/к) | **Этапы занятия** | **46 занятие** | | | | | **47 занятие на прогулке** | | | | | | **48 занятие** | | | |
| **план** | **факт** | | | | **план** | | | | | **факт** | **план** | | | **факт** |
| **17.12** |  | | | | **19.12** | | | | |  | **20.12** | | |  |
| **Вводная** | Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15см. Бег между двумя линиями, не наступая на них. | | | | | Ходьба и бег по кругу, между предметами | | | | | | Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15см. Бег между двумя линиями, не наступая на них. | | | |
| **Задачи** | Учить детей ходьбе с перешагиванием через веревки, бегу между линиями, не наступая на них | | | | | Учить детей ходьбе и бегу между предметами | | | | | | Учить детей ходьбе с перешагиванием через веревки, бегу между линиями, не наступая на них | | | |
| **ОРУ** | **Без предметов** | | | | | **Без предметов** | | | | | | **Без предметов** | | | |
| **Основная часть** | 1.Подпрыгивание до предмета.  2.Подползание под веревку.  3.Прокатывание мяча одной и двумя руками. | | | | | - | | | | | | 1.Подпрыгивание до предмета.  2.Подползание под веревку.  3.Прокатывание мяча одной и двумя руками. | | | |
| **П/и** | «Мишки идут по лесу» | | | | | «Мишки идут по лесу», «Добеги до флажка». | | | | | | «Добеги до флажка» | | | |
| **М/п/и** | Ходьба друг за другом между предметами | | | | | Ходьба друг за другом между предметами | | | | | | Ходьба друг за другом между предметами | | | |
| **17 неделя**  Новогодний праздник | **Этапы занятия** | **49 занятие** | | | | | **50 занятие на прогулке** | | | | | | **51 занятие** | | | |
| **план** | **факт** | | | | **план** | | | | | **факт** | **план** | | | **факт** |
| **24.12** |  | | | | **26.12** | | | | |  | **27.12** | | |  |
| **Вводная** | Ходьба со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога. Бег между двумя линиями, не наступая на них. | | | | | Ходьба и бег по кругу друг за другом | | | | | | Ходьба со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога. Бег между двумя линиями, не наступая на них. | | | |
| **Задачи** | Учить детей ходьбе со сменой характера движения, в беге между двумя линиями | | | | | Совершенствовать навыки ходьбы и бега друг за другом по кругу | | | | | | Учить детей ходьбе со сменой характера движения, в беге между двумя линиями | | | |
| **ОРУ** | **Без предметов** | | | | | **Без предметов** | | | | | | **Без предметов** | | | |
| **Основная часть** | 1.Перепрыгивание через две параллельные линии.  2.Перелезание через бревно.  3.Прокатывание мяча между предметами. | | | | | - | | | | | | 1.Перепрыгивание через две параллельные линии.  2.Перелезание через бревно.  3.Прокатывание мяча между предметами. | | | |
| **П/и** | «Попади в воротца» | | | | | «Мишки идут по лесу», «Курочка-хохлатка». | | | | | |  | | | |
| **М/п/и** | «Найди Мишку» | | | | | «Пузырь» | | | | | | «Найди Лисичку» | | | |
| **18**  **Неделя** Обследование  Явления природы | **Этапы занятия** | **Содержание организованной образовательной деятельности**  **Январь** | | | | | | | | | | | | | | |
| **52 занятие** | | | | | **53 занятие на прогулке** | | | | | | **54 занятие** | | | |
| **план** | | | | **факт** | **план** | | **факт** | | | | **план** | | | **факт** |
| **14.01** | | | |  | **16.01** | |  | | | | **17.01** | | |  |
| **Вводная** | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей «цапли», руки на пояс. Бег по кругу друг за другом. | | | | | Ходьба по кругу, «змейкой», взявшись за руки, бег по кругу друг за другом | | | | | | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей «цапли», руки на пояс. Бег по кругу друг за другом. | | | |
| **Задачи** | Закреплять навыки ходить на носках, с высоким подниманием коленей, бегать друг за другом | | | | | Закреплять навыки ходьбы и бега по кругу. | | | | | | Закреплять навыки ходить на носках, с высоким подниманием коленей, бегать друг за другом | | | |
| **ОРУ** | **С погремушкой** | | | | | **Без предметов** | | | | | | **С погремушкой** | | | |
| **Основная часть** | 1.Перепрыгивание через две параллельные линии.  2.Влезание на лестницу-стремянку.  3.Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами. | | | | | - | | | | | | 1.Перепрыгивание через две параллельные линии.  2.Влезание на лестницу-стремянку.  3.Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами. | | | |
| **П/и** | «Мишки идут по лесу». | | | | | «Найди свое место», «Найди пару» | | | | | | «Найди пару» | | | |
| **М/п/и** | «Пузырь» | | | | | «Пузырь» | | | | | | «Пузырь» | | | |
| **19**  **неделя** Обследование  Зимующие птицы | **Этапы занятия** | **54 занятие** | | | | | **55 занятие на прогулке** | | | | | | **56 занятие** | | | |
| **план** | **факт** | | | | **план** | | | | | **факт** | **план** | | | **факт** |
| **21.01** |  | | | | **23.01** | | | | |  | **24.01** | | |  |
| **Вводная** | Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15см. Бег медленный до 80м. | | | | | Ходьба по кругу, «змейкой», взявшись за руки, бег по кругу друг за другом | | | | | | Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15см. Бег медленный до 80м. | | | |
| **Задачи** | Учить детей ходьбе с перешагиванием через веревки, в медленном беге | | | | | Закреплять навыки ходьбы и бега по кругу. | | | | | | Учить детей ходьбе с перешагиванием через веревки, в медленном беге | | | |
| **ОРУ** | **С погремушкой** | | | | | **Без предметов** | | | | | | **С погремушкой** | | | |
| **Основная часть** | 1.Прыжки с продвижением вперед.  2.Проползание в два вертикально стоящих обруча.  3.Скатывание мяча с горки и скатывание вслед за ним. | | | | | - | | | | | | 1.Прыжки с продвижением вперед.  2.Проползание в два вертикально стоящих обруча.  3.Скатывание мяча с горки и скатывание вслед за ним. | | | |
| **П/и** | «Мой веселый, звонкий мяч» | | | | | «Найди пару», «Добеги до флажка» | | | | | | «Мой веселый, звонкий мяч» | | | |
| **М/п/и** | Пальчиковая гимнастика «Моя семья» | | | | | «Пузырь» | | | | | | Пальчиковая гимнастика «Апельсин» | | | |
| **20**  **Неделя**  Край, в котором мы живём (р/к) | **Этапы занятия** | **57 занятие** | | | | | **58 занятие на прогулке** | | | | | | **59 занятие** | | | |
| **план** | **факт** | | | | **план** | | | | | **факт** | **план** | | | **факт** |
| **28.01** |  | | | | **30.01** | | | | |  | **31.01** | | |  |
| **Вводная** | Ходьба, огибая предметы. Бег медленный до 80м. | | | | | Ходьба, огибая предметы. Бег медленный до 80м. | | | | | | Ходьба, огибая предметы. Бег медленный до 80м. | | | |
| **Задачи** | Учить детей ходьбе, огибая предметы | | | | | Учить детей ходьбе, огибая предметы | | | | | | Учить детей ходьбе, огибая предметы | | | |
| **ОРУ** | **Без предметов** | | | | | **Без предметов** | | | | | | **Без предметов** | | | |
| **Основная часть** | 1.Прыжки на двух ногах с места как можно дальше.  2.Влезание на лестницу-стремянку.  3.Прокатывание мяча одной рукой (правой и левой поочередно) между двумя игрушками. | | | | | - | | | | | | 1.Прыжки на двух ногах с места как можно дальше.  2.Влезание на лестницу-стремянку.  3.Прокатывание мяча одной рукой (правой и левой поочередно) между двумя игрушками. | | | |
| **П/и** | «Мой веселый, звонкий мяч» | | | | | «Мишка по лесу идет», «Найди свое место» | | | | | | «Мой веселый, звонкий мяч» | | | |
| **М/п/и** | Ходьба по массажным дорожкам | | | | | «Карусель» | | | | | | Ходьба по массажным дорожкам | | | |
| **Содержание организованной образовательной деятельности**  **Февраль** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **21**  **Неделя**  Знакомство с искусством | **Этапы занятия** | **60 занятие** | | | | | **61 занятие на прогулке** | | | | | | **62 занятие** | | | |
| **план** | **факт** | | | | **план** | | | | | **факт** | **план** | | | **факт** |
| **04.02** |  | | | | **06.02** | | | | |  | **07.02** | | |  |
| **Вводная часть** | Ходьба, перешагивая через предметы. Бег между двумя линиями. | | | | | Ходьба, огибая предметы. Бег между двумя линиями, не наступая на них. | | | | | | Ходьба, перешагивая через предметы. Бег между двумя линиями. | | | |
| **Задачи** | Закреплять навыки ходьбы с перешагиванием через предметы, бега между двумя линиями | | | | | Закреплять навыки ходьбы, огибая предметы, бега между двумя линиями | | | | | | Закреплять навыки ходьбы с перешагиванием через предметы, бега между двумя линиями | | | |
| **ОРУ** | **Без предметов** | | | | | **Без предметов** | | | | | | **Без предметов** | | | |
| **Основная часть** | 1.Перепрыгивание через веревочку (гимнастическую палку) на двух ногах.  2.Подползание под гимнастическую палку, расположенную на расстоянии 50см от пола.  3.Прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой. | | | | | - | | | | | | 1.Перепрыгивание через веревочку (гимнастическую палку) на двух ногах.  2.Подползание под гимнастическую палку, расположенную на расстоянии 50см от пола.  3.Прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой. | | | |
| **П/и** | «Проползи в воротца». | | | | | «Перешагни через палку», «Пробеги и не задень». | | | | | | «Проползи в воротца». | | | |
| **М/п/и** | «Карусель» | | | | | Ходьба по массажным дорожкам. | | | | | | «Найди птичку» | | | |
| **22 неделя**  Части тела | **Этапы занятия** | **63 занятие** | | | | | **64 занятие на прогулке** | | | | | | **65 занятие** | | | |
| **план** | **факт** | | | | **план** | | | | | **факт** | **план** | | | **факт** |
| **11.02** |  | | | | **13.02** | | | | |  | **14.02** | | |  |
| **Вводная часть** | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей, руки на поясе (цапли), прыжками на двух ногах (зайчики). Бег по кругу. | | | | | Ходьба, огибая предметы. Бег между двумя линиями, не наступая на них. | | | | | | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей, руки на поясе (цапли), прыжками на двух ногах (зайчики). Бег по кругу. | | | |
| **Задачи** | Упражнять детей в ходьбе на носках, с высоким подниманием коленей, в прыжках на двух ногах. | | | | | Закреплять навыки ходьбы, огибая предметы, бега между двумя линиями | | | | | | Упражнять детей в ходьбе на носках, с высоким подниманием коленей, в прыжках на двух ногах. | | | |
| **ОРУ** | **Без предметов** | | | | | **Без предметов** | | | | | | **Без предметов** | | | |
| **Основная часть** | 1.Перепрыгивание через веревочку (гимнастическую палку) на двух ногах.  2.Подползание под гимнастическую палку, расположенную на расстоянии 50см от пола.  3.Прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой. | | | | | - | | | | | | 1.Перепрыгивание через веревочку (гимнастическую палку) на двух ногах.  2.Подползание под гимнастическую палку, расположенную на расстоянии 50см от пола.  3.Прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой. | | | |
| **П/и** | «Мой веселый звонкий мяч» | | | | | «Птички в гнездышках», «Найди свое место» | | | | | | «Добеги до флажка» | | | |
| **М/п/и** | Спокойная ходьба за инструктором с упражнениями на дыхание. | | | | | Спокойная ходьба за инструктором с упражнениями на дыхание. | | | | | | Спокойная ходьба за инструктором с упражнениями на дыхание. | | | |
| **23 неделя**  Профессии мужские | **Этапы занятия** | **66 занятие** | | | | | **67 занятие на прогулке** | | | | | | **68 занятие** | | | |
| **план** | **факт** | | | | **план** | | | | | **факт** | **план** | | | **факт** |
| **18.02** |  | | | | **20.02** | | | | |  | **21.02** | | |  |
