Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад №39 комбинированного вида

Колпинского района Санкт-Петербурга

**«Принято» «Утверждено»**

Педагогическим советом №\_\_\_\_\_ Заведующий ГБДОУ №39

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.М. Бабусенко

Протокол № \_\_\_\_\_\_от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ приказ № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Рабочая программа по физической культуре**

**образовательная область «Физическое развитие» для детей 3-4 лет**

**на 2019-2020 учебный год**

Программа разработана

инструктором по физической культуре:

**Меньшовой Еленой Викторовной**

**Санкт-Петербург**

**2019**

**Содержание**

**1. Целевой раздел**…………………………………………………………………………....3

1.1 Пояснительная записка

**2.** **Содержательный раздел**………………………………………………………………...6

2.1 Примерное планирование образовательной деятельности по физическому развитию детей 3 - 4 лет (сентябрь-декабрь).

* Организация двигательного режима.
* Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы.
* Еженедельное помесячное планирование.

2.2 Промежуточный мониторинг (модель) освоения детьми

образовательной области «Физическое развитие» (декабрь)………………………….……27

2.3 Примерное планирование образовательной деятельности по физическому развитию детей 3 - 4 лет (январь-май)…………………………………………………………………...28

* Организация двигательного режима.
* Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы.
* Еженедельное помесячное планирование.

2.4 Итоговый мониторинг (модель) освоения детьми

образовательной области «Физическое развитие» (май)………………………….………...51

2.5 Содержание психолого – педагогической работы……………………………...………53

* Рекомендации воспитателю.
* Физкультурно – игровая деятельность.

**3. Организационный раздел**…………………………………………….………….……....57

3.1 Учебно – методическое обеспечение образовательного процесса (примерное).

**4. Список литературы**………………………………………………….…..……………….60

**5. Приложение (анкета для родителей)**……………………….……………...........……...62

**Целевой раздел**

1.1 Пояснительная записка

Рабочая программа является общеразвивающей программой физкультурно-оздоровительной направленности. Программа предусматривает освоение содержания основной образовательной программы дошкольного образования, дополняет ее и способствует гармоничному физическому развитию детей, стимулируя их познавательную мотивацию, творческий потенциал, навыки здорового образа жизни, формирует интерес и ценностное отношение к занятиям физической культурой

.Рабочая программа по физическому воспитанию составлена для организации работы с детьми 3 - 4 летнего возраста характеризует систему организации образовательной деятельности инструктора по физическому развитию. Рабочая программа разработана на основе «Основной образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ детского сада №39 комбинированного вида Колпинского района Санкт-Петербурга» и в соответствии с нормативными документами. Программа составлена с учетом основных требований ФГОС ДО и его образовательной области «Физическое развитие», где приоритетом является приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: - двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма; - развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны);- формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; - становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;- становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек).В программе предусмотрены основные принципы ФГОС ДО:- принцип активного и полноценного проживания ребенком всех этапов детства;- принцип наглядности;- принцип непрерывности процесса физического воспитания;- принцип последовательности построения системы занятий.Методологическую основу рабочей программы составляют педагогические научные разработки по интеграции двигательной и познавательной деятельности с учетом личностно-ориентированного и индивидуального подхода (В.И. Андреева, В.В. Беловой, В.П. Беспалько, В.З. Вульфова, З.А. Красновского, М.М. Кулибабы, И.Я. Лернера).В содержании заложены амплификация детского развития (обогащение развития ребёнка как личности) А.В. Запорожца – максимальное обогащение содержания специфически детскими формами игровой практической деятельности, а также общения детей друг с другом и со взрослыми с целью формирования психических свойств и качеств, а также развития у ребёнка потребности в движении (двигательной инициативы).Педагогической целесообразностью Программы являются перспективные инициативы в физическом развитии детей, связанные с безопасной здоровьесберегающей образовательной средой и социально – значимыми ценностями.

Программа разработана в соответствии с нормативными правовыми документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

* Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15.05.2013г. №26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
* Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».

Основополагающим компонентом программы является *учет* *возрастных особенностей детей* 3 – 4 лет: трехлетний ребенок владеет основными жизненно важными движениями (ходьба, бег, лазание, действия с предметами). Возникает интерес к определению соответствия движений образцу. Дети испытывают свои силы в более сложных видах деятельности, но вместе с тем им свойственно неумение соизмерять свои силы со своими возможностями. Моторика выполнения движений характеризуется более или менее точным воспроизведением структуры движения, его фаз, направления и т.д.

К четырем годам ребенок может без остановки пройти по гимнастической скамейке (руки в стороны), ударять мяч об пол и ловить его двумя руками (3 раза подряд), перекладывать по одному мелкие предметы (пуговицы, горошины и т.п. - всего 20 шт.) с поверхности стола в небольшую коробку (правой рукой). Начинает развиваться самооценка при выполнении физических упражнений. Дети этого возраста ориентируются в значительной мере на оценку педагога.

В содержательной части программы отражены все программные основные виды движений: построение, перестроение, ходьба, бег, равновесие, прыжки, бросание, ловля, метание, ползание, лазание, спортивные упражнения. Значительная роль отведена подвижной игре. Подвижные игры способствуют не только совершенствованию движения играющих, развитию зрительного, слухового внимания, быстроты, двигательной реакции на ориентировку в пространстве и во времени, точности в расчете своих сил, ловкости, быстроты, координации движений. В них воспитываются такие качества личности как решительность, настойчивость, товарищеская взаимопомощь, дружеское отношение к участникам игр, коллективизм, которые косвенно влияют на речевое развитие ребенка.

Таким образом, подвижные игры необходимы для единства психофизического, интеллектуального, нравственного, эмоционального воспитания; для достижения полной гармонии с самим собой и с окружающим миром; для возможности реализации свободы и выбора действий, что является необходимым для качественной подготовки детей, в условиях дошкольной образовательной организации.

Рабочая программа учитывает направления ФГОС ДО, где одним из требований

является «… взаимодействие с родителями, вовлечение их в образовательную деятельность, в том числе посредством образовательных проектов и поддержки образовательных инициатив семьи» (ФГОС ДО, раздел 3, статья 3.2.5).

Участие родителей в физкультурных праздниках, эстафетах, спортивных состязаниях отражено в содержании образовательной деятельности.

Цель: создание условий для освоения ребенком физических навыков и умений в двигательной деятельности.

Задачи:

- формирование устойчивого интереса и потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании;

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);

- накопление и обогащение двигательного опыта у детей (овладение основными движениями).

Рабочая программа состоит их трех разделов: целевого, содержательного, организационного.

В целевом разделе отражены вопросы целеполагания, постановки задач, основные подходы и принципы к физическому развитию дошкольников, возрастные особенности.

Содержательный раздел представлен в табличном варианте, в виде годового еженедельного планирования образовательной деятельности по физическому развитию дошкольников. Формат изложения материала представляет вариант нового поколения планирования рабочих программ.

Новизна заключается:

- в интеграции тем, видов, форм образовательной двигательной деятельности;

- в добавлении раздела «Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельной двигательной деятельности», с четким определением того, что освоил ребенок в ходе каждого занятия, каково его индивидуальное развитие в процессе самостоятельного выполнения двигательных заданий, упражнений, игровых действий;

- в определении целевых ориентиров по каждой конкретной теме.

На каждый месяц определена единая цель и основная задача. Цель и задача месяца реализуются через конкретное содержание, которое прописано в теме недели.

За учебный год дети осваивают более ста основных движений, 78 подвижных игр.

В программе представлена модель (образец) мониторинга. В декабре предусмотрен промежуточный мониторинг, в мае – итоговый. Мониторинг включает в себя качественные показатели освоения элементов техники основных движений, примерный протокол проведения диагностики развития двигательных качеств у детей 3-4 лет.

В содержательном разделе дан образец технологической карты с пояснениями по ее заполнению.