| **Вводная часть** | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей, руки на поясе (цапли), прыжками на двух ногах (зайчики). Бег по кругу. | | | | | Ходьба со сменой направления движения. Бег между двумя линиями. | | | | | | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей, руки на поясе (цапли), прыжками на двух ногах (зайчики). Бег по кругу. | | | |
| **Задачи** | Упражнять детей в ходьбе на носках, с высоким подниманием коленей, в прыжках на двух ногах. | | | | | Упражнять детей в ходьбе со сменой направления движения. | | | | | | Упражнять детей в ходьбе на носках, с высоким подниманием коленей, в прыжках на двух ногах. | | | |
| **ОРУ** | **Без предметов** | | | | | **Без предметов** | | | | | | **Без предметов** | | | |
| **Основная часть** | 1.Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (от игрушки к игрушке).  2.Проползание в два вертикально стоящих обруча.  3.Скатывание мяча с горки, скатывание вслед за ним. | | | | | - | | | | | | 1.Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (от игрушки к игрушке).  2.Проползание в два вертикально стоящих обруча.  3.Скатывание мяча с горки, скатывание вслед за ним. | | | |
| **П/и** | «Скати с горки» | | | | | «Скати с горки», «Курочка хохлатка». | | | | | | «Пробеги и не задень» | | | |
| **М/п/и** | «Карусель» | | | | | «Пузырь» | | | | | | Пальчиковая гимнастика «Моя семья» | | | |
| **24 неделя**  День защитников Отечества | **Этапы занятия** | **69 занятие** | | | | | **70 занятие на прогулке** | | | | | | **71 занятие** | | | |
| **план** | **факт** | | | | **план** | | | | | **факт** | **план** | | **факт** | |
| **25.02** |  | | | | **27.02** | | | | |  | **28.02** | |  | |
| **Вводная часть** | Ходьба со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога. Бег между двумя линиями, не наступая на них. | | | | | Ходьба со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога. Бег между двумя линиями, не наступая на них. | | | | | | Ходьба со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога. Бег между двумя линиями, не наступая на них. | | | |
| **Задачи** | Упражнять детей в ходьбе со сменой характера движения | | | | | Упражнять детей в ходьбе со сменой характера движения | | | | | | Упражнять детей в ходьбе со сменой характера движения | | | |
| **ОРУ** | **Без предметов** | | | | | **Без предметов** | | | | | | **Без предметов** | | | |
| **Основная часть** | 1.Перелезание через бревно.  2.Прыжки на двух ногах как можно дальше.  3.Прокатывание мячей двумя руками в произвольном направлении. | | | | | - | | | | | | 1.Перелезание через бревно.  2.Прыжки на двух ногах как можно дальше.  3.Прокатывание мячей двумя руками в произвольном направлении. | | | |
| **П/и** | «Найди свое место» | | | | | «Попади в воротца», «Скати с горки». | | | | | | «Найди свое место» | | | |
| **М/п/и** | Пальчиковая гимнастика «Апельсин» | | | | | «Гномы - великаны» | | | | | | Пальчиковая гимнастика «Апельсин» | | | |
| **Содержание организованной образовательной деятельности**  **Март** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **25 неделя**  Профессии женские | **Этапы занятия** | **72 занятие** | | | | | **73 занятие на прогулке** | | | | | | **74 занятие** | | | |
| **план** | **факт** | | | | **план** | | | | | **факт** | **план** | | | **факт** |
| **04.03** |  | | | | **06.03** | | | | |  | **07.03** | | |  |
| **Вводная часть** | Ходьба с согласованными, свободными движениями рук и ног. Бег в различных направлениях. | | | | | Ходьба с согласованными, свободными движениями рук и ног. Бег в различных направлениях. | | | | | | Ходьба с согласованными, свободными движениями рук и ног. Бег в различных направлениях. | | | |
| **Задачи** | Упражнять детей в ходьбе с согласованными, свободными движениями рук и ног, в беге в разных направлениях | | | | | Упражнять детей в ходьбе с согласованными, свободными движениями рук и ног, в беге в разных направлениях | | | | | | Упражнять детей в ходьбе с согласованными, свободными движениями рук и ног, в беге в разных направлениях | | | |
| **ОРУ** | **С хлопками** | | | | | **Без предметов** | | | | | | **С хлопками** | | | |
| **Основная часть** | 1.Прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета.  2.Проползание в вертикально стоящий обруч с захватом впереди стоящей игрушки.  3.Прокатывание мяча одной рукой (правой, левой), бег за мячом. | | | | | - | | | | | | 1.Прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета.  2.Проползание в вертикально стоящий обруч с захватом впереди стоящей игрушки.  3.Прокатывание мяча одной рукой (правой, левой), бег за мячом. | | | |
| **П/и** | «Огуречик, огуречик» | | | | | «У медведя во бору», «Найди свое место» | | | | | | «Найди пару» | | | |
| **М/п/и** | «Пузырь» | | | | | Ходьба по кругу и «змейкой», взявшись за руки | | | | | | «Найди кубик» | | | |
| **26 неделя**  Мамин день |  | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Этапы занятия** | **75 занятие** | | | | | **76 занятие на прогулке** | | | | | | **77 занятие** | | | |
| **план** | **факт** | | | | **план** | | | | | **факт** | **план** | | | **факт** |
| **11.03** |  | | | | **13.03** | | | | |  | **14.03** | | |  |
| **Вводная часть** | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей, руки на поясе (цапли), прыжками на двух ногах (зайчики). Бег по круг | | | | | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей, руки на поясе (цапли), прыжками на двух ногах (зайчики). Бег по круг | | | | | | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей, руки на поясе (цапли), прыжками на двух ногах (зайчики). Бег по круг | | | |
| **Задачи** | Упражнять детей в ходьбе на носках, с высоким подниманием коленей, в прыжках на двух ногах. | | | | | Упражнять детей в ходьбе на носках, с высоким подниманием коленей, в прыжках на двух ногах. | | | | | | Упражнять детей в ходьбе на носках, с высоким подниманием коленей, в прыжках на двух ногах. | | | |
| **ОРУ** | **С хлопками** | | | | | **Без предметов** | | | | | | **С хлопками** | | | |
| **Основная часть** | 1.Перепрыгивание через две параллельные линии.  2.Влезание на лестницу-стремянку.  3.Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами. | | | | | - | | | | | | 1.Перепрыгивание через две параллельные линии.  2.Влезание на лестницу-стремянку.  3.Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами. | | | |
| **П/и** | «У медведя во бору» | | | | | «К мишке в гости», «Зайка беленький сидит» | | | | | | «У медведя во бору» | | | |
| **М/п/и** | Пальчиковая гимнастика «Моя семья» | | | | | «Гномы – великаны» | | | | | | Пальчиковая гимнастика «Моя семья» | | | |
| **27**  **Неделя**  История предметов | **Этапы занятия** | **78 занятие** | | | | | **79 занятие на прогулке** | | | | | | **80 занятие** | | | |
| **план** | **факт** | | | | **план** | | | | | **факт** | **план** | | | **факт** |
| **18.03** |  | | | | **20.03** | | | | |  | **21.03** | | |  |
| **Вводная часть** | Ходьба со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога. Бег между двумя линиями, не наступая на них. | | | | | Ходьба со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога. Бег между двумя линиями, не наступая на них. | | | | | | Ходьба со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога. Бег между двумя линиями, не наступая на них. | | | |
| **Задачи** | Упражнять детей в ходьбе со сменой характера движения | | | | | Упражнять детей в ходьбе со сменой характера движения | | | | | | Упражнять детей в ходьбе со сменой характера движения | | | |
| **ОРУ** | **Без предметов** | | | | | **Без предметов** | | | | | | **Без предметов** | | | |
| **Основная часть** | 1.Перепрыгивание через две параллельные линии.  2.Перелезание через бревно.  3.Прокатывание мяча между предметами. | | | | | - | | | | | | 1.Перепрыгивание через две параллельные линии.  2.Перелезание через бревно.  3.Прокатывание мяча между предметами. | | | |
| **П/и** | «Попади в воротца» | | | | | «Забей мяч в ворота», «Курочка-хохлатка». | | | | | | «Прокати и не задень» | | | |
| **М/п/и** | «Найди Зайку» | | | | | Ходьба «змейкой» за инструктором, взявшись за руки | | | | | | «Найди Мишку» | | | |
| **28**  **Неделя**  Игрушки | **Этапы занятия** | **81 занятие** | | | | | **82 занятие на прогулке** | | | | | | **83 занятие** | | | |
| **план** | **факт** | | | | **план** | | | | | **факт** | **план** | | | **факт** |
| **25.03** |  | | | | **27.03** | | | | |  | **28.03** | | |  |
| **Вводная часть** | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей, руки на поясе (цапли), прыжками на двух ногах (зайчики). Бег по круг | | | | | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей, руки на поясе (цапли), прыжками на двух ногах (зайчики). Бег по круг | | | | | | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей, руки на поясе (цапли), прыжками на двух ногах (зайчики). Бег по круг | | | |
| **Задачи** | Упражнять детей в ходьбе на носках, с высоким подниманием коленей, в прыжках на двух ногах. | | | | | Упражнять детей в ходьбе на носках, с высоким подниманием коленей, в прыжках на двух ногах. | | | | | | Упражнять детей в ходьбе на носках, с высоким подниманием коленей, в прыжках на двух ногах. | | | |
| **ОРУ** | **ОРУ без предметов** | | | | | **ОРУ без предметов** | | | | | | **ОРУ без предметов** | | | |
| **Основная часть** | 1.Влезание на лестницу-стремянку.  2.Прыжки на двух ногах как можно дальше.  3. Прокатывание мячей двумя руками в произвольном направлении. | | | | | - | | | | | | 1.Влезание на лестницу-стремянку.  2.Прыжки на двух ногах как можно дальше.  3. Прокатывание мячей двумя руками в произвольном направлении. | | | |
| **П/и** | «Курочка - хохлатка» | | | | | «У медведя во бору», «Курочка – хохлатка» | | | | | | «У медведя во бору» | | | |
| **М/п/и** | Ходьба по массажным дорожкам | | | | | «Пузырь» | | | | | | Ходьба по массажным дорожкам | | | |
| **Содержание организованной образовательной деятельности**  **Апрель** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **29**  **Неделя**  Комнатные растения | **Этапы занятия** | **84 занятие** | | | | | | **85 занятие на прогулке** | | | | | **86 занятие** | | | |
| **план** | **факт** | | | | | **план** | | | | **факт** | **план** | | | **факт** |
| **01.04** |  | | | | | **03.04** | | | |  | **04.04** | | |  |
| **Вводная часть** | Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15см. Бег медленный до 80м. | | | | | | Ходьба по кругу, со сменой направления движения, бег по кругу, врассыпную, не наталкиваясь друг на друга | | | | | Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15см. Бег медленный до 80м. | | | |
| **Задачи** | Закреплять навыки ходьбы с перешагиванием через веревку (палку), в медленном беге | | | | | | Закреплять навыки ходьбы со сменой направления движения, упражнять в беге врассыпную | | | | | Закреплять навыки ходьбы с перешагиванием через веревку (палку), в медленном беге | | | |
| **ОРУ** | **С кубиками (разучивание)** | | | | | | **Без предметов** | | | | | **С кубиками (повторение)** | | | |
| **Основная часть** | 1.Прыжки с продвижением вперед.  2.Проползание в два вертикально стоящих обруча.  3.Скатывание мяча с горки и скатывание вслед за ним. | | | | | | - | | | | | 1.Прыжки с продвижением вперед.  2.Проползание в два вертикально стоящих обруча.  3.Скатывание мяча с горки и скатывание вслед за ним. | | | |
| **П/и** | «Мой веселый звонкий мяч» | | | | | | «Огуречик, огуречик», «Кот и мыши». | | | | | «Птички в гнёздышках» | | | |
| **М/п/и** | Ходьба по массажным дорожкам | | | | | | «Пузырь» | | | | | Ходьба по массажным дорожкам | | | |