Содержание психолого – педагогической работы составлено в виде рекомендаций воспитателю. Рекомендации предусматривают преемственность и единый подход к игровой двигательной деятельности, к проведению подвижных игр в повседневной жизни.

Организационный раздел включает в себя методическое обеспечение образовательного процесса.

Результатом реализации рабочей программы являются целевые ориентиры:

- сформированность у ребенка положительной мотивации к занятиям физической культурой и спортом;

- развитость любознательности и познавательной активности;

- развитость крупной и мелкой моторики, контроль за своими движениями, способность к волевым усилиям, преодоление трудностей;

- развитость умений общаться со сверстниками и взрослыми, действовать вместе, в команде с другими детьми;

- достаточно продолжительную познавательную и физическую работоспособность.

1. **Содержательный раздел**

2.1 Примерное планирование образовательной деятельности по физическому развитию детей 3 – 4 лет.

**Сентябрь**

|  |  |
| --- | --- |
| Календарные сроки | Содержание деятельности |
| 1 неделя (два занятия) | Тема первой недели: «Ходьба и бег». |
| 2 неделя (два занятия) | Тема второй недели: «Ходьба и бег. Прыжки». |
| 3 неделя (два занятия) | Тема третьей недели: «Мы всегда в движении». |
| 4 неделя (два занятия) | Семейно – групповой спортивный праздник. Эстафета. |

**Организация двигательного режима**

|  |  |
| --- | --- |
| Физкультурные занятия | 2 раза в неделю |
| Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений | 3 раза в неделю |
| Музыкально – ритмические движения | 2 раза в неделю |
| Оздоровительный бег | Ежедневно |

**Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы**

|  |
| --- |
| Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями). |
| Использование спортивной предметно – развивающей среды. |
| Использование современного спортивного инвентаря и оборудования. |
| Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья. |

1 неделя (два занятия: первое на ознакомление, второе на повторение, закрепление)

Нумерация занятий: 1, 2.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создание условий для приобретения двигательного опыта в процессе разных видов деятельности.  **Задача:** научить простейшим спортивным двигательным навыкам в процессе разных видов деятельности. | **Тема первой недели: «Ходьба и бег»**  Краткое содержание:  - коммуникативная деятельность;  - двигательная деятельность;  - речевая деятельность;  - художественно – эстетическая деятельность;  - игровая деятельность. | **Коммуникативная.**  Краткая беседа о красивой ритмичной ходьбе и легком беге.  **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения (по выбору педагога) и основные движения по теме недели.  Ходьба и бег в колонне по одному. Ходьба и бег по сигналу.  Ходьба и бег между линиями.  **Речевая.**  По ровненькой дорожке (ходьба в ритме стихотворения) По ровненькой дорожке Шагают наши ножки. Раз-два, раз-два.  **Художественно – эстетическая.**  Слушаем музыку «Ходим – бегаем»  Задания: определить, под какую музыку надо идти, а под какую бегать.  **Игровая.**  Подвижные игры под музыку «Ходим – бегаем», «Иди – стой» | - ребенок участвует в беседе;  - самостоятельно выполняет с чередованием ходьбу и бег;  - выполняет общеразвивающие упражнения:  - слушает, запоминает и одновременно выполняет движения в ритме стиха;  - слушает музыку;  - участвует в игровой деятельности. | - умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление;  - выполняет легкий бег;  - проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях;  - умеет реагировать на сигналы «беги», «стой». |

2 неделя (два занятия: первое на ознакомление, второе на повторение, закрепление)

Нумерация занятий: 3,4.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создание условий для приобретения двигательного опыта в процессе разных видов деятельности.  **Задача:** научить простейшим спортивным двигательным навыкам в процессе разных видов деятельности. | **Тема второй недели: «Ходьба и бег. Прыжки»**  Краткое содержание:  - коммуникативная деятельность;  - двигательная деятельность;  - речевая деятельность;  - художественно – эстетическая деятельность;  - игровая деятельность | **Коммуникативная.**  Беседа о пользе движения и двигательных упражнений.  **Двигательная.**  Повторение, закрепление.  Общеразвивающие упражнения и основные движения по теме недели.  «Веселые руки».  И.п.: ноги слегка расставлены, руки внизу. Поднять руки вперед, повертеть ладонями, опустить. Повторить 5 раз. «Веселые ноги».  И. п.: сидя на полу, ноги в стороны, руки внизу. Наклониться вперед, дотронуться до носков, выпрямиться. Повторить 5 раз.  «Прыжки на месте на двух ногах».  И.п.: ноги слегка расставлены, руки внизу. Выполнить 8 прыжков на месте.  Ходьба друг за другом.  Ходьба и бег в колонне по одному. Ходьба и бег по сигналу.  Ходьба и бег между линиями.  Прыжки на двух ногах на месте.  Прыжки с продвижением вперед на 2 метра.  **Речевая.**  Слушаем, запоминаем.  «Стоит в лесу избушка, А в ней живёт Петрушка, К нему идёт зверюшка Попрыгать-поиграть! (выполнение игровых движений) Олени, Носороги, Медведи из берлоги Приходят друг за дружкой Попрыгать-поиграть! (выполнение игровых движений)»  **Игровая.**  Подвижные игры с ходьбой «К куклам в гости», «Кто тише».  Подвижные игры с бегом «Догони меня», «По тропинке».  Подвижные игры с прыжками «Обезьянки».  **Художественно – эстетическая.**  Слушаем музыку  М. Сатулина «Мячики»  и прыгаем как мячики. | - ребенок участвует в беседе;  - участие в двигательной деятельности;  - выполнение игровых движений в ритме стиха;  - участие в подвижных играх;  - слушание музыки и выполнение прыжков под музыку. | - ребенок может поддерживать беседу;  - умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление;  - выполняет легкий бег;  - проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях;  - с интересом слушает стихи и выполняет характерные движения персонажей;  - умеет взаимодействовать со сверстниками. |

3 неделя (два занятия: первое на ознакомление, второе на повторение, закрепление)

Нумерация занятий: 5, 6.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создание условий для приобретения двигательного опыта в процессе разных видов деятельности.  **Задача:** научить простейшим спортивным двигательным навыкам в процессе разных видов деятельности. | **Тема третьей недели: «Мы всегда в движении»**  Краткое содержание:  -коммуникативная деятельность;  - познавательно-исследовательская деятельность;  - двигательная деятельность;  - речевая деятельность;  - художественно - эстетическая деятельность;  - игровая деятельность. | **Коммуникативная.**  Краткая беседа о пользе двигательных упражнений.  **Познавательно – исследовательская.**  Загадки  «Стукнешь о стенку – а я отскачу;  бросишь на землю - а я поскачу,  я из ладоней в ладони лечу,  смирно лежать не хочу» (Мяч) и другие загадки.  **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения и основные движения по теме недели.  «Раскачивание рук».  И.п.: ноги слегка расставлены, руки с кубиком внизу. Раскачивать руками вперед-назад, повторить 2 раза.  «Постучи кубиком».  И. п.: ноги на ширине плеч, руки с кубиком внизу. Наклониться вперед, постучать кубиком по коленям, выпрямиться. Повторить 2 раза.  «Положи кубик».  И.п.: ноги слегка расставлены, руки с кубиком внизу. Присесть, положить кубик на пол между ног, выпрямиться, присесть, взять кубик, выпрямиться. Повторить 2 раза.  Перестроение из круга. Бег. Ходьба друг за другом. Ползаем, лазаем.  Ползание на четвереньках по прямой, между предметами.  Лазание по гимнастической стенке высота – 1.5 метра.  Ходьба и бег в колонне по одному. Ходьба по наклонной доске с удержанием равновесия.  **Игровая.**  Игры с мячом «Найди мяч», «Мой веселый звонкий мяч»  **Трудовая.**  Уборка мячей и оборудования. | Участие в беседе.  Самостоятельное отгадывание загадок.  Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений: «Раскачивание рук», «Постучи кубиком», «Положи кубик».  Ползание на четвереньках по прямой, между предметами.  Лазание по гимнастической стенке.  Участие в игровой деятельности.  Участие в трудовой деятельности. | - ребенок может поддерживать беседу;  - проявляет волевые усилия в ползании и лазании;  - проявляет инициативу в подвижных играх;  - проявляет активность в трудовой деятельности. |

4 неделя (два занятия: первое на ознакомление, второе на повторение, закрепление)

Нумерация занятий: 7,8

7 занятие – подготовка к семейно – групповой эстафете.