| **30**  **Неделя**  Быть здоровыми хотим (продукты питания) | **Этапы занятия** | **87 занятие** | | | | | | **88 занятие на прогулке** | | | | | **89 занятие** | | | |
| **план** | **факт** | | | | | **план** | | | | **факт** | **план** | | | **факт** |
| **08.04** |  | | | | | **10.04** | | | |  | **11.04** | | |  |
| **Вводная часть** | Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15см. Бег медленный до 80м. | | | | | | Ходьба по кругу, со сменой направления движения, бег по кругу, врассыпную, не наталкиваясь друг на друга | | | | | Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15см. Бег медленный до 80м. | | | |
| **Задачи** | Закреплять навыки ходьбы с перешагиванием через веревку (палку), в медленном беге | | | | | | Закреплять навыки ходьбы со сменой направления движения, упражнять в беге врассыпную | | | | | Закреплять навыки ходьбы с перешагиванием через веревку (палку), в медленном беге | | | |
| **ОРУ** | **С кубиками (закрепление)** | | | | | |  | | | | | **С кубиками (совершенствование)** | | | |
| **Основная часть** | 1.Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу.  2.Бросание мяча двумя руками снизу.  3.Подлезание под веревку. | | | | | | - | | | | | 1.Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу.  2.Бросание мяча двумя руками снизу.  3.Подлезание под веревку. | | | |
| **П/и** | «Прокати и не задень» | | | | | | «Найди пару», «Птички в гнездышках» | | | | | «Прокати в воротца» | | | |
| **М/п/и** | Пальчиковая гимнастика «Апельсин» | | | | | | «Гномы - великаны» | | | | | Пальчиковая гимнастика «Апельсин» | | | |
| **31**  **Неделя**  Весна, весенние приметы (р/к; э) | **Этапы занятия** | **90 занятие** | | | | | | **91 занятие на прогулке** | | | | | **92 занятие** | | | |
| **план** | **факт** | | | | | **план** | | | | **факт** | **план** | | | **факт** |
| **15.04** |  | | | | | **17.04** | | | |  | **18.04** | | |  |
| **Вводная часть** | Ходьба с опорой на зрительные ориентиры. Бег за инструктором и от инструктора. | | | | | | Ходьба с опорой на зрительные ориентиры. Бег за инструктором и от инструктора. | | | | | Ходьба с опорой на зрительные ориентиры. Бег за инструктором и от инструктора. | | | |
| **Задачи** | Закреплять навыки ходьбы с опорой на зрительные ориентиры, в беге | | | | | | Закреплять навыки ходьбы с опорой на зрительные ориентиры, в беге | | | | | Закреплять навыки ходьбы с опорой на зрительные ориентиры, в беге | | | |
| **ОРУ** | **Без предметов** | | | | | | **Без предметов** | | | | | **Без предметов** | | | |
| **Основная часть** | 1.Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (от игрушки к игрушке).  2.Проползание в два вертикально стоящих обруча.  3.Скатывание мяча с горки, скатывание вслед за ним. | | | | | | - | | | | | 1.Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (от игрушки к игрушке).  2.Проползание в два вертикально стоящих обруча.  3.Скатывание мяча с горки, скатывание вслед за ним. | | | |
| **П/и** | «У медведя во бору» | | | | | | «Добеги до флажка», «В гости к мишке». | | | | | «У медведя во бору» | | | |
| **М/п/и** | Ходьба «змейкой» друг за другом, взявшись за руки | | | | | | «Пузырь» | | | | | Ходьба «змейкой» друг за другом, взявшись за руки | | | |
| **32**  **Неделя** Обследование  Посуда | **Этапы занятия** | **93 занятие** | | | | | | **94 занятие на прогулке** | | | | | **95 занятие** | | | |
| **план** | **факт** | | | | | **план** | | | | **факт** | **план** | | | **факт** |
| **22.04** |  | | | | | **24.04** | | | |  | **25.04** | | |  |
| **Вводная часть** | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей, руки на поясе (цапли), прыжками на двух ногах (зайчики). Бег по круг | | | | | | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей, руки на поясе (цапли), прыжками на двух ногах (зайчики). Бег по круг | | | | | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей, руки на поясе (цапли), прыжками на двух ногах (зайчики). Бег по круг | | | |
| **Задачи** | Упражнять детей в ходьбе на носках, с высоким подниманием коленей, в прыжках на двух ногах. | | | | | | Упражнять детей в ходьбе на носках, с высоким подниманием коленей, в прыжках на двух ногах. | | | | | Упражнять детей в ходьбе на носках, с высоким подниманием коленей, в прыжках на двух ногах. | | | |
| **ОРУ** | **Без предметов** | | | | | | **Без предметов** | | | | | **Без предметов** | | | |
| **Основная часть** | 1.Перепрыгивание через две параллельные линии.  2.Влезание на лестницу-стремянку.  3.Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами. | | | | | | - | | | | | 1.Перепрыгивание через две параллельные линии.  2.Влезание на лестницу-стремянку.  3.Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами. | | | |
| **П/и** | «Курочка-хохлатка» | | | | | | «Курочка-хохлатка», «Найди пару» | | | | | «Найди пару» | | | |
| **М/п/и** | Ходьба по массажным дорожкам | | | | | | «Гномы - великаны» | | | | | Ходьба по массажным дорожкам | | | |
| **33**  **Неделя** Обследование  Моя безопасность | **Этапы занятия** | **96 занятие** | | | | | | - | | | | | | | | |
| **план** | | | **факт** | | |
| **29.04** | | |  | | |
| **Вводная часть** | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей, руки на поясе (цапли), прыжками на двух ногах (зайчики). Бег по круг | | | | | |
| **Задачи** | Упражнять детей в ходьбе на носках, с высоким подниманием коленей, в прыжках на двух ногах. | | | | | |
| **ОРУ** | **С погремушками** | | | | | |
| **Основная часть** | 1.Прыжки с продвижением вперед.  2.Проползание в два вертикально стоящих обруча.  3.Скатывание мяча с горки и скатывание вслед за ним. | | | | | |
| **П/и** | «Прокати мяч» | | | | | |
| **М/п/и** | «Карусель» | | | | | |
| **Содержание организованной образовательной деятельности**  **Май** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **34**  **Неделя**  Бумага, дерево, песок, глина (р/к) | **Этапы занятия** | **97 занятие** | | | | | **98 занятие на прогулке** | | | | | | **-** | | | |
| **план** | | | **факт** | | **план** | | | | | **факт** |
| **06.05** | | |  | | **08.05** | | | | |  |
| **Вводная часть** | Ходьба по кругу, со сменой направления движения. Бег между двумя линиями. | | | | | Ходьба по кругу, со сменой направления движения. Бег между двумя линиями. | | | | | |
| **Задачи** | Закреплять навыки ходьбы со сменой направления движения, в беге между двумя линиями, не задевая их | | | | | Закреплять навыки ходьбы со сменой направления движения, в беге между двумя линиями, не задевая их | | | | | |
| **ОРУ** | **С погремушками** | | | | | **Без предметов** | | | | | |
| **Основная часть** | 1.Перепрыгивание через две параллельные линии.  2.Влезание на лестницу-стремянку. | | | | | - | | | | | |
| **П/и** | «Забей мяч в ворота» | | | | | «Птички в гнездышках», «Забей мяч в ворота» | | | | | |
| **М/п/и** | «Найди Собачку» | | | | | «Пузырь» | | | | | |
| **35**  **неделя**  Рыбки | **Этапы занятия** | **99 занятие** | | | | | **100 занятие на прогулке** | | | | | | **101 занятие** | | | |
| **план** | **факт** | | | | **план** | | **факт** | | | | **план** | | | **факт** |
| **13.05** |  | | | | **15.05** | | |  | | | **16.05** | | |  |
| **Вводная часть** | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей, руки на поясе (цапли), прыжками на двух ногах (зайчики). Бег по круг | | | | | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей, руки на поясе (цапли), прыжками на двух ногах (зайчики). Бег по круг | | | | | | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей, руки на поясе (цапли), прыжками на двух ногах (зайчики). Бег по круг | | | |
| **Задачи** | Совершенствовать навыки в ходьбе на носках, с высоким подниманием коленей, в прыжках на двух ногах. | | | | | Совершенствовать навыки в ходьбе на носках, с высоким подниманием коленей, в прыжках на двух ногах. | | | | | | Совершенствовать навыки в ходьбе на носках, с высоким подниманием коленей, в прыжках на двух ногах. | | | |
| **ОРУ** | **Без предметов** | | | | | **Без предметов** | | | | | | **Без предметов** | | | |
| **Основная часть** | 1.Прыжки с продвижением вперед.  2.Проползание в два вертикально стоящих обруча. | | | | | - | | | | | | 1.Прыжки на двух ногах как можно дальше.  2. Прокатывание мячей двумя руками в произвольном направлении. | | | |
| **П/и** | «Пройди по дорожке» | | | | | «Добеги до флажка», «Птички в гнездышках» | | | | | | «Прокати и не задень» | | | |
| **М/п/и** | Ходьба по массажным дорожкам | | | | | «Пузырь» | | | | | | Ходьба по массажным дорожкам | | | |
| **36**  **Неделя**  Лето | **Этапы занятия** | **102 занятие** | | | | | **103 занятие на прогулке** | | | | | | **104 занятие** | | | |
| **план** | | **факт** | | | **план** | | | | | **факт** | **план** | | | **факт** |
| **20.05** | |  | | | **22.05** | | | | |  | **23.05** | | |  |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег по кругу и между предметами. | | | | | Ходьба и бег по кругу и между предметами. | | | | | | Ходьба и бег по кругу и между предметами. | | | |
| **Задачи** | Закреплять навыки ходьбы и бега по кругу, между предметами | | | | | Закреплять навыки ходьбы и бега по кругу, между предметами | | | | | | Закреплять навыки ходьбы и бега по кругу, между предметами | | | |
| **ОРУ** | **С хлопками** | | | | | **С хлопками** | | | | | | **С хлопками** | | | |
| **Основная часть** | 1.Перепрыгивание через веревочку (гимнастическую палку) на двух ногах.  2.Подползание под гимнастическую палку, расположенную на расстоянии 50см от пола. | | | | | - | | | | | | 1.Перепрыгивание через веревочку (гимнастическую палку) на двух ногах.  2.Подползание под гимнастическую палку, расположенную на расстоянии 50см от пола. | | | |
| **П/и** | «Салки со змеёй» | | | | | «У медведя во бору», «Салки со змеёй» | | | | | | «Салки со змеёй» | | | |
| **М/п/и** | «Карусель» | | | | | «Пузырь» | | | | | | «Гномы и великаны» | | | |
| **37**  **Неделя**  Насекомые | **Этапы занятия** | **105 занятие** | | | | | **106 занятие на прогулке** | | | | | | **107 занятие** | | | |
| **план** | **факт** | | | | **план** | | | | | **факт** | **план** | | | **факт** |
| **27.05** |  | | | | **29.05** | | | | |  | **30.05** | | |  |
| **Вводная часть** | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей, руки на поясе («цапли»), прыжками на двух ногах («зайчики»). Бег по кругу | | | | | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей, руки на поясе («цапли»), прыжками на двух ногах («зайчики»). Бег по кругу | | | | | | Ходьба по кругу, на носках, руки вверх, с высоким подниманием коленей, руки на поясе («цапли»), прыжками на двух ногах («зайчики»). Бег по кругу | | | |
| **Задачи** | Совершенствовать навыки в ходьбе на носках, с высоким подниманием коленей, в прыжках на двух ногах. | | | | | Совершенствовать навыки в ходьбе на носках, с высоким подниманием коленей, в прыжках на двух ногах. | | | | | | Совершенствовать навыки в ходьбе на носках, с высоким подниманием коленей, в прыжках на двух ногах. | | | |
| **ОРУ** | **Без предметов** | | | | | **Без предметов** | | | | | | **Без предметов** | | | |
| **Основная часть** | 1.Подбрасывание и ловля мяча двумя руками  2.Отбивание мяча двумя руками об пол | | | | | - | | | | | | 1.Подбрасывание и ловля мяча двумя руками  2.Отбивание мяча двумя руками об пол | | | |
| **П/и** | «Огуречик, огуречик» | | | | | «Огуречик, огуречик», «Найди свое место» | | | | | | «Огуречик, огуречик» | | | |
| **М/п/и** | «Карусель» | | | | | «Пузырь» | | | | | | Ходьба друг за другом «паровозиком» | | | |

**2.3. Вариативные формы, методы и средства реализации Программы**

Формы, способы, методы и средства реализации Программы инструктор по физкультуре определяет самостоятельно в соответствии с  
задачами воспитания и обучения, возрастными и индивидуальными особенностями детей, спецификой их образовательных потребностей и интересов.

**Формы, методы и способы реализации Программы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Формы** | **Задачи педагога** |
| физкультурные занятия | * 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. |
| утренняя гимнастика |
| физкультурные занятия на прогулке (в зимний период ходьба на лыжах) |
| Подвижные, спортивные игры |
| ЗОЖ | 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. |
| Физкультурные праздники и досуги; Неделя здоровья (ноябрь, март) | Педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. |
| **Совместная деятельность педагога с детьми**  - Занятия  - Праздники, развлечения  - Подвижные и спортивные игры на прогулке  - Утренняя гимнастика  - Индивидуальная работа с детьми  - Закаливающие процедуры | - Проводить занятия в соответствии с Программой, соблюдая «золотые принципы» дошкольной педагогики.  - Способствовать гармоническому физическому развитию ребенка, воспитанию ловкости, быстроты, координации движений, важнейших морально-волевых и дружеских качеств.  - 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).  - разработать комплексы утренней гимнастики в соответствии с возрастом и физическими качествами детей.  - Исправлять ошибки детей при выполнении упражнений, закреплять двигательные умения и навыки.  - Укреплять иммунитет ребенка. |
| **Самостоятельная деятельность детей**  - Самостоятельные подвижные игры, игры на свежем воздухе, спортивные игры и занятия (катание на санках, лыжах, велосипеде и пр.) | - Планировать время в течение дня, когда дети могут самостоятельно совершенствовать свои двигательные умения и навыки, играть в подвижные игры. |
| **Совместная деятельность с семьей**   * диагностико-аналитическое направление * просветительское и консультационное направления   *Привлекать родителей к участию:*   * в Дне открытых дверей; * в Неделе здоровья; * в совместных экскурсиях в парк, на спортивные объекты города и др. * в совместных спортивных соревнованиях; в праздниках, развлечениях | - Информировать родителей через опросы, беседы с родителями (законными представителями); дни открытых дверей, открытые просмотры занятий и др.  - реализуются через групповые родительские собрания, конференции, круглые столы, семинары-практикумы, консультации, информационные проспекты, стенды, ширмы, папки-передвижки для родителей (законных представителей); совместных работ родителей (законных представителей) и детей. Включают также и досуговую форму-совместные праздники и вечера, семейные спортивные и тематические мероприятия, тематические досуги, экскурсии.  - привлекать родителей к занятиям, режимным моментам, организовывать совместные мероприятия с педагогом для детей  - организовывать совместные спортивные соревнования, досуги, обмен опытом семейного физического воспитания.  - организовывать совместные выходы на экскурсии, на спортивные объекты города и др.  - привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду (а также районе, городе). |

**Методы и приемы работы с детьми**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Методы** | | |
| **Наглядный** | **Словесный** | **Практический** |
| -показ физических упражнений | объяснение | повторение упражнений без изменения и с изменениями |
| музыка, песни | пояснение | -повторение упражнений в игровой форме |
| непосредственная помощь воспитателя | указания | - проведение упражнений в соревновательной форме |
| использование наглядных пособий (картины, рисунки, фотографии) | подача команд, распоряжений, сигналов | самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре |
| имитация (подражание) | вопросы к детям |  |
| зрительные ориентиры (предметы, разметка поля) | образный сюжетный рассказ |  |
|  | беседа |  |
|  | словесная инструкция |  |

**Средства реализации Программы**

Наряду с методами значительное внимание отводится **средствам физического воспитания.** К средствам физического развития и оздоровления детей относятся:

1. Гигиенические факторы (режим занятий, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр.), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм;
2. Естественные силы природы (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребёнка;
3. Физические упражнения - основное средство физического воспитания. Они используются для решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач, обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.

**Вариативность форм, методов и средств** реализации Программы зависит не только от учёта возрастных особенностей обучающихся, их индивидуальных и особых образовательных потребностей, но и от личных интересов, мотивов, ожиданий, желаний детей. Важное значение имеет признание приоритетной субъективной позиции ребёнка в образовательном процессе.

При выборе форм, методов, средств реализации Программы инструктор по физкультуре учитывает субъектные проявления ребёнка в деятельности: интерес к миру и культуре; избирательное отношение к социокультурным объектам и разным видам деятельности; инициативность и желание заниматься той или иной деятельностью; самостоятельность в выборе и осуществлении деятельности; творчество в интерпретации объектов культуры и создании продуктов деятельности.

Выбор педагогически обоснованных форм, методов, средств реализации Программы, адекватных образовательным потребностям и предпочтениям детей, их соотношение и интеграция при решении задач воспитания и обучения обеспечивает их вариативность.

**Физическая подготовленность воспитанников** отслеживается по нормативам, принятым на РМО инструкторов Советского района.

**2.4. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.**

Образовательная деятельность включает:

* образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности;
* образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных процессов;
* самостоятельную деятельность детей;
* взаимодействие с семьями детей по реализации образовательной программы ДО.

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также - форм организации физкультурно – оздоровительной работы с детьми. Такими организованными формами работы являются:

* разные виды занятий по физической культуре;
* физкультурно – оздоровительная работа в режиме дня;
* активный отдых (физкультурный досуг, физкультурные праздники, Дни здоровья и др.);
* самостоятельная двигательная деятельность детей;
* занятия в семье.

В зависимости от решаемых образовательных задач, желаний детей, их образовательных потребностей, инструктор по физкультуре

может выбрать один или несколько вариантов совместной деятельности.

***Варианты совместной деятельности***

* *Содержание совместной деятельности инструктора по физкультуре и детей:*

1. Совместная деятельность инструктора по физкультуре с ребёнком, где он выполняет функции педагога: обучает ребёнка чему-то

новому.

2. Совместная деятельность ребёнка с инструктором по физкультуре, при которой ребёнок и педагог - равноправные партнеры.

3. Совместная деятельность группы детей под руководством инструктора по физкультуре, который на правах участника

деятельности на всех этапах её выполнения (от планирования до завершения) направляет совместную деятельность группы

детей.

4. Совместная деятельность детей со сверстниками без участия инструктора по физкультуре, но по его заданию. Педагог в этой

ситуации не является участником деятельности, но выступает в роли её организатора, ставящего задачу группе детей, тем

самым, актуализируя лидерские ресурсы самих детей.

* *Содержание самостоятельной деятельности детей*

1. Самостоятельные спортивные и подвижные игры детей.

2. Самостоятельная физкультурная деятельность по выбору детей.

3. Самостоятельная оздоровительная деятельность детей.

Организуя различные виды физкультурной деятельности (общеразвивающие упражнения, основные движения, подвижные и

спортивные игры), педагог учитывает двигательный опыт ребёнка, его субъектные проявления, а именно:

- самостоятельность;

- творчество при выборе содержания деятельности и способов его реализации;

- стремление к сотрудничеству с детьми;

- инициативность и желание заниматься определенным видом деятельности.

Эту информацию инструктор по физкультуре может получить в процессе наблюдения за двигательной активностью детей в ходе

проведения педагогической диагностики. На основе полученных результатов организуются разные виды физкультурной деятельности,

соответствующие возрасту детей. В процессе их организации создаются условия для свободного выбора детьми вида деятельности,

оборудования, участников, для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей, поддерживает детскую инициативу и

самостоятельность, устанавливает правила взаимодействия детей.

Инструктор по физкультуре использует образовательный потенциал каждого вида деятельности для решения задач оздоровления и физического развития детей.

Игра занимает центральное место в жизни ребёнка. В образовательном процессе игра выступает как форма организации жизни и

деятельности детей, метод или прием обучения, средство саморазвития, самовоспитания, самообучения, саморегуляции. Отсутствие или недостаток игры в жизни ребёнка приводит к серьезным проблемам, прежде всего, в социальном развитии детей.

Учитывая потенциал игры для физического развития ребёнка и становления его личности, инструктор по физкультуре максимально

использует все варианты её применения в образовательном процессе: игры на развитие координационных способностей, на формирование быстроты, на формирование выносливости, на формирование силы, гибкости, народные подвижные игры и др.

**Образовательная деятельность в режимных процессах** имеет специфику и предполагает использование особых форм работы в

соответствии с реализуемыми задачами физического воспитания, обучения и развития ребёнка.

**Образовательная деятельность в режимных процессах**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| No | Режимный процесс | Содержание |
| 1 | Образовательная деятельность, осуществляемая в первую половину дня | - игровые ситуации, индивидуальные малоподвижные игры и игры небольшими подгруппами (режиссерские, дидактические, малоподвижные и др.); - упражнения по освоению навыков культуры здоровья; - индивидуальная работа с детьми в соответствии с задачами ОО «Физическое развитие»; - оздоровительные и закаливающие процедуры; -здоровьесберегающие мероприятия; - утренняя гимнастика; - оздоровительная пробежка; - самостоятельная двигательная деятельность детей |
| 2 | Проведение занятий | - образовательные ситуации; - тематические события; - занятия в рамках проектной деятельности; - проблемно-обучающие ситуации, интегрирующие содержание образовательных областей. |
| 3 | Образовательная деятельность, осуществляемая во время прогулки | физические упражнения, направленные на оптимизацию режима двигательной активности и укрепление здоровья детей; - подвижные народные игры; - игры с правилами: сюжетные и бессюжетные; - игры с элементами спортивной игры (футбол, волейбол, баскетбол, бадминтон, городки); - подвижные игры и упражнения на развитие физических качеств дошкольников; - индивидуальная работа с детьми; - проведение спортивных праздников; - самостоятельная двигательная деятельность детей |
| 4 | Образовательная деятельность, осуществляемая во вторую  половину дня | - зарядка после дневного сна;  - воздушные ванны после сна;  - упражнения для профилактики плоскостопия и коррекции правильной осанки;  -игровые ситуации, индивидуальные малоподвижные игры и игры небольшими подгруппами  (режиссерские, дидактические, малоподвижные и др.);  - проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий, развлечений, спортивных  праздников;  - индивидуальная работа с детьми в соответствии с задачами ОО «Физическое развитие»;  - самостоятельная двигательная деятельность детей. |

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

1. Не следует сразу помогать ребёнку, если он испытывает затруднения решения задачи, важно побуждать его к самостоятельному решению, подбадривать и поощрять попытки найти решение. В случае необходимости оказания помощи ребёнку, педагог сначала стремится к её минимизации: лучше дать совет, задать наводящие вопросы, активизировать имеющийся у ребёнка прошлый опыт.
2. У ребёнка всегда должна быть возможность самостоятельного решения поставленных задач. При этом нужно помогать 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 уделять общению с ребёнком в период проявления кризиса семи лет: характерные для ребёнка изменения в поведении и деятельности становятся поводом для смены стиля общения с ребёнком. Важно уделять внимание ребёнку, 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. Следует акцентировать внимание на освоении ребёнком универсальных умений организации своей деятельности и формировании у него основ целеполагания: поставить цель (или принять её от педагога), обдумать способы её достижения, осуществить свой замысел, оценить полученный результат с позиции цели. Задача развития данных умений ставится педагогом в разных видах деятельности. Используются средства, помогающие детям планомерно и самостоятельно осуществлять свой замысел: опорные схемы, наглядные модели, пооперационные карты.
5. Создание творческих ситуаций в игровой деятельности способствует развитию самостоятельности у детей. Сочетание увлекательной творческой деятельности и необходимости решения задачи и проблемы привлекает ребёнка, активизирует его желание самостоятельно определить замысел, способы и формы его воплощения.
6. Следует уделять особое внимание обогащению РППС, обеспечивающей поддержку инициативности ребёнка. В пространстве физкультурного зала появляются предметы, побуждающие детей к проявлению двигательной активности. Это могут быть новое оборудование, предметы, спортивный инвентарь.

**2.6. Особенности взаимодействия с семьями обучающихся.**

Главными **целями** взаимодействия с семьями детей являются:

* обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей;
* обеспечение единства подходов к воспитанию и обучению детей в условиях ДОО и семьи;
* повышение воспитательного потенциала семьи

Основные **задачи**:

1.информирование родителей (законных представителей) об образовательной программе, реализуемой в ДОО;

2. просвещение родителей (законных представителей) психолого-педагогической компетентности в вопросах охраны и укрепления здоровья, развития и образования детей;

3. способствование развитию ответственного и осознанного родительства, как базовой основы благополучия семьи;

4. построение взаимодействия в форме сотрудничества и установления партнёрских отношений с родителями (законными представителями) детей для решения образовательных задач;

5. вовлечение родителей (законных представителей) в образовательный процесс.