8 занятие – проведение спортивного праздника.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Семейно – групповой спортивный праздник.** Эстафета.  **Цель:**  создание условий для  организации совместного участия детей и родителей в спортивной жизни детского сада.  **Задача:**  приобщить детей и родителей к совместной игровой соревновательной деятельности. | Подготовка к семейно – групповому празднику.  Семейно – групповой спортивный праздник. Эстафета.  Краткое содержание:  - представление команд;  - игровая эстафета;  - награждение команд. | **Двигательная.**  Эстафета.  Игры:  «Через ручеек по мостику», «Пройди и не сбей», «Пробеги, не задень»,  «Шагай через кочки», «Бегом по горке». | Участие в семейно – групповом спортивном празднике. | - ребенок проявляет спортивный интерес и активность в совместной и индивидуальной двигательной деятельности. |

**Октябрь**

|  |  |
| --- | --- |
| Календарные сроки | Содержание деятельности |
| 1 неделя (два занятия) | Тема первой недели: «Осваиваем основные движения» |
| 2 неделя (два занятия) | Тема второй недели: «Развитие координации движений. Упражнения с предметами» |
| 3 неделя (два занятия) | Тема третьей недели: «Мы всегда в движении» |
| 4 неделя (два занятия) | Тема четвертой недели «Прыжки. Метение» |

**Организация двигательного режима.**

|  |  |
| --- | --- |
| Физкультурные занятия | 2 раза в неделю |
| Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений | 3 раза в неделю |
| Музыкально – ритмические движения | 2 раза в неделю |
| Оздоровительный бег | Ежедневно |

**Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы.**

|  |
| --- |
| Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями). |
| Использование спортивной предметно – развивающей среды. |
| Использование современного спортивного инвентаря и оборудования. |
| Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья. |

1 неделя (два занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе – на повторение, закрепление)

Нумерация занятий: 1,2.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создание условий для обогащения детского двигательного опыта, освоения основных движений.  **Задача:**  обогатить двигательный опыт детей в процессе освоения основных движений. | **Тема первой недели: «Осваиваем основные движения. Ходьба. Бег».**  Краткое содержание:  - коммуникативная деятельность;  - двигательная деятельность;  - речевая деятельность;  - художественно - эстетическая деятельность;  - игровая деятельность;  - познавательно - исследовательская деятельность (загадки). | **Коммуникативная.**  Беседа о признаках здоровья человека.  **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения (повторение, закрепление предыдущих).  Основные движения по теме недели.  Ходьба обычная.  Ходьба на носках, на месте, с высоким подниманием бедра.  Бег стайкой, врассыпную.  Перестроения: свободное, врассыпную.  Художественно – эстетическая.  Музыкально - ритмические упражнения: «Автомобиль» музыка М. Раухвегера, «Зайчики» музыка  Е. Тиличеевой.  **Игровая.**  Подвижные игры «Догоните меня», «Воробышки и автомобиль».  **Речевая.**  Заучиваем и отгадываем:  «Этот конь не ест овса, Вместо ног – два колеса. Сядь верхом и мчись на нем, Только лучше правь рулем».  (Велосипед) | Участие в беседе о признаках здоровья человека.  Самостоятельное выполнение двигательных упражнений: ходьбы, бега.  Самостоятельное выполнение музыкально – ритмических упражнений.  Участие в коллективных подвижных играх.  Заучивание и отгадывание загадок. | - ребенок использует речь для выражения своих мыслей;  - способен самостоятельно выполнять двигательные упражнения;  -следует социальным нормам поведения в подвижных играх;  - проявляет волевые усилия при освоении основных движений. |

2 неделя (два занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе – на повторение, закрепление)

Нумерация занятий: 3,4.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создание условий для обогащения детского двигательного опыта, освоения основных движений.  **Задача:** обогатить двигательный опыт детей в процессе освоения основных движений. | **Тема второй недели: «Развитие координации движений. Упражнения с предметами»**  Краткое содержание:  - коммуникативная деятельность;  - двигательная деятельность;  - художественно – эстетическая деятельность;  - игровая деятельность;  - трудовая деятельность. | **Коммуникативная.**  Беседа о правилах безопасного поведения при выполнении движений.  **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения (по выбору педагога (инструктора).  Основные движения по теме недели.  Ходьба по дорожкам – доскам в виде препятствий: кирпичиков (10 -12 штук), кубиков (10 – 12).  Бег между кубиками, кеглями. «Пробеги и не сбей».  Упражнения с предметами. Перекладывание предметов стоя, под согнутой в колене ногой. Ловля мяча.  **Художественно – эстетическая.**  Игра с пением «Поезд».  **Трудовая.**  Уборка спортивного инвентаря. | Участие в беседе о правилах безопасного поведения при выполнении движений.  Самостоятельное выполнение двигательных упражнений: ходьба по дорожкам – доскам в виде препятствий.  Самостоятельное выполнение музыкально – ритмических упражнений.  Участие в трудовой деятельности. | - ребенок владеет устной речью;  - способен самостоятельно выполнять двигательные упражнения;  -следует социальным нормам поведения в подвижных играх;  - проявляет активность в трудовой деятельности. |

3 неделя (два занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе – на повторение, закрепление)

Нумерация занятий: 5, 6.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создание условий для обогащения детского двигательного опыта, освоения основных движений.  **Задача:**  обогатить двигательный опыт детей в процессе освоения основных движений. | **Тема третьей недели: «Веселый мяч»**  Краткое содержание:  - коммуникативная деятельность;  - двигательная деятельность;  - художественно – эстетическая деятельность;  - игровая деятельность;  - трудовая деятельность. | **Коммуникативная.**  Рассказ об играх с мячом.  Вопросы. Ответы.  **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения и основные движения по теме недели:  - подбрасывание мяча;  - ловля мяча;  - ловля мяча двумя руками;  - индивидуальные действия с мячом,  - коллективные действия с мячом;  - чередование ходьбы и бега со средней скоростью.  **Художественно – эстетическая.**  Музыкально – ритмические движения «Веселые мячики!» Музыка В. Витлина  **Трудовая.**  Уборка спортивного инвентаря. | Участие в коммуникативной деятельности, ответы на вопросы.  Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.  Самостоятельное выполнение игровых движений с мячом.  Самостоятельное выполнение музыкально – ритмических упражнений.  Участие в трудовой деятельности. | - ребенок владеет устной речью;  - способен самостоятельно выполнять двигательные упражнения;  - реагирует на сигналы педагога;  - проявляет активность в трудовой деятельности. |

4 неделя (два занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе – на повторение, закрепление)

Нумерация занятий: 7, 8.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создание условий для обогащения детского двигательного опыта, освоения основных движений.  **Задача:**  обогатить двигательный опыт детей в процессе освоения основных движений. | **Тема четвертой недели «Прыжки. Метание»**  Краткое содержание:  - коммуникативная деятельность;  - двигательная деятельность;  - художественно - эстетическая деятельность;  - игровая деятельность;  - трудовая деятельность. | **Коммуникативная.**  Беседа о правилах безопасного выполнения прыжков и метания.  **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения:  - чередование ходьбы и бега со средней скоростью.  Основные движения по теме недели.  Прыжки: исходное положение, небольшое приседание, толчок – отталкивание двумя ногами.  Метание вдаль.  Исходное положение, замах, бросок.  **Художественно - эстетическая.**  Музыкально - ритмические движения «Зайчики» русская народная мелодия.  **Трудовая.**  Уборка спортивного инвентаря. | Участие в коммуникативной деятельности, ответы на вопросы.  Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.  Самостоятельное выполнение прыжков из исходного положения.  Самостоятельное метание вдаль.  Самостоятельное выполнение музыкально - ритмических упражнений.  Участие в трудовой деятельности. | - ребенок участвует в беседе;  - самостоятельно выполняет двигательные упражнения;  - реагирует на сигналы педагога;  - соблюдает правила безопасного поведения при выполнении прыжков и метания;  - проявляет активность в трудовой деятельности. |