П**ринципы** взаимодействия с родителями (законными представителями):

1. ***приоритет семьи в воспитании, обучении и развитии ребёнка***: в соответствии с Законом об образовании у родителей (законных представителей) обучающихся не только есть преимущественное право на обучение и воспитание детей, но именно они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребёнка;
2. ***открытость***: для родителей (законных представителей) должна быть доступна актуальная информация об особенностях пребывания ребёнка в группе; каждому из родителей (законных представителей) должен быть предоставлен свободный доступ в ДОО; между педагогами и родителями (законными представителями) необходим обмен информацией об особенностях развития ребёнка в ДОО и семье;
3. ***взаимное доверие, уважение и доброжелательность во взаимоотношениях педагогов и родителей*** (законных представителей): при взаимодействии педагогу необходимо придерживаться этики и культурных правил общения, проявлять позитивный настрой на общение и сотрудничество с родителями (законными представителями); важно этично и разумно использовать полученную информацию как со стороны педагогов, так и со стороны родителей (законных представителей) в интересах детей;
4. ***индивидуально-дифференцированный подход к каждой семье***: при взаимодействии необходимо учитывать особенности семейного воспитания, потребности родителей (законных представителей) в отношении образования ребёнка, отношение к педагогу и ДОО, проводимым мероприятиям; возможности включения родителей (законных представителей) в совместное решение образовательных задач;
5. ***возрастосообразность***: при планировании и осуществлении взаимодействия необходимо учитывать особенности и характер отношений ребёнка с родителями (законными представителями), прежде всего, с матерью (преимущественно для детей младенческого и раннего возраста), обусловленные возрастными особенностями развития детей.

**Направления** взаимодействия с родителями (законными представителями):

1. **диагностико-аналитическое** направление включает получение и анализ данных о семье каждого обучающегося, её запросах в отношении охраны здоровья и развития ребёнка; а также планирование работы с семьей с учётом результатов проведенного анализа; согласование воспитательных задач;
2. **просветительское** направление предполагает просвещение родителей (законных представителей) по вопросам физического развития детей; выбора эффективных методов обучения и воспитания детей определенного возраста; информирование об особенностях реализуемой образовательной программы; содержании и методах образовательной работы с детьми;
3. **консультационное** направление объединяет в себе консультирование родителей (законных представителей) по вопросам их взаимодействия с ребёнком, преодоления возникающих проблем воспитания и обучения детей, в том числе с ООП в условиях семьи; особенностей поведения и взаимодействия ребёнка со сверстниками и педагогом; возникающих проблемных ситуациях; способам воспитания и построения продуктивного взаимодействия с детьми младенческого, раннего и дошкольного возрастов; способам организации и участия в детских деятельностях, образовательном процессе и другому.

**Формы методы, приемы и способы**

**взаимодействия с родителями (законными представителями):**

* **диагностико-аналитическое направление** реализуется через опросы, беседы с родителями (законными представителями); дни открытых дверей, открытые просмотры занятий и др.
* **просветительское и консультационное направления** реализуются через групповые родительские собрания, конференции, круглые столы, семинары-практикумы, консультации, информационные проспекты, стенды, ширмы, папки-передвижки для родителей (законных представителей); совместных работ родителей (законных представителей) и детей. Включают также и досуговую форму-совместные праздники и вечера, семейные спортивные и тематические мероприятия, тематические досуги, экскурсии.

Привлекаем родителей к участию:

* в Дне открытых дверей, во время которого родители посещают занятия, режимные моменты, организуют совместные мероприятия с педагогом для детей;
* в Неделе здоровья – совместные спортивные соревнования, конкурсы, досуги, обмен опытом семейного физического воспитания;
* в совместных экскурсиях в парк, на спортивные объекты города и др.
* в конкурсах различного уровня;
* в праздниках, развлечениях;
* в совместных спортивных соревнованиях;
* в совместных творческих проектах.

С целью повышения уровня педагогической культуры родителей (законных представителей) в вопросах воспитания организуются:

* родительские гостиные, на которых обсуждаются вопросы воспитания детей, формы и способы взаимодействия родителей с детьми, проводятся семинар, мастер-классы, круглые столы с приглашением специалистов;
* совместные с детьми игровые занятия по различным направлениям развития дошкольника,
* индивидуальное консультирование с целью коррекции воспитательных усилий педагогов и родителей.

**2.7. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы**

Коррекционно-развивающая работа (далее - КРР) и (или) инклюзивное образование в ДОО направлено на обеспечение коррекции нарушений развития у различных категорий детей, включая детей с особыми образовательными потребностями (далее – ООП), в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ) и детей-инвалидов; оказание им квалифицированной помощи в освоении Программы, их разностороннее развитие с учётом возрастных и индивидуальных особенностей, социальной адаптации.

Коррекционная работа и/или инклюзивное образование направлены на:

1. обеспечение коррекции нарушений развития различных категорий детей с ОВЗ, оказание им квалифицированной помощи в освоении Программы;
2. освоение детьми с ОВЗ Программы, их разностороннее развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей и особых образовательных потребностей, социальной адаптации.

Проблема воспитания и обучения детей с ОВЗ в общеобразовательном пространстве требует деликатного и гибкого подхода, так как известно, что не все дети, имеющие нарушения в развитии, могут успешно интегрироваться в среду здоровых сверстников. Индивидуальный образовательный маршрут предполагает постепенное включение таких детей в коллектив сверстников с помощью взрослого, что требует от педагога новых психологических установок на формирование у детей с нарушениями развития, умения взаимодействовать в едином детском коллективе.

Дети с ОВЗ могут реализовать свой потенциал лишь при условии вовремя начатого и адекватно организованного процесса воспитания и обучения, удовлетворения как общих с нормально развивающимися детьми, так и их особых образовательных потребностей, заданных характером нарушения их психического развития.

Наличие в группе массового дошкольного учреждения ребенка с ОВЗ требует внимания к нему не только воспитателей и специалистов, но и инструктора по физической культуре.

**Цель и задачи коррекционно-развивающей работы**

|  |  |
| --- | --- |
| Цель | Оздоровление и коррекция физического развитие детей с ОВЗ в соответствии со спецификой здоровья каждого ребенка для социальной адаптации и дальнейшей интеграции в общество. |
| Задачи | 1. Оказание необходимой коррекционно-педагогической поддержки воспитанникам с ОВЗ, направленной на компенсацию отклонений физического развития.  2. Обучение технике правильного выполнения физических упражнений.  3. Формирование и развитие жизненно необходимых двигательных умений и навыков.  4. Коррекция и развитие общей и мелкой моторики.  5. Создание условий для формирования опорно-двигательной системы организма, выполнения основных движений и овладения подвижными играми с правилами.  6. Преодоление недостатков, возникающих на фоне ограниченных возможностей здоровья: скованности, малоподвижности, неуверенности, боязни пространства.  7. Развитие физических качеств дошкольников, укрепление индивидуального здоровья.  8. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.  9. Обеспечение условий для профилактики возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья школьников.  10. Обучение родителей (законных представителей) педагогическим технологиям сотрудничества со своим ребенком, коррекционным приемам и методам его физического развития; оказание им психологической поддержки. |

В соответствии с ФГОС ДО в Программеучитываются:

- индивидуальные потребности ребенка с ОВЗ, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья;

- индивидуальные особенности и возможности каждого ребенка при построении физкультурно-коррекционной образовательной деятельности;

- специальные условия для получения образования детьми с ОВЗ, в том числе использование специальных методов, методических пособий и дидактических материалов, проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий.

Основание для организации физкультурно-коррекционной работы –это медико-психолого-педагогическое заключение, определяющее образовательные потребности воспитанников, имеющих проблемы в физическом и речевом развитии.

Специальная коррекционная работа, направленная на преодоление отклонений в психофизическом развитии детей, носит индивидуально-дифференцированныйхарактервзависимостиотпотребностейвних ребенка.

**Объединениелечебно-восстановительногоикоррекционно-педагогическогопроцессов** является основным принципом работы инструктора по физической культуре с детьми с ОВЗ.

**Содержание коррекционной работы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Коррекционная направленность в работе по физической культуре** | * создавать условия для овладения и совершенствования техники основных движений: ходьбы, бега, ползания и лазанья, прыжков, бросания и ловли, включать их в режимные моменты и свободную деятельность детей (например, предлагать детям игровые задания: «пройди между стульями», «попрыгай как зайка» и т. д.); * использовать для развития основных движений, их техники и двигательных качеств разные формы организации двигательной деятельности: физкультурные занятия, физкультминутки (динамические паузы); разминки и подвижные игры между занятиями, утреннюю гимнастику, «гимнастику» пробуждения после дневного сна, занятия ритмикой, подвижные игры на свежем воздухе; * учить детей выполнять физические упражнения в коллективе сверстников, развивать способность пространственной ориентировке в построениях, перестроениях; * развивать двигательные навыки и умения реагировать на изменение положения тела во время перемещения по сложным конструкциям из полифункциональных мягких модулей (конструкции типа «Ромашка», «Островок», «Валуны» и т. п.); * способствовать развитию координационных способностей путём введения сложно-координированных движений; * совершенствование качественной стороны движений — ловкости, гибкости, силы, выносливости; * развивать точность произвольных движений, учить детей переключаться с одного движения на другое; * учить детей выполнять упражнения по словесной инструкции взрослых и давать словесный отчет о выполненном движении или последовательности из двух-четырех движений; * воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах движений; * формировать у детей навыки контроля динамического и статического равновесия; * учить детей сохранять заданный темп во время ходьбы (быстрый, средний, медленный); * закреплять навыки в разных видах бега: быть ведущим в колонне, при беге парами соизмерять свои движения с движениями партнера; * закреплять навыки в разных видах прыжков, развивать их технику: энергично отталкиваться и мягко приземляться с сохранением равновесия; * учить координировать движения в играх с мячами разных размеров и с набивным мячом, взаимодействовать с партнером при ловле и бросках мяча; * продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, предлагать свои варианты игр, комбинации движений; * учить запоминать и проговаривать правила подвижных игр, последовательность действий в эстафетах, играх со спортивными элементами; * включать элементы игровой деятельности при закреплении двигательных навыков и развитии двигательных качеств: движение по сенсорным дорожкам и коврикам, погружение в сухой бассейн и перемещение в нем в соответствии со сценарием досугов и спортивных праздников; * совершенствовать общую моторику, используя корригирующие упражнения для разных мышечных групп; * стимулировать потребность детей к точному управлению движениями в пространстве: в вертикальной, горизонтальной и сагиттальной плоскостях (чувство пространства); * формировать у детей навыки выполнения движений и действий с предметами по словесной инструкции и умение рассказать о выполненном задании с использованием вербальных средств; * стимулировать положительный эмоциональный настрой детей и желание самостоятельно заниматься с полифункциональными модулями, создавая из них различные высотные и туннельные конструкции; * предлагать задания, направленные на формирование координации движений и слова, сопровождать выполнение упражнений доступным речевым материалом (дети могут одновременно выполнять движения и произносить речевой материал, или же один ребенок или взрослый проговаривает его, остальные - выполняют). |
| **Коррекционная направленность в работе по формированию начальных представлений о ЗОЖ** | * знакомить детей на доступном их восприятию уровне с условиями, необходимыми для нормального роста тела, позвоночника и правильной осанки, и средствами физического развития и предупреждения его нарушений (занятия на различном игровом оборудовании - для ног, рук, туловища); * систематически проводить игровые закаливающие процедуры с использованием полифункционального оборудования (сенсорные тропы, сухие бассейны и пр.), направленные на улучшение венозного оттока и работы сердца, улучшение тактильной чувствительности тела, подвижности суставов, связок и сухожилий, преодоление нервно-психической возбудимости детей, расслабление гипертонуса мышц и т. п.; * осуществлять контроль и регуляцию двигательной активности детей; создавать условия для нормализации их двигательной активности: привлекать к активным упражнениям и играм пассивных детей (включать их в совместные игры, в выполнение хозяйственно-бытовых поручений) и к более спокойным видам деятельности расторможенных дошкольников, деликатно ограничивать их повышенную подвижность; * проводить упражнения, направленные на регуляцию тонуса мускулатуры, развивая у детей самостоятельный контроль за работой различных мышечных групп на основе контрастных ощущений («сосулька зимой» — мышцы напряжены, «сосулька весной» — мышцы расслабляются); использовать упражнения по нормализации мышечного тонуса, приёмы релаксации; * проводить специальные игры и упражнения, стимулирующие формирование пяточно-пальцевого переката (ходьба по следам, разной поверхности — песку, мату; захват ступнями, пальцами ног предметов); * учитывать при отборе содержания предлагаемых упражнений необходимость достижения тонизирующего и тренирующего эффекта в ходе выполнения двигательных упражнений (нагрузка должна не только соответствовать возможностям детей, но и несколько превышать их); * внимательно и осторожно подходить к отбору содержания физкультурных занятий, упражнений, игр для детей, имеющих низкие функциональные показатели деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, нарушения зрения, особенности нервно-психической деятельности (повышенная утомляемость, чрезмерная подвижность или, наоборот, заторможенность и т.д.); * контролировать и регулировать уровень психофизической нагрузки (снижая интенсивность движений, частоту повторений, требования к качеству движений и т.д.) в процессе коррекции недостатков моторного развития и развития разных видов детской деятельности, требующих активных движений (музыкалько-ритмические занятия, хозяйственно-бытовые поручения и пр.); * осуществлять дифференцированный подход к отбору содержания и средств физического воспитания с учетом возрастных физических и индивидуальных возможностей детей; * включать упражнения по нормализации деятельности опорно-двигательного аппарата, коррекции недостатков осанки, положения стоп; осуществлять профилактику и коррекцию плоскостопия у детей; * объяснять значение, формировать навыки и развивать потребность в выполнении утренней гимнастики, закаливающих процедур (при участии взрослого); * учить детей элементарно рассказывать о своем самочувствии, объяснять, что болит; * развивать правильное физиологическое дыхание: навыки глубокого, ритмического дыхания с углубленным, но спокойным выдохом; правильного носового дыхания при спокойно сомкнутых губах; * проводить игровые закаливающие процедуры с использованием полифункционального оборудования (сенсорные тропы и дорожки, сухие бассейны), направленные на улучшение венозного оттока и работы сердца, улучшение тактильной чувствительности тела, увеличение силы и тонуса мышц, подвижности суставов, связок и сухожилий, расслабление гипертонуса мышц и т. п.; * побуждать детей рассказывать о своем здоровье, о возникающих ситуациях нездоровья; * привлекать родителей к организации двигательной активности детей, к закреплению у детей представлений и практического опыта по основам ЗОЖ |