**Ноябрь**

|  |  |
| --- | --- |
| Календарные сроки | Содержание деятельности |
| 1 неделя (два занятия) | Тема первой недели: «Разные движения. Вот как мы умеем». |
| 2 неделя (два занятия) | Тема второй недели: «Обручи». |
| 3 неделя (два занятия) | Тема третьей недели: «Развитие координации движений». |
| 4 неделя (два занятия) | Тема четвертой недели: спортивно - музыкального развлечения: «Сильные, ловкие, смелые». |

**Организация двигательного режима**

|  |  |
| --- | --- |
| Физкультурные занятия | 2 раза в неделю |
| Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений | 3 раза в неделю |
| Музыкально – ритмические движения | 2 раза в неделю |
| Оздоровительный бег | Ежедневно |

**Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы**

|  |
| --- |
| Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями). |
| Использование спортивной предметно - развивающей среды. |
| Использование современного спортивного инвентаря и оборудования. |
| Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья. |

1 неделя (два занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе - на повторение, закрепление)

Нумерация занятий - 1, 2.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь-  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.  **Задача:** формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности в процессе освоения разных видов движений. | **Тема первой недели: «Разные движения. Вот как мы умеем»**  Краткое содержание:  - коммуникативная деятельность;  - двигательная деятельность;  - речевая деятельность. | **Коммуникативная.**  Приветствие. Повторение правил безопасного поведения во время занятий физической культурой.  **Двигательная.**  Построение. Основная ходьба. Ходьба на носках.  Бег с изменением темпа.  Комплекс общеразвивающих упражнений.  Потягивание «Потягушки».  Приседание. «Пружинки»  Прыжки. «Воробышки»  Игровые упражнения для развития быстроты: «Быстро возьми!», «Скорее в круг».  **Речевая.**  Выполнение движений вместе с педагогом в ритме стиха.  «Мы играем целый день  Целый день играть не лень.  Ты смотри, не отставай  Все за нами повторяй».  «Мы поднимем руки вверх  Сразу станем выше всех.  Руки ниже опусти  И достанешь до земли». | Участие в повторении правил безопасного поведения во время занятий физической культурой.  Участие в разных видах двигательной деятельности.  Самостоятельное выполнение комплекса общеразвивающих упражнений.  Участие в речевой деятельности.  Выполнение движений вместе с педагогом в ритме стиха. | - ребенок участвует в беседе;  - самостоятельно выполняет двигательные упражнения;  - соблюдает правила безопасного поведения;  - проявляет активность при выполнении игровых упражнений. |

2 неделя (два занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе – на повторение, закрепление)

Нумерация занятий: 3,4.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.  **Задача:** формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности в процессе освоения разных видов движений. | **Тема второй недели: «Обручи»**  Краткое содержание:  - коммуникативная деятельность;  - двигательная деятельность;  - игровая деятельность;  - трудовая деятельность. | **Коммуникативная.**  Беседа о круглом обруче.  **Двигательная.**  Комплекс общеразвивающих упражнений с обручем.  Ходьба в колонне.  Прыжки из обруча в обруч.  Упражнение. Поднятие обруча вверх.  Упражнение « Положи обруч» Ходьба вокруг своего обруча.  **Игровая.**  «Машина» - ребенок держит обруч как руль и бегает по кругу.  «Догони обруч» Педагог катит обруч, ребенок догоняет обруч.  **Речевая.**  Запоминаем, повторяем.  «Обручи всегда помогут  Гибкость нам развить немного.  Будем чаще наклоняться,  Приседать и нагибаться».  **Трудовая.**  Уборка оборудования. | Участие в беседе.  Самостоятельное выполнение комплекса общеразвивающих упражнений.  Участие в игровой деятельности.  Участие в речевой деятельности. | - ребенок участвует в беседе;  - самостоятельно выполняет двигательные упражнения;  - соблюдает правила безопасного поведения  - проявляет активность при выполнении игровых упражнений;  - проявляет активность в трудовой деятельности. |

3 неделя (два занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе – на повторение, закрепление)

Нумерация занятий: 5,6.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.  **Задача:** формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности в процессе освоения разных видов движений. | **Тема третьей недели: «Развитие координации движений»**  Краткое содержание:  - коммуникативная деятельность;  - двигательная деятельность;  - интеграция (движение и речь)  - игровая деятельность;  - трудовая деятельность | **Коммуникативная.**  Беседа о безопасном поведении при выполнении движений.  **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения. Построение. Основная ходьба. Ходьба на носках.  Бег с изменением темпа.  Речь и движение (ходьба «паровозиком»)  «Едем, едем, долго едем,  Очень длинный этот путь.  Скоро до Москвы доедем,  Там мы сможем отдохнуть».  Дыхательные упражнения.  Основные движения по теме недели.  Координация: перекладывание предметов стоя, под согнутой в колене ногой.  Ходьба по разложенным на полу дорожкам – доскам, с перешагиванием через кубики.  **Игровая.**  «Поползи – не задень», «Пройди как Мишка», «Проползи как мышка».  **Трудовая.**  Уборка оборудования. | Участие в беседе.  Самостоятельное выполнение комплекса общеразвивающих упражнений.  Участие в игровой деятельности.  Участие в речевой деятельности.  Участие в трудовой деятельности. | - ребенок участвует в беседе;  - самостоятельно выполняет двигательные упражнения;  - соблюдает правила безопасного поведения;  - проявляет активность при выполнении игровых упражнений;  - проявляет активность в трудовой деятельности. |

4 неделя. Подготовка и проведение спортивно - музыкального развлечения: «Сильные, ловкие, смелые».

Нумерация занятий: 7,8. (7- подготовка спортивно - музыкального развлечения, 8 - проведение спортивно - музыкального развлечения)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.  **Задача:** формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности в процессе освоения разных видов движений. | **Тема четвертой недели:**  **«Сильные, ловкие, смелые».**  Содержание развлечения состоит из всех пройденных и освоенных детьми двигательных упражнений и подвижных игр, которые педагог представляет в виде сценария. | Подготовка и проведение спортивно - музыкального развлечения: «Сильные, ловкие, смелые».  Содержание развлечения состоит из всех пройденных и освоенных детьми двигательных упражнений и подвижных игр, которые педагог представляет в виде сценария. | Участие в спортивно – музыкальном развлечении «Сильные, ловкие, смелые». | - ребенок имеет соревновательный двигательный опыт;  - проявляет волевые усилия при выполнении игровых заданий;  - доброжелательно взаимодействует со сверстниками и взрослыми. |

**Декабрь**

|  |  |
| --- | --- |
| Календарные сроки | Содержание деятельности |
| 1 неделя (два занятия) | Тема первой недели: «Мониторинг освоения детьми образовательной области «Физическая культура» Ходьба и бег. |
| 2 неделя (два занятия) | Тема второй недели: «Мониторинг освоения детьми образовательной области «Физическая культура» Прыжки. |
| 3 неделя (два занятия) | Тема третьей недели: «Мониторинг освоения детьми образовательной области «Физическая культура». Метание. |
| 4 неделя (два занятия) | Тема четвертой недели: «Мониторинг освоения детьми образовательной области «Физическая культура». Лазание. |

**Организация двигательного режима**

|  |  |
| --- | --- |
| Физкультурные занятия | 2 раза в неделю |
| Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений | 3 раза в неделю |
| Музыкально – ритмические движения | 2 раза в неделю |
| Оздоровительный бег | Ежедневно |

**Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы**

|  |
| --- |
| Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями). |
| Использование спортивной предметно – развивающей среды. |
| Использование современного спортивного инвентаря и оборудования. |
| Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья. |

1 неделя. Игровые задания, общеразвивающие программные упражнения по темам «Ходьба и бег» с учетом требований промежуточного мониторинга по освоению детьми образовательной области «Физическая культура».