**Методы и приемы коррекционно-развивающей работы с детьми с ОВЗ**

В целях направленного развития физических качеств у детей с ОВЗ используются те же методы, что и для здоровых детей:

Традиционно различаются три группы методов:

1. Наглядные методы, к которым относятся:

- имитация (подражание);

- демонстрация и показ способов выполнения физкультурных упражнений, которому следует привлекать самих воспитанников;

- использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, видеофильмы и т.д.);

- использование зрительных ориентиров, звуковых сигналов: первые побуждают детей к деятельности, помогают им уточнить представления о разучиваемом движении, овладеть наиболее трудными элементами техники, а также способствуют более эффективному развитию воссоздающего воображения; вторые применяются для освоения ритма и регулирования темпа движений, а также как сигнал для начала и окончания действия, чувства ритма и музыкальных способностей.

2. **К словесным методам** относятся название инструктором по физической культуре упражнений, описания, объяснения, комментирование хода их выполнения, указания, распоряжения, вопросы к детям, команды, беседы, рассказы, выразительное чтение стихотворений и многое другое.

3. **К практическим методам** можно отнести выполнение движений (совместно – распределённое, совместно – последовательное выполнение движений вместе с педагогом и самостоятельное выполнение), повторение упражнений с изменениями и без, а также проведение их в игровой форме, в виде подвижных игр и игровых упражнений, и соревновательной форме.

**Для коррекции и развития используются следующие методические приемы:**

- элементы новизны в изучаемом физическом упражнении (изменение исходного положения, направления, темпа, усилий, скорости, амплитуды, привычных условий и др.);

- симметричные и асимметричные движения;

- релаксационные упражнения, смена напряжения и расслабления мышц;

- упражнения на реагирующую способность (сигналы разной модальности на слуховой и зрительный аппарат);

- упражнения на раздражение вестибулярного аппарата (повороты, наклоны, вращения, внезапные остановки, упражнения на ограниченной, повышенной или подвижной опоре);

- упражнения на точность различения мышечных усилий, временных отрезков и расстояния (использование тренажеров для «прочувствования» всех параметров движения, предметных или символических ориентиров, указывающих направление, амплитуду, траекторию, время движения, длину и количество шагов);

- упражнения на дифференцировку зрительных и слуховых сигналов по силе, расстоянию, направлению; - воспроизведение заданного ритма движений (под музыку, голос, хлопки и т. п.);

- пространственная ориентация на основе кинестетических, тактильных, зрительных, слуховых ощущений (в зависимости от сохранности сенсорных систем); - упражнения на мелкую моторику кисти (жонглирование предметами, пальчиковая гимнастика и др.);

- парные и групповые упражнения, требующие согласованности совместных действий.

Таким образом, применение комплекса методов и приемов при работе с детьми с ОВЗ помогает более качественно организовать коррекционно-развивающую работу.

**2.8. События образовательной организации**

В ДОО разработан годовой цикл воспитательной работы, в основе которой - общие для всего детского сада событийные мероприятия. Событийный подход рассматривается педагогическим коллективом детского сада как педагогическая технология организации и осуществления значимых событий в жизни ребенка или коллектива детей.

Свою работу инструктор по физкультуре также организует в рамках событийности. Основой для планирования являются примерные темы (праздники, события, проекты, явления), которые ориентированы на все направления развития ребенка дошкольного возраста и посвящены различным сторонам человеческого бытия, а также вызывают личностный интерес детей.

В событийных мероприятиях участвуют дошкольники разных возрастов. Проводятся государственные и народные праздники, отмечаются памятные даты, традиционные мероприятия.

На уровне детского сада:

- социальные праздники: День Победы, День России, День народного единства, День защитника Отечества, Праздник весны и труда, 8 Марта;

- мероприятия духовно-нравственной жизни: День волонтёра, День доброты, День друзей и др.;

- мероприятия по теме искусства и литературы: День поэзии, День детской книги, День театра и др.;

- традиционные праздничные события общества: Новый год, День матери, День космонавтики, День пожилого человека и др.;

- социальные акции: «Бессмертный полк», «Друзья наши меньшие», «Поздравим ветерана» и др.;

- события народной культуры и народных традиций: Рождество, Масленица и др.

- социальные проекты: «Путешествие по родному краю», «Народные традиции России», «Мой любимый детский сад».

На уровне групп:

- «День рождения»;

- «Наши соседи» (поход в гости в соседнюю группу с физкультурными развлечениями);

- «Любимые игры детей нашей группы».

Во все указанные мероприятия включены подвижные игры, народные игры, физкультурные или оздоровительные упражнения, эстафеты, соревнования.

Дополнительно, в рамках ОО «Физическое развитие», проводятся традиционные физкультурно-оздоровительные и спортивные праздники: «Осенняя спартакиада», «Летняя Олимпиада», «Зимняя олимпиада», «День здоровья», «День физкультурника», «Неделя туриста», спортивный праздник «Вместе с папой» и другие событийные мероприятия.

Яркая наглядность (оформление места проведения события согласно тематике), творческое игровое действие, неожиданность и сюрпризность - обязательные критерии подготовки и проведения мероприятия.

По итогам события проводится обмен мнениями и впечатлениями, анализируются полученные результаты, определяется эффективность воспитательного воздействия, учитывается положительный и негативный опыт организации и осуществления события. С учетом проведенного анализа вносятся коррективы в воспитательный процесс.

Событийные мероприятия воспитательного характера позволяют систематизировать, обобщить и свести эмоционально-ценностные представления дошкольников в единую гармоничную картину окружающего мира и вызывают позитивный эмоциональный отклик в сознании детей всех возрастов.

**Перспективный план спортивных мероприятий, развлечений**

**в группе раннего возраста общеразвивающей направленности «Фантазёры»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Месяц** | **Название мероприятия** |
| **Сентябрь** | Неделя здоровья  Спортивное развлечение «Добрый день для всех друзей» |
| **Октябрь** | Спортивное развлечение «Осень, осень – в гости просим!» |
| **Ноябрь** | Спортивное развлечение «Вместе весело шагать, бегать, прыгать и скакать!» |
| **Декабрь** | Спортивное развлечение «Шарики – смешарики!» |
| **Январь** | Спортивное развлечение «В гостях у Снеговика» |
| **Март** | Неделя здоровья  Спортивное развлечение «День веселых мячей» |

**2.9. Часть, формируемая участниками образовательного процесса**

**2.9.1. Программа «Радуга здоровья»**

**Современные здоровьесберегающие технологии, нацеленные на сохранение и повышение уровня физического здоровья воспитанников**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Виды здоровьесберегающих педагогических технологий** | **Время проведения в режиме дня** | **Особенности методики проведения** | **Ответственный** |
| **1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья** | | | |
| Ритмопластика | Не раньше, чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин. со среднего возраста | Обратить внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и ее соразмерность возрастным показателям ребенка | Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, педагог ДО |
| Динамические паузы | Во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей | Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия | Воспитатели |
| Подвижные и спортивные игры | Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой со средней степенью подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп | Игры подбираются е соответствие с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В ДОУ используем лишь элементы спортивных игр | Воспитатели,  Инструктор по физической культуре |
| Релаксация | В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп | Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы | Воспитатели, психолог, инструктор по физической культуре |
| Гимнастика пальчиковая | С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно | Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время) | Воспитатели, логопед |
| Гимнастика для глаз | Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста | Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога | Все педагоги |
| Гимнастика дыхательная | В различных формах физкультурно-оздоровительной работы | Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры | Все педагоги |
| Гимнастика бодрящая | Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин. | Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание; ходьба по ребристым дощечкам; легкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях и другие в зависимости от условий ДОУ | Воспитатели инструктор по физической культуре |
| Гимнастика корригирующая | В различных формах физкультурно-оздоровительной работы | Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей | Воспитатели,  инструктор по физической культуре |
| **2. Технологии обучения здоровому образу жизни** | | | |
| Физкультурное занятие | 2-3 раза в неделю в спортивном или музыкальном залах. Ранний возраст - в групповой комнате, 10 мин. Младший возраст- 15- мин., средний возраст – 20 мин., старший возраст - 25-30 мин. | Занятия проводятся в соответствии программой, по которой работает ДОУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение | Воспитатели,  инструктор по физической культуре |
| Проблемно-игровые (игротреннинги и игротерапии) | В свободное время, можно во второй половине дня. Время не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом | Занятие может быть организовано не заметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности | Воспитатели, психолог |
| Коммуникативные игры | 1-2 раза в неделю по 30 мин. со старшего возраста | Занятия строятся по определенной схеме и состоят из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой и др. | Воспитатели, психолог |
| Минутки здоровья | 1 раз в неделю по 5-10 мин. со среднего возраста | Могут быть включены в сетку занятий в качестве познавательного развития | Воспитатели,  инструктор по физической культуре |
| Самомассаж | В зависимости от поставленных педагогом целей, сеансами либо в различных формах физкультурно-оздоровительной работы | Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму | Воспитатели, ст. медсестра,  инструктор по физической культуре |
| Точечный самомассаж | Проводится в преддверии эпидемий, в осенний и весенний периоды в любое удобное для педагога время со старшего возраста | Проводится строго по специальной методике. Показана детям с частыми простудными заболеваниями и болезнями ЛОР-органов. Используется наглядный материал. | Воспитатели, ст. медсестра,  инструктор по физической культуре |

**Центр внедрения здоровьесберегающих технологий.**

«Здоровье детей — здоровье нации!». Этот лозунг нашел свое отражение во многих образовательных документах, в том числе и в Федеральных государственных образовательных стандартах дошкольного образования. По ФГОС одним из приоритетных направлений деятельности детского сада является проведение физкультурно-оздоровительной работы, в том числе и путем использования здоровьесберегающих технологий в ДОУ.