Нумерация занятий: 1,2.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создание условий для проведения промежуточного мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие»  **Задача:**  провести мониторинг эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности. | **Тема первой недели:**  **«Ходьба и бег»**  Краткое содержание:  проведение мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности. | **Коммуникативная.**  Беседа. Ответы на вопросы. Для чего человеку нужно движение?  **Двигательная.**  Мониторинговые задания по теме.  Приветствие. Ходьба с ненапряженным положением туловища и головы. Свободное движение рук. Согласованные движения рук и ног.  Бег. Туловище прямое или наклонено немного вперед. Свободное движение рук. Соблюдение направления.  **Игровая.**  Игры:  «Через ручеек по мостику», «Пройди и не сбей», «Пробеги, не задень», «Шагай через кочки», «Бегом по горке». | Участие в беседе.  Участие в двигательной деятельности.  Выполнение указаний педагога при ходьбе и беге.  Участие в игровой деятельности. | - ребенок отвечает на вопросы педагога;  - выполняет программные элементы ходьбы и бега;  -с интересом участвует в коллективных подвижных играх. |

2 неделя. Игровые задания, общеразвивающие программные упражнения по темам «Прыжки» с учетом требований промежуточного мониторинга по освоению детьми образовательной области «Физическая культура».

Нумерация занятий: 3,4.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создание условий для проведения промежуточного мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие»  **Задача:**  провести мониторинг эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности. | **Тема второй недели:**  **«Прыжки»**  Краткое содержание:  проведение мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности. | **Коммуникативная.**  Беседа. «Прыгают дети, прыгают птицы…».  **Двигательная.**  Приветствие. Ходьба с ненапряженным положением туловища и головы. Свободное движение рук. Согласованные движения рук и ног.  Мониторинговые задания по теме.  Прыжки  Исходное положение. Небольшое приседание на слегка расставленных ногах. Толчок, отталкивание одновременно двумя ногами. Полет, ноги слегка согнуты. Приземление, мягко. На две ноги.  **Игровая.**  Игры:  «Кто дальше прыгнет», «Охотники и Зайцы». | Участие в беседе.  Участие в двигательной деятельности.  Выполнение указаний педагога при прыжках.  Участие в игровой деятельности. | - ребенок отвечает на вопросы педагога;  - выполняет программные движения, связанные с прыжками в длину, с места;  -с интересом участвует в коллективных подвижных играх. |

3 неделя. Игровые задания, общеразвивающие программные упражнения по теме «Метание» с учетом требований промежуточного мониторинга по освоению детьми образовательной области «Физическая культура»

Нумерация занятий: 5,6.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создание условий для проведения промежуточного мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие»  **Задача:**  провести мониторинг эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности. | **Тема третьей недели:**  **«Метание»**  Краткое содержание:  проведение мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности. | **Коммуникативная.**  Беседа. Безопасные правила поведения при метании.  **Двигательная.**  Приветствие. Ходьба с ненапряженным положением туловища и головы. Свободное движение рук. Согласованные движения рук и ног.  Мониторинговые задания по теме.  Метание.  (набитые небольшие мешочки для метания, мячи, и др.)  Метание выполняется по указанию педагога, напоминания, что делать, как делать.  Исходное положение: стоя, лицом в направлении броска, ноги слегка расставлены, правая рука согнута в локте. Замах. Бросок с силой.  Метание вдаль.  Метание в горизонтальную цель.  Метание в вертикальную цель.  **Игровая.**  Игры:  «Меткий стрелок», «Попади в мишень». | Участие в беседе.  Участие в двигательной деятельности.  Выполнение указаний педагога при метании предметов.  Участие в игровой деятельности. | - ребенок отвечает на вопросы педагога;  - выполняет программные движения, связанные с метанием вдаль. В горизонтальную цель, в вертикальную цель ;  -с интересом участвует в коллективных подвижных играх. |

4 неделя. Игровые задания, общеразвивающие программные упражнения по теме «Лазание» с учетом требований промежуточного мониторинга по освоению детьми образовательной области «Физическая культура»

Нумерация занятий: 7,8.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создание условий для проведения промежуточного мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие»  **Задача:**  провести мониторинг эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности. | **Тема третьей недели:**  **«Лазание»**  Краткое содержание:  проведение мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности. | **Коммуникативная.**  Беседа. Безопасные правила поведения при лазании по гимнастической стенке.  **Двигательная.**  Приветствие. Ходьба с ненапряженным положением туловища и головы. Свободное движение рук. Согласованные движения рук и ног.  Мониторинговые задания по теме.  Лазание.  Лазание по гимнастической стенке Указания педагога.  Крепкий хват руками.  Поочередный перехват руками рейки.  Чередующий шаг.  Активные, уверенные движения.  **Игровая.**  «В зоопарке», «Лазающие обезьянки». | Участие в беседе.  Участие в двигательной деятельности.  Выполнение указаний педагога при лазании.  Участие в игровой деятельности. | - ребенок отвечает на вопросы педагога;  - выполняет программные движения, связанные с лазанием по гимнастической стенке;  -с интересом участвует в коллективных подвижных играх. |

* 1. **Промежуточный мониторинг (модель) освоения детьми образовательной области**

**«Физическое развитие»**

|  |  |
| --- | --- |
| Показатели | Оценка |
| 1. Все элементы упражнения выполняются в полном соответствии с заданием и схемой движения | Пять баллов (отлично) |
| 1. При выполнении простых программных движений (теста) допущена одна ошибка, существенно не изменяющая характер движения и результат. | Четыре балла (хорошо) |
| 1. Простые программные движения выполняются с большим трудом, имеются значительные ошибки, отступления от задания. | Три балла (удовлетворительно) |
| 1. Упражнения практически не выполняются, однако, ребенок делает попытки к его выполнению. | Два балла (неудовлетворительно) |
| 1. Ребенок не предпринимает попыток к выполнению двигательных заданий, физически не в состоянии выполнить его. | Ноль баллов (плохо) |

(«Мониторинг в детском саду», Санкт – Петербург, Детство – Пресс, 2011)

**Оценка освоения основных движений детьми дошкольного возраста (оценка двигательного опыта детей в баллах)**

**Качественные показатели освоения элементов техники основных движений детей 3 – 4 лет**

|  |  |
| --- | --- |
| Основные движения | Показатель |
| Ходьба и бег | Ходьба с ненапряженным положением туловища и головы. Свободное движение рук. Согласованные движения рук и ног.  Бег. Туловище прямое или наклонено немного вперед. Свободное движение рук. Соблюдение направления. |
| Прыжки | Исходное положение. Небольшое приседание на слегка расставленных ногах. Толчок, отталкивание одновременно двумя ногами. Полет, ноги слегка согнуты. Приземление, мягко. На две ноги. |
| Метание | Исходное положение: стоя, лицом в направлении броска, ноги слегка расставлены, правая рука согнута в локте. Замах. Бросок с силой. |
| Лазание | Крепкий хват руками.  Поочередный перехват руками рейки.  Чередующий шаг.  Активные, уверенные движения. |