Здоровьесберегающие технологии в ДОУ по [ФГОС](https://pedsovet.su/fgos) отлично сочетаются с традиционными формами и методами в педагогике, дополняя их различными способами осуществления оздоровительной работы. Использование таких технологий решает целый ряд задач:

* закладывание фундамента хорошего физического здоровья;
* повышение уровня психического и социального здоровья воспитанников;
* проведение профилактической оздоровительной работы;
* ознакомление дошкольников с принципами ведения здорового образа жизни;
* мотивация детей на здоровый образ жизни;
* формирование полезных привычек;
* формирование валеологических навыков;
* формирование осознанной потребности в регулярных занятиях физкультурой;
* воспитание ценностного отношения к своему здоровью.

Формы работы с детьми в этом направлении разнообразны – это и занятия, и гимнастика, и уроки здоровья, и минутки здоровья, и оздоровительные паузы, и т.д. Одной из организационных форм являются – «минутки здоровья», которые включают различные здоровьесберегающие технологии. Они позволяют сформировать у маленького ребёнка интерес к своему здоровью, ответственность, внутреннюю активность, повысить самооценку, а также расширить кругозор.

«Минутки здоровья» проводятся в заключительной части НОД, длительность 1-3 минуты.

Виды здоровьесберегающих технологий, используемых в Минутках здоровья:

1. *Дыхательная гимнастика.*

Она представляет собой систему дыхательных упражнений, которые входят в комплекс коррекционной работы по укреплению общего здоровья ребенка. В ходе выполнения упражнений нужно особое внимание уделять характеру производимых вдохов и выдохов. Следует учить детей вдыхать через нос (вдохи должны быть короткими и легкими), а выдыхать через рот (выдох долгий). Также дыхательная гимнастика включает упражнения на задержку дыхания. Важно, чтобы у детей при выполнении упражнений на развитие речевого дыхания не напрягались мышцы тела, не двигались плечи.

1. *Пальчиковая гимнастика.*

Вид здоровьесберегающих технологий, который применяется не только для развития мелкой моторики рук (что важно для подготовки ребенка к рисованию, лепке и письму), но и для решения проблем с речевым развитием у детей. Пальчиковая гимнастика проводится в форме инсценировки стихотворных текстов с помощью пальцев. Это чуть ли не первая разновидность гимнастики, которую можно выполнять с детьми. В ходе проведения пальчиковой гимнастики дети производят активные и пассивные движения пальцами.  В ходе ее выполнения нужно следить, чтобы нагрузка на обе руки была одинаковой. Кроме этого необходимо помнить, что каждый сеанс пальчиковой гимнастики должен оканчиваться расслабляющими упражнениями.

1. *Самомассаж.*

Это массаж, выполняемый самим ребенком. Главная ценность массажа заключается в том, что он, прежде всего, влияет на нервную систему малыша, помогает ребенку снять общую усталость, помогает всем органам и системам работать бесперебойно и эффективно. Все упражнения должны выполняться на фоне позитивных ответных реакций ребенка. Самомассаж для детей выполняется в забавной игровой форме - точечный, игровой, в стихах, с использованием массажных мячиков, деталей конструктора, карандашей и даже бумаги это прекрасный способ расслабить мышцы и избавиться от нервно-эмоционального напряжения.

1. *Гимнастика для глаз.*

Также к здоровьесберегающим технологиям в ДОУ относится гимнастика для глаз. Она подразумевает проведение системы упражнений, направленных на коррекцию и профилактику нарушений зрения. Главное правило данной гимнастики состоит в том, что двигаться должны только глаза, а голова остается в неподвижном состоянии (кроме случаев, где предусмотрены наклоны головы). Все упражнения нужно делать стоя.

1. *Кинезиологические упражнения.*

Это комплекс движений, позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие. Они влияют не только на развитие умственных способностей и физического здоровья, но и позволяют активизировать различные отделы коры больших полушарий, что способствует развитию способностей человека и коррекции проблем в различных областях психики. Под влиянием кинезиологических упражнений в организме происходят положительные структурные изменения. Данные упражнения позволяют выявить скрытые способности ребёнка и расширить 4 границы возможностей его мозга. В частности, применение данного метода позволяет улучшить у ребенка память, внимание, речь, пространственные представления, мелкую и крупную моторику, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю.

1. *Корригирующая гимнастика.*

Разновидность лечебной гимнастики. У детей представляет собой систему спец. физ. упражнений, применяемых в основном для устранения нарушений осанки и искривлений позвоночника. Корригирующие упражнения имеют большое значение не только для укрепления мышц тела и разностороннего физического развития. Они воздействуют на сердечно-сосудистую систему, дыхательную и нервную системы. Выполняя упражнения для рук, ног, туловища, дети учатся управлять своими движениями, производить их ловко, координировано, с заданной амплитудой в определенном направлении, темпе, ритме.

1. *Су-джок.*

Одной из нетрадиционных технологий является Су-Джок терапия. Метод Су-Джок - это ультрасовременное направление акупунктуры, объединяющее древние знания медицины Востока и последние достижения европейской медицины. Упражнения с использованием Су-Джок обогащают знания ребенка о собственном теле, развивают тактильную чувствительность, мелкую моторику пальцев рук, опосредованно стимулируют речевые области в коре головного мозга, а также способствуют общему укреплению организма и повышению потенциального энергетического уровня ребенка. Кроме того, они помогают организовать занятия интереснее и разнообразнее, создают благоприятный психофизиологический комфорт детям во время занятия.

**Перспективный план проведения Минутки здоровья во 2-й группе раннего возраста**

**общеразвивающей направленности «Фантазёры» на 2024-2025 учебный год**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Дата** | **Здоровьесберегающие технологии** | **Комплексы Минутки здоровья** |
| Сентябрь | | | |
| 1. | 1-2 неделя  3-4 неделя | Дыхательная гимнастика  Пальчиковая гимнастика | «Послушаем своё дыхание», «Подыши одной ноздрёй», «Самолёт», «Дом маленький, дом большой».  «Моя семья», |
| Октябрь | | | |
| 2. | 5-6 неделя  7-9 неделя | Самомассаж  Гимнастика для глаз | «Утка и кот», «Наши ушки», «Дождик», «Божьи коровки».  «Белка», «Теремок», «Заяц», «Кошка». |
| Ноябрь | | | |
| 3. | 10-11 неделя  12-13 неделя | Кинезиологические упражнения  Корригирующая гимнастика | «Колечко», «Кулак—ребро—ладонь», «Лезгинка», «Зеркальное рисование».  «Качалочка», «Морская звезда», «Стойкий оловянный солдатик», «Самолет». |
| Декабрь | | | |
| 4. | 14-15 неделя  16-17 неделя | Су-джок  Дыхательная гимнастика | «Гномики-прачки», «Игрушки – зверюшки», «На прогулку», «Овощи».  «Ёж», «Цветы», «Жук», «Гуси летят». |
| Январь | | | |
| 5. | 18-19 неделя  20-21 неделя | Пальчиковая гимнастика  Самомассаж | «Помощник», «Игрушки», «На заправке», «Сказки».  «Гусь»,«Кто пасется на лугу», «Подарок маме», « Петух ». |
| Февраль | | | |
| 6. | 22-23 неделя  24-25 неделя | Гимнастика для глаз  Кинезиологические упражнения | «Глазкам нужно отдохнуть.», «Бабочка», «Мостик», «Стрекоза»  «Ухо—нос», «Змейка», «Горизонтальная восьмерка», «Робот». |
| Март | | | |
| 7. | 26-27 неделя  28-29 неделя | Су-джок  Дыхательная гимнастика | «Что в корзинку положу», «Хозяюшка», «Пальчики-зверушки»,  «Летят мячи», «Насос», «Подуем на плечо», «Куры». |
| Апрель | | | |
| 8. | 30-31 неделя  32-34 неделя | Самомассаж  Корригирующая гимнастика | «Паровоз», «Лес зеленый», «Ладошки», «Прогулка».  «Цапля», «Ах, ладошки, вы, ладошки!», «Карусель», «Маленький мостик». |
| Май | | | |
| 9. | 35-36 неделя  37-38 неделя | Гимнастика для глаз  Кинезиологические упражнения | «Ветер»,«Белка», «Теремок», «Дождик».  «Снеговик», «Велосипед», «Мельница», «Паровозик». |

**III. Организационный раздел**

**3.1. Особенности организации образовательной деятельности**

Физическое воспитание детей должно быть направлено на улучшение здоровья и физического развития, расширение функциональных возможностей детского организма, формирование двигательных навыков и двигательных качеств.

Важно обеспечивать оптимальный двигательный режим — рациональное сочетание различных видов занятий и форм двигательной активности, в котором общая продолжительность двигательной активности составляет не менее 60% от всего времени бодрствования. Работа по физическому развитию проводится с учетом здоровья и возраста детей, времени года, при постоянном контроле со стороны медицинских работников. Для достижения достаточного объема двигательной активности детей необходимо использовать все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений. Следует развивать инициативу детей в организации самостоятельных подвижных и спортивных игр и упражнений, поощрять самостоятельное использование детьми имеющегося физкультурного и спортивно-игрового оборудования. Для реализации двигательной деятельности детей используются оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом ребенка.

Занятия по физическому развитию для детей в возрасте от 2 до 3 лет организуются не менее 3 раз в неделю. В соответствии с действующими СанПиНами 1.2.3685-21 для детей 3–7 лет желательно один раз в неделю занятие по физическому развитию круглогодично организовывать на открытом воздухе. Занятия проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях большинство занятий физкультурой рекомендуется организовывать на открытом воздухе. Длительность занятий по физическому развитию во 2-й группе раннего возраста составляет — 10 минут. Ежедневно следует проводить с детьми утреннюю гимнастику. В середине статических занятий, требующих высокой умственной нагрузки, рекомендуется проводить физкультминутку длительностью 1–3 минуты.

**Структура занятий**

В каждой группе проводятся физкультурные занятия, которые имеют свои временные рамки. Продолжительность занятий:

2 группа раннего возраста – 10 минут

Каждое занятие состоит из:

1.Вводная часть направлена на улучшение эмоционального состояния, активацию внимания и подготовку детского организма к физическим нагрузкам основной части. Она включает в себя основные виды движений.

2.Основная часть (самая большая по объему и значимости) включает в себя тренировку разных групп мышц, совершенствование всех физиологических функций организма детей и состоит из общеразвивающих упражнений и основных видов движений по теме. Итогом основной части занятия является – тематическая подвижная игра высокой активности.

3.Заключительная часть выравнивает функциональное состояние организма детей. В ней воспитанники выполняют коррекционные и дыхательные упражнения, направленные на снижение двигательной активности, восстановление дыхания.

Третье физкультурное занятие проводится на улице в форме оздоровительно - игрового часа, которое направлено на удовлетворение потребности ребенка в движении, оздоровление посредством пребывания на свежем воздухе в сочетании с физической нагрузкой, организуемое в игровой форме. Такие занятия проводятся воспитателем, под строгим контролем инструктора по физической культуре в соответствии с учебным планом.

**Способы, применяемые в образовательной области «Физическая культура»**

**Фронтальный способ.** Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.

**Поточный способ.** Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданные формы проведения гимнастики данное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

**Групповой способ.** Дети по указанию инструктора распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).

**Индивидуальный способ**. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

**Расписание занятий по физической культуре на 2024-2025 г.**

**2-я группа раннего возраста «Фантазёры»**

Вторник – 9.20 - 9.30, 9.40 - 9.50 (по подгруппам)

Четверг – 10. 10 – 10.20

Пятница - 8.50 - 9.00, 9.10 - 9.20 (по подгруппам)

**Утренняя гимнастика:** 7.50 - 8.00 (в группе)

**3.2. Организация развивающей предметно – пространственной среды**

**Требования к развивающей предметно-пространственной среде**

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства организации, группы, а также территории, прилегающей к организации или находящейся на небольшом удалении, приспособленной для реализации Программы (далее — участок), материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей и коррекции недостатков их развития.

Развивающая предметно-пространственная среда должна обеспечивать возможность общения и совместной деятельности детей (в том числе детей разного возраста) и взрослых, двигательной активности детей, а также возможности для уединения.

Развивающая предметно-пространственная среда должна обеспечивать:

* реализацию различных образовательных программ;
* в случае организации инклюзивного образования — необходимые для него условия;
* учет национально-культурных, климатических условий, в которых осуществляется образовательная деятельность;
* учет возрастных особенностей детей.

Развивающая предметно-пространственная среда должна быть содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной.