**2.3 Примерное планирование образовательной деятельности по физическому развитию детей 3 – 4 лет.**

**Январь**

|  |  |
| --- | --- |
| Календарные сроки | Содержание деятельности |
| 1 неделя - выходные праздничные дни | 1 неделя - выходные праздничные дни |
| 2 неделя - выходные праздничные дни | 2 неделя - выходные праздничные дни |
| 3 неделя (два занятия) | «Перестроение. Ходьба парами» |
| 4 неделя (два занятия) | « Осанка. Ходьба и бег врассыпную. Остановка по сигналу» |

**Организация двигательного режима**

|  |  |
| --- | --- |
| Физкультурные занятия | 2 раза в неделю |
| Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений | 3 раза в неделю |
| Музыкально – ритмические движения | 2 раза в неделю |
| Оздоровительный бег | Ежедневно |

**Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы**

|  |
| --- |
| Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями). |
| Использование спортивной предметно – развивающей среды. |
| Использование современного спортивного инвентаря и оборудования. |
| Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья. |

3 неделя. (два занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе – на повторение, закрепление)

Нумерация занятий: 5,6.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создание условий для становления и обогащения двигательного опыта детей по выполнению основных движений, общеразвивающих упражнений, участия в подвижных играх.  **Задача:**  обогатить двигательный опыт детей в процессе выполнения основных программных движений, общеразвивающих упражнений, участия в подвижных играх. | **Тема третьей недели:**  **«Перестроение. Ходьба и бег парами»**  Краткое содержание:  - коммуникатив-ная деятельность;  - двигательная деятельность;  - речевая деятельность;  - игровая деятельность. | **Коммуникативная.**  Беседа. Красивая осанка. Прямая спина.  **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения (по выбору инструктора) и основные движения по теме недели.  Построение в колонну парами. Построение в колонну с перестроением в пары, стоя на месте.  Ходьба в колонне парами с высоким подниманием колена.  Бег в колонне парами, чередование с бегом врассыпную.  **Речевая.**  Выполнение движений по содержанию стихотворения:  «Дружно парами шагаем  И колени поднимаем.  А сейчас мы побежали  По команде «Стой!»  Мы встали»…  Общеразвивающие упражнения:  «Пушистые цыплята».  «Цыплята машут крыльями».  И.п.: ноги слегка расставлены, Повторить 4 раза.  «Цыплята пьют воду».  И. п.: ноги на ширине плеч, руки внизу. Наклониться вперед, руки отвести назад, выпрямиться. Повторить 5 раз.  «Цыплята клюют зерна»  И. п.: ноги слегка расставлены, руки внизу. Присесть, постучать пальцами по коленям, встать. Повторить 4 раза. Перестроение из круга.  Бег и ходьба друг за другом.  **Игровая.**  Подвижная народная игра «Пятнашки». | Участие в беседе.  Участие в двигательной деятельности: построение в колонну парами, построение в колонну с перестроением в пары, стоя на месте. Ходьба в колонне парами с высоким подниманием колена.  Бег в колонне парами, чередование с бегом врассыпную.  Участие в речевой деятельности. Запоминание стиха. Выполнение движений в соответствии с содержанием.  Участие в подвижной русской народной игре «Пятнашки». | - ребенок отвечает на вопросы педагога;  - выполняет программные элементы ходьбы и бега;  -с интересом участвует в коллективных подвижных играх;  - запоминает и повторяет текст стиха, самостоятельно выполняет движения в соответствии с его содержанием. |

4 неделя (два занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе – на повторение, закрепление)

Нумерация занятий – 7,8.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создание условий для становления и обогащения двигательного опыта детей по выполнению основных движений, общеразвивающих упражнений, участия в подвижных играх.  **Задача:**  обогатить двигательный опыт детей в процессе выполнения основных программных движений, общеразвивающих упражнений, участия в подвижных играх. | **Тема четвертой недели:**  **« Осанка. Ходьба и бег врассыпную. Остановка по сигналу»**  Краткое содержание:  -коммуникативная деятельность;  - двигательная деятельность;  - игровая деятельность. | **Коммуникативная.**  Беседа. Красивая осанка человека. Прямая спина.  **Двигательная.**  Ходьба.  Построение в шеренгу и равнение по линии с поворотом в колонну друг за другом. Осанка.  Бег.  Бег по кругу, взявшись за руки со сменой направления по сигналу. Остановка по сигналу.  Прыжки вверх с места с целью достать предмет.  Общеразвивающие упражнения.  «Погреем руки».  И. п.: ноги слегка расставлены, руки внизу. Поднять согнутые руки, хлопнуть перед грудью, сказать «хлоп», опустить вниз. Повторить 4 раза.  «Погреем ноги».  И. п.: сидя на полу, ноги в стороны, руки внизу. Наклониться, похлопать по коленям, сказать «хлоп», выпрямиться. Повторить 4 раза.  «Попрыгаем».  И.п.: ноги слегка расставлены, руки внизу. Выполнить б прыжков на двух ногах на месте, походить на месте, вновь повторить прыжки.  **Игровая.**  Подвижные народные игры  «Берегись!», «Ловишки в кругу». | Участие в беседе.  Участие в двигательной деятельности: построение в шеренгу, бег по кругу, смена направления по сигналу, остановка по сигналу.  Индивидуальное самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.  Участие в коллективных подвижных народных играх. | - ребенок отвечает на вопросы педагога;  - выполняет программные элементы ходьбы и бега;  -с интересом участвует в коллективных подвижных играх;  - проявляет инициативу в двигательной игровой деятельности:  - выполняет указания педагога (инструктора) в остановке по сигналу. |

**Февраль**

|  |  |
| --- | --- |
| Календарные сроки | Содержание деятельности |
| 1 неделя (два занятия) | Тема первой недели: «Ползаем, лазаем, играем с мячом» |
| 2 неделя (два занятия) | Тема второй недели: «Подвижные и ловкие» |
| 3 неделя (два занятия) | Тема третьей недели: «Ловкие и смелые» |
| 4 неделя (два занятия) | Тема четвертой недели: спортивно - музыкальное развлечение «Веселые старты» |

**Организация двигательного режима**

|  |  |
| --- | --- |
| Физкультурные занятия | 2 раза в неделю |
| Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений | 3 раза в неделю |
| Музыкально – ритмические движения | 2 раза в неделю |
| Оздоровительный бег | Ежедневно |

**Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы**

|  |
| --- |
| Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями). |
| Использование спортивной предметно – развивающей среды. |
| Использование современного спортивного инвентаря и оборудования. |
| Учет возрастных особенностей, психического и физического состояния здоровья. |

1 неделя (два занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе – на повторение, закрепление)

Нумерация занятий: 1,2.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создание условий для освоения детьми программных упражнений ползания и подлезания под скамейку, игр с мячом, ходьбе по наклонной доске.  **Задача:**  упражнять детей в ползании и подлезании, бросках мяча, ходьбе по наклонной доске. | **Тема первой недели:**  **«Ползаем, лазаем, играем с мячом»**  Краткое содержание:  - коммуникативная деятельность;  - двигательная деятельность;  - игровая деятельность;  - трудовая деятельность. | **Коммуникативная.**  Приветствие. Беседа о правилах безопасного поведения в спортивном зале.  **Двигательная.**  Ходьба по извилистой дорожке, нарисованной мелом или обозначенной шнуром.  Ползание и пролезание в обруч - 2 раза.  И.п.: стоя держаться за обруч. Наклониться вперед и положить обруч на пол, выпрямиться и показать руки, наклониться, взять обруч и выпрямиться - 2 раза.  Ходим по наклонной доске (высота над полом 10-20 см) вверх и вниз - 3 раза.  Бросаем мяч двумя руками через ленту, натянутую на уровне груди ребенка - 3 раза.  **Игровая.**  Подвижная народная игра с мячом «Зеваки».  **Трудовая.**  Уборка инвентаря. | Участие в беседе о правилах безопасного поведения в спортивном зале.  Индивидуальная ходьба по извилистой дорожке.  Самостоятельное ползание и пролезание в обруч.  Ходьба по наклонной доске. | - ребенок участвует в беседе;  - самостоятельно выполняет двигательные упражнения;  - соблюдает правила безопасного поведения  - проявляет активность при выполнении игровых упражнений. |

2 неделя (два занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе – на повторение, закрепление)

Нумерация занятий – 3,4.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создание условий для освоения детьми программных упражнений ползания и подлезания под скамейку, игр с мячом, ходьбе по наклонной доске.  **Задача:**  упражнять детей в ползании и подлезании, бросках мяча, ходьбе по наклонной доске. | **Тема второй недели:**  **«Подвижные и ловкие»**  Краткое содержание:  - коммуникативная деятельность;  - двигательная деятельность;  - игровая деятельность;  - музыкально – ритмическая деятельность;  - трудовая деятельность. | **Коммуникативная.**  Приветствие. Беседа о правилах безопасного поведения в спортивном зале.  Речевая  «Мы топаем ногами,  мы хлопаем руками,  мы руки поднимаем,  мы руки опускаем,  качаем головой (выполнение движений по содержанию стиха).  **Двигательная.**  Приветствие  Ползание и лазание  Ползание на четвереньках по прямой, «змейкой» между предметами, по наклонной доске, ползание под скамейку, перелезание через бревно.  Музыкально - ритмические упражнения.  «Веселые мячики»  **Игровая.**  Подвижная игра «Толкай мяч».  **Трудовая.**  Уборка инвентаря. | Участие в беседе о правилах безопасного поведения в спортивном зале.  Индивидуальное выполнение движений по содержанию стихотворения.  Самостоятельное ползание на четвереньках по прямой.  Ползание между предметами.  Ползание под скамейку.  Перелезание через бревно.  Самостоятельное выполнение музыкально – ритмического упражнения «Веселые мячики».  Участие в подвижной игре.  Участие в уборке инвентаря. | - ребенок участвует в беседе;  - самостоятельно выполняет двигательные упражнения;  - соблюдает правила безопасного поведения  - проявляет активность при выполнении игровых упражнений;  - проявляет волевые усилия в ползании и лазании. |

3 неделя (два занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе – на повторение, закрепление)

Нумерация занятий – 5,6.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создание условий для освоения детьми программных упражнений ползания и подлезания под скамейку, игр с мячом, ходьбе по наклонной доске.  **Задача:**  упражнять детей в ползании и подлезании, бросках мяча, ходьбе по наклонной доске. | **Тема третьей недели:**  **«Ловкие и смелые»**  Краткое содержание:  - коммуникативная деятельность;  - речевая деятельность;  - двигательная деятельность;  - игровая деятельность;  - музыкально - ритмическая деятельность;  - трудовая деятельность. | **Коммуникативная.**  Приветствие. Беседа о том, кто такие ловкие и смелые.  **Речевая.**  «Выше ноги поднимай!  Ловко, смело ты шагай!  А потом - легко беги  По дорожке вдоль реки» (ходьба и бег с остановкой по сигналу)  **Двигательная.**  Перепрыгни бревнышко.  Проползание в обруч, расположенный вертикально к полу, не касаясь руками пола.  Ловля мяча, брошенного инструктором (расстояние 1,5 м.)  Музыкально - ритмические упражнения  «Упражнение с обручем», упражнение «Скачем как мячики».  **Игровая.**  Подвижная игра «Передай мяч».  **Трудовая.**  Уборка инвентаря. | Участие в беседе.  Индивидуальное выполнение движений по содержанию стихотворения.  Самостоятельное перепрыгивание через бревнышко.  Самостоятельное проползание в обруч.  Ловля мяча.  Выполнение музыкально - ритмического упражнения.  Участие в подвижной игре.  Участие в уборке инвентаря. | - ребенок участвует в беседе;  - самостоятельно выполняет двигательные упражнения;  - соблюдает правила безопасного поведения  - проявляет активность при выполнении игровых упражнений;  - проявляет старание в ловле мяча. |

4 неделя (два занятия: первое – на повторение двигательных упражнений, второе - спортивное развлечение)

Нумерация занятий – 7,8.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создание условий для освоения детьми программных упражнений ползания и подлезания под скамейку, игр с мячом, ходьбе по наклонной доске.  **Задача:**  упражнять детей в ползании и подлезании, бросках мяча, ходьбе по наклонной доске. | **Тема четвертой недели:**  **«Веселые старты»**  Содержание темы включает в себя сценарную подготовку развлечения, по пройденному программному материалу, где используются освоенные детьми упражнения, игры по выбору инструктора (педагога). | «Веселые старты»  Содержание темы включает в себя сценарную подготовку развлечения, по пройденному программному материалу, где используются освоенные детьми упражнения, игры по выбору инструктора (педагога). | Участие в развлечении «Веселые старты». | - ребенок проявляет интерес и активность в коллективной двигательной деятельности. |

**Март**

|  |  |
| --- | --- |
| Календарные сроки | Содержание деятельности |
| 1 неделя (два занятия) | Тема первой недели: «Координация движений» |
| 2 неделя (два занятия) | Тема второй недели: «Ловкость и координация» |
| 3 неделя (два занятия) | Тема третьей недели: «Разные движения» |
| 4 неделя (два занятия) | Тема четвертой недели: итоговые занятия «Веселые игры». |

**Организация двигательного режима**

|  |  |
| --- | --- |
| Физкультурные занятия | 2 раза в неделю |
| Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений | 3 раза в неделю |
| Музыкально – ритмические движения | 2 раза в неделю |
| Оздоровительный бег | Ежедневно |

**Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы**

|  |
| --- |
| Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями). |
| Использование спортивной предметно – развивающей среды. |
| Использование современного спортивного инвентаря и оборудования. |
| Учет возрастных особенностей, психического и физического состояния здоровья. |

1 неделя (два занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе – на повторение, закрепление)

Нумерация занятий: 1.2.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создание условий для развития координации движений, быстроты и ловкости.  **Задача:** формировать опорно-двигательный аппарат в процессе выполнения специальных двигательных заданий и упражнений. | **Тема первой недели:**  **«Координация движений»**  Краткое содержание:  -коммуникативная деятельность;  - двигательная деятельность;  - игровая деятельность;  - трудовая деятельность. | **Коммуникативная.**  Беседа. Для чего нужна координация движений? (использование наглядного материала, фото, видео)  Вопросы. Ответы детей.  **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения  Положения в движении головы (вверх – вниз, налево и направо)  Положения в движении рук (одновременные, однонаправленные).  Положения в движении туловища (наклоны). Положения в движении ног (приседания, подскоки на месте).  Упражнения на развитие координации движений  Упражнения с предметами: перекладывание предметов стоя, кружение с ленточкой над головой.  Бег между кеглями.  «Прыжки на мат». Тренировать мышцы, развивать смелость.  **Игровая.**  «Проползи – не задень», «Пройди мишкой, проползи мышкой».  **Трудовая.**  Уборка инвентаря. | Участие в беседе. Ответы на вопросы.  Самостоятельное выполнение движений головы, рук, туловища, ног.  Самостоятельное выполнение упражнений с предметами.  Участие в подвижных играх.  Участие в трудовой деятельности. | - ребенок выполняет упражнения на координацию движений;  - удерживает равновесие при выполнении упражнений;  - понимает, как надо действовать в играх с правилами;  - у ребенка сформирован опорно – двигательный аппарат. |

2 неделя (два занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе – на повторение, закрепление)