**1. Насыщенность среды** должна соответствовать возрастным возможностям детей и содержанию Программы.

образовательное пространство должно быть оснащено средствами обучения и воспитания (в том числе техническими), соответствующими материалами, в том числе расходным игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем (в соответствии со спецификой Программы). организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря (в здании и на участке) должны обеспечивать:

* игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех воспитанников, экспериментирование с доступными детям материалами (в том числе с песком и водой);
* 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.

Для детей младенческого и раннего возраста образовательное пространство должно предоставлять необходимые и достаточные возможности для движения, предметной и игровой деятельности с разными материалами.

1. **Трансформируемость пространства** предполагает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.
2. **Полифункциональность материалов** предполагает:

* возможность разнообразного использования различных составляющих предметной среды, например, детской мебели, матов, мягких модулей, ширм и т. д.;
* наличие в организации или Группе полифункциональных (не обладающих жестко закрепленным способом употребления) предметов, в том числе природных материалов, пригодных для использования в разных видах детской активности (в том числе в качестве предметов-заместителей в детской игре).

1. **Вариативность среды** предполагает:

* наличие в организации или Группе различных пространств (для игры, конструирования, уединения и пр.), а также разнообразных материалов, игр, игрушек и оборудования, обеспечивающих свободный выбор детей;
* периодическую сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирующих игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей.

1. **Доступность среды** предполагает:

* доступность для воспитанников, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, всех помещений, где осуществляется образовательная деятельность;
* свободный доступ детей, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья, к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;
* исправность и сохранность материалов и оборудования.

1. **Безопасность предметно-пространственной среды** предполагает соответствие всех ее элементов требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования.

**3.3. Материально техническое обеспечение**

В ДОО созданы материально-технические условия, обеспечивающие:

1) возможность достижения обучающимися планируемых результатов освоения Программы;

2) выполнение ДОО требований санитарно-эпидемиологических правил и гигиенических нормативов.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Качество среды** | **Содержание развивающей предметно-пространственной**  **физкультурно-оздоровительной среды** |
| 1. | **Содержательно-насыщенная** | Группы оснащены физкультурным игровым оборудованием; в физкультурном зале и на участке детского сада имеется необходимое развивающее оборудование, тренажеры и инвентарь.  Все это обеспечивает:  - игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность детей всех категорий и возрастных групп;  - 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.  Для детей раннего возраста образовательное пространство предоставляет необходимые и достаточные возможности для движения, предметной и игровой деятельности с разными материалами. |
| 2. | **Трансформируемость** | Предполагается возможность изменений предметно-пространственной среды физкультурного зала и групп в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей. |
| 3. | **Полифункциональность** | Планированием образовательной деятельности по оздоровлению и физическому развитию детей предусмотрено:  - возможность разнообразного использования различных составляющих предметной среды физкультурного зала, например, детской мебели (по прямому назначению и для игры), мягких игровых модулей, игровых ширм, мягких матов, которые также используется в различных видах двигательной деятельности.  - наличие в физкультурном зале или группе полифункциональных предметов, пригодных для использования в разных видах двигательной активности (в том числе в качестве предметов-заместителей в подвижных играх). |
| 4. | **Вариативность** | Предусмотрено:  - наличие в физкультурном зале и группах различных пространств (для подвижных игр, самостоятельной физкультурно-оздоровительной деятельности и пр.), а также разнообразных материалов, игр, игрушек и оборудования, обеспечивающих свободный выбор детей;  - периодическая сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирующих игровую, двигательную и познавательную активность детей. |
| 5. | **Доступность** | Предусмотрено:  - доступность для воспитанников, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, всех помещений, где осуществляется образовательная деятельность по физическому развитию дошкольников;  - свободный доступ детей, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья, к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;  - исправность и сохранность материалов и оборудования. |
| 6. | **Безопасность** | Предусмотрено:  - соответствие всех элементов развивающей предметно-пространственной физкультурно-оздоровительной среды требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования. |

**Перечень инвентаря физкультурного зала**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Спортивное оборудование*** | ***Инвентарь для развития силы*** |
| Доска гладкая с зацепами  Лестница деревянная с зацепами  Лестница для перелезания  Перекладина гимнастическая  Скамейка гимнастическая  Скамейка гимнастическая  Скамейка гимнастическая  Скамейка гимнастическая  Стенка гимнастическая деревянная  Сетка для окон  Спортивный уголок  Корзина для заброса мячей  Стойки для мячей | Гантели красные (большие)  Гантели красные (маленькие)  Гантели синие  Гантели  Гантели серые  Мячи набивной IDEAL  Мяч тяжёлый  Утяжелитель для фитнесса  Канаты |
| ***Инвентарь для проведения спортивных и подвижных игр.*** | ***Инвентарь для проведения занятий по гимнастике***  ***и развития координации движений*** |
| Мячи для прыжков Фитбол  Набор «Боулинг» мягкий  Набор «Боулинг» большой  Набор для настольного тенниса  Ракетки пластмассовые  Сетка волейбольная  Сетка на футбольные ворота  Рыбки на магните  Самокат  Табло для спортивных игр  Фишки красные (малые)  Фишки оранжевые  Фишки футбольные  Футбольные мячи  Ходунки  Щит баскетбольный навесной с корзиной  Щит для метания  Эстафетные палочки  Игра «Парашют»  Игра «Городки»: Бита  Фишки  Шайбы пластмассовые  Шайбы хоккейные  Аттракцион «Лошадки»  «Лестница – чудесница»  Игра «Дартс»  Дротики  Батут  Насос для батута  Хоккейные клюшки детские  Туннель  Мягкие модули  Шторки для туннеля  Мешки для прыжков (детские)  Мешки для прыжков (взрослые)  Мячи мягкие  Мяч тенисный  Обруч гимнастический  Палка гимнастическая  Лыжи «Лыжный патруль»  Лыжи «Лыжный патруль»  Лыжи «Лыжный патруль»  Лыжные палки  Лыжные палки  Лыжные ботинки  Лыжные ботинки  Лыжные ботинки  Лыжные ботинки  Лыжные ботинки  Конус спортивный с утяжелителем  Конус спортивный с отверстиями  Майка-номер «Лыжный патруль» (взрослый)  Майка-номер «Лыжный патруль» (детский)  Насос  Лестница для развития координации движений  Клюшки хоккейные (деревянные)  Мячи резиновые  Мячи резиновые  Мячи футбольные  Сетка для мячей  Мешки для обуви  Бадминтон  Баскетбольные мячи  Баскетбольные мячи  Волейбольные мячи  Кегли  Клюшки хоккейные детские  Кольцебросс  Конусы для разметки игрового поля | Гимнастические ленты на кольцах  Кирпичики  Коврики гимнастические  Косички  Кубики  Массажные дорожки  Мат гимнастический  Мешочки набивные ONLITOP  Мешочки набивные круглые  Мешочки набивные красные  Мячи малые резиновые  Мячи пластмассовые  Мячи набивные  Обруч большой  Обручи для подлезания  Обруч малый  Палка гимнастическая  Палка гимнастическая  Скакалки  Следы  Мячи для коррекции плоскостопия  Бубен  Коврик многофункциональный  Кубик деревянный  Гимнастические палки  Коврик массажный OPTO ПАЗЛ  Табличка детский сад «Алёнка»  Мячи средние  Дуги для пролезания (большие)  Балансиры деревянные  Полусферы массажные |

**3.4. Методические издания**

1. Аксенова З.Ф. «Спортивные праздники в детском саду», изд. «Творческий центр», Москва, 2004г.
2. [Борисова М. М.](https://shkola7gnomov.ru/author/borisova-m-m/) [Малоподвижные игры и игровые упражнения (3-7 лет) ФГОС](https://shkola7gnomov.ru/catalog/knigi-dlya-dou/fgos-malopodvizhnye-igry-i-igrovye-uprazhneniya-3-7-let_1/) Мозаика Синтез 2020
3. Вайн Х. Как научиться играть в футбол: Школа технического мастерства для молодых \ Пер. с итал. – М.: Терра – Спорт, Олимпия Пресс, 2004.
4. Голубева Л.Г. Гимнастика и массаж для самых маленьких: Пособие для родителей и воспитателей – М.: Мозаика-Синтез, 2012-80с.-соответствует ФГОС
5. Желобкович Е.Ф. Футбол в детском саду. Конспекты занятий. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2009
6. Картушина М.Ю. «Сценарии оздоровительных досугов для детей 5-6 лет», изд. «Творческий центр»
7. Картушина М.Ю. «Сценарии оздоровительных досугов для детей 6-7 лет», изд. «Творческий центр»
8. Лапшин О.Б. – Теория и методика подготовки юных футболистов. – М.: Человек, 2014.
9. Лисина Т.В., Морозова Г.В. Подвижные тематические игры для дошкольников. – М.: ТЦ Сфера, 2014
10. Нищева Н.В. «Подвижные и дидактические игры на прогулке». 2-е изд., испр. и доп. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2019. - (Методический комплект программы Н.В. Нищевой)
11. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-7 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2021
12. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду. (3-4 года). – М.: Мозаика-Синтез, 2021
13. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду. (4-5 лет). Средняя группа. – М.: Мозаика-Синтез, 2021
14. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду. (5-6 лет). Старшая группа. – М.: Мозаика-Синтез, 2021
15. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду. (6-7 лет). Подготовительная к школе группа. – М.: Мозаика-Синтез, 2021
16. [Сборник подвижных игр для занятий с детьми 2-7 лет. ФГОС](https://shkola7gnomov.ru/catalog/knigi-dlya-dou/sbornik-podvizhnykh-igr-dlya-zanyatiy-s-detmi-2-7-let-fgos/) [Степаненкова Э. Я.](https://shkola7gnomov.ru/author/stepanenkova-e-ya/) Мозаика Синтез 2020
17. Степаненкова Э. Я. Сборник подвижных игр (2-7 лет) – М.: Мозаика-Синтез, 2021
18. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.
19. Сулим Е.В. Зимние занятия по физкультуре с детьми 5-7 лет: Планирование, конспекты. – М.: ТЦ Сфера, 2011.

**3.5. Организация образовательного процесса**

**Организация образовательного процесса по оздоровлению и физическому развитию детей заключаются:**

- в обеспечении вариативности и разнообразия содержания образовательного процесса по ОО «Физическое развитие»;

- в осуществлении образовательной деятельности на протяжении всего времени нахождения ребенка в дошкольном учреждении;

- в реализации двигательной деятельности в игровой форме;

- в возрастной адекватности дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и индивидуальным особенностям развития детей), обучение воспитанников в специфически детских видах двигательной деятельности;

- в повышении роли семьи при взаимодействии с дошкольным учреждением, включении родителей в образовательную деятельность, поддержке образовательных инициатив семьи по оздоровлению и физическому развитию детей;

- в организации развивающей предметно-пространственной среды как важнейшего условия успешной реализации ФГОС ДО по ОО «Физическое развитие».

Реализация задач по освоению содержания Программы происходит в двух основных формах организации образовательного процесса:

- совместной деятельности взрослого и детей;

- самостоятельной деятельности детей.

В детском саду время образовательной деятельности организуется таким образом, чтобы вначале проводились наиболее насыщенные по содержанию виды деятельности, связанные с умственной активностью детей, максимальной их произвольностью, а затем творческие виды деятельности в чередовании с музыкальной и физической активностью.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, условия организации образовательного процесса соответствуют требованиям, предусмотренным СанПиН 1.2.3685-21 и СП 2.4.3648-20.

Режим дня строится с учётом сезонных изменений. В теплый период года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе, образовательная деятельность переносится на прогулку (при наличии условий).

Согласно СанПиН 1.2.3685-21 при температуре воздуха ниже минус 15°С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают.

При осуществлении режимных моментов учитываются также индивидуальные особенности ребёнка (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер, темп деятельности и так далее).

Согласно СанПиН 1.2.3685-21 ДОО может корректировать режим дня в зависимости от типа организации, и вида реализуемых образовательных программ, сезона года.

Согласно пункту 2.10 СП 2.4.3648-20 к организации образовательного процесса и режима дня должны соблюдаться следующие требования:

- режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учётом возрастных особенностей и состояния здоровья;

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

- физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристские походы, спортивные соревнования организуются с учётом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. ДОО обеспечивает присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях и на занятиях в плавательных бассейнах;

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