Нумерация занятий: 3,4.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создание условий для развития координации движений, быстроты и ловкости.  **Задача:** формировать опорно – двигательный аппарат, в процессе выполнения специальных двигательных заданий и упражнений. | **Тема первой недели:**  **«Ловкость и координация»**  Краткое содержание:  -коммуникативная деятельность;  - двигательная деятельность;  - игровая деятельность;  - трудовая деятельность. | **Коммуникативная.**  Беседа.  Кто такие ловкие? (использование наглядного материала, фото, видео)  Вопросы. Ответы детей.  **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения  Четыре стадии ловкости 1. Балансирование 2. Координация движений 3. Программируемая ловкость 4. Самопроизвольная ловкость  Балансирование (по показу педагога, инструктора):  умение стоять, ходить и останавливаться, одновременно фокусируя внимание на центре тяжести, правильной осанке и постановке стоп.  Координация движений (по показу педагога, инструктора):  физические упражнения на координацию движений включают в себя работу ног, бег по кругу, повторение  «в зеркальном отражении» движений партнера,  ритмические и циклические двигательные действия.  Программируемая ловкость (по показу педагога, инструктора): выполнение образцов и последовательностей движений.   Самопроизвольная ловкость: дети выполняют задания с неизвестными заранее требованиями и не по заученным образцам движений, а спонтанно.  **Игровая.**  «Тоннель».  Чтобы построить тоннель необходимо установить обручи (2–4 шт.) вертикально с небольшим расстоянием друг от друга. Задание ребенка – проползти через тоннель + уже известное задание с мячиками.  **Трудовая.**  Уборка инвентаря. | Участие в беседе. Ответы на вопросы.  Самостоятельное выполнение движений на балансирование, координацию движений, про -граммируемую ловкость, само -произвольную ловкость.  Участие в подвижных играх.  Участие в трудовой деятельности. | - ребенок выполняет упражнения на координацию движений;  - удерживает равновесие при выполнении упражнений;  - выполняет движения на балансирование, координацию движений, программируемую ловкость, самопроизвольную ловкость;  - у ребенка сформирован опорно - двигательный аппарат. |

3 неделя (два занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе – на повторение, закрепление)

Нумерация занятий: 5,6.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создание условий для развития координации движений, быстроты и ловкости.  **Задача:** формировать опорно – двигательный аппарат в процессе выполнения специальных двигательных заданий и упражнений. | **Тема третьей недели:**  **«Разные движения»**  Краткое содержание:  -коммуникативная деятельность;  - двигательная деятельность;  - игровая деятельность;  - трудовая деятельность. | **Коммуникативная.**  Беседа «Об освоении правил поведения во время выполнения различных движений» Вопросы. Ответы.  **Двигательная.**  Приветствие. Ходьба в колонне по одному. Бег врассыпную.  Общеразвивающие упражнения с кубиками.  Поднятие кубиков через стороны вверх.  Наклон вперед (поставить кубики на пол).  Повороты с кубиками.  Основные виды движений: ползание по гимнастической скамейке на животе,  Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом.  **Игровая.**  Подвижная игра «Птицы и птенчики».  **Трудовая.**  Уборка инвентаря. | Участие в беседе. Ответы на вопросы.  Участие в ходьбе и беге.  Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений с кубиками.  Ползание по гимнастической скамейке.  Ходьба  по гимнастической скамейке приставным шагом.  Участие в подвижной игре.  Участие в трудовой деятельности. | - ребенок выполняет упражнения на координацию движений;  - удерживает равновесие при выполнении упражнений;  - понимает, как надо действовать в играх с правилами. |

4 неделя (два занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе – на повторение, закрепление)

Нумерация занятий – 7,8.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создание условий для развития координации движений, быстроты и ловкости.  **Задача:** формировать опорно – двигательный аппарат в процессе выполнения специальных двигательных заданий и упражнений. | **Тема четвертой недели:**  **итоговые занятия «Веселые игры».**  Краткое содержание:  содержание 4 недели состоит из сценарной подготовки и проведения итогового занятия «Веселые игры».  Необходимо использовать знакомые общеразвивающие упражнения. Основные движения, подвижные игры, которые дети освоили за месяц. | Содержание 4 недели состоит из сценарной подготовки и проведения итогового занятия «Веселые игры».  Необходимо использовать знакомые общеразвивающие упражнения, основные движения, подвижные игры, которые дети освоили за месяц. | Участие в итоговом занятии «Веселые игры». | - ребенок с интересом участвует в коллективной двигательной деятельности;  - активно и доброжелательно общается с детьми и взрослыми. |

**Апрель**

|  |  |
| --- | --- |
| Календарные сроки | Содержание деятельности |
| 1 неделя (два занятия) | Тема первой недели: «Веселые мячики». |
| 2 неделя (два занятия) | Тема второй недели: «Весеннее настроение». |
| 3 неделя (два занятия) | Тема третьей недели: «Веселые матрешки». |
| 4 неделя (два занятия) | Тема четвертой недели: итоговые занятия «Весенние игры». |

**Организация двигательного режима**

|  |  |
| --- | --- |
| Физкультурные занятия | 2 раза в неделю |
| Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений | 3 раза в неделю |
| Музыкально – ритмические движения | 2 раза в неделю |
| Оздоровительный бег | Ежедневно |

**Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы**

|  |
| --- |
| Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями). |
| Использование спортивной предметно – развивающей среды. |
| Использование современного спортивного инвентаря и оборудования. |
| Учет возрастных особенностей, психического и физического состояния здоровья. |

1 неделя (два занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе – на повторение, закрепление)

Нумерация занятий: 1,2.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создания условий для развития потребности в двигательной деятельности в процессе занятий по физической культуре в условиях ДОУ.  **Задача:** формировать потребность в двигательной деятельности в процессе занятий по физической культуре в условиях ДОУ. | **Тема первой недели:**  **«Веселые мячики»**  Краткое содержание:  - коммуникативная деятельность;  - речевая деятельность;  - двигательная деятельность;  - игровая деятельность;  - трудовая деятельность. | **Коммуникативная.**  Беседа «Как играть с мячиком?»  **Речевая.**  Стихи и загадки о мяче (по подбору инструктора, педагога).  **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения с мячом.  «Подними мяч».  И. п.: ноги слегка расставлены, мяч внизу в обеих руках. Поднять мяч вверх, опустить вниз. Повторить 6 раз.  «Положи мяч».  И.п.: сидя, ноги в стороны, руки с мячом внизу. Наклониться, положить мяч, выпрямиться, опустить руки, наклониться, взять мяч, выпрямиться. Повторить 4 раза.  «Приседания».  И.п.; ноги слегка расставлены, руки с мячом внизу. Присесть, положить мяч на пол между ног, выпрямиться, присесть, взять мяч, встать. Повторить 4 раза.  «Мяч вперед»  И. п.: ноги слегка расставлены, мяч внизу, в обеих руках. Поднять мяч вперед, опустить. Повторить 2 раза. Перестроение из круга.  Бег.  Ходьба друг за другом.  **Игровая.**  «Охотники», «Летучий мяч».  **Трудовая.**  Уборка инвентаря. | Участие в беседе.  Запоминание стихов и отгадывание загадок.  Самостоятельное выполнение упражнений с мячом.  Участие в коллективной игровой деятельности.  Участие в трудовой деятельности. | - ребенок умеет поддерживать беседу;  - самостоятельно выполняет упражнения с предметами (мячом);  - следит за своей осанкой;  - реагирует на сигнал педагога, инструктора;  - проявляет двигательную активность в игровой деятельности;  - доброжелательно взаимодействует со сверстниками при уборке инвентаря. |

2 неделя (два занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе – на повторение, закрепление)

Нумерация занятий: 3,4.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создания условий для развития потребности в двигательной деятельности в процессе занятий по физической культуре в условиях ДОУ.  **Задача:** формировать потребность в двигательной деятельности в процессе занятий по физической культуре в условиях ДОУ. | **Тема второй недели:**  **«Весеннее настроение»**  Краткое содержание:  - коммуникатив-ная деятельность;  - речевая деятельность;  - двигательная деятельность;  - игровая деятельность;  - трудовая деятельность. | **Коммуникативная.**  Беседа  «Весеннее настроение, весенние движения»  **Речевая.**  Стихи и загадки о весне (по подбору инструктора, педагога).  **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения  «Весна»  Ходьба друг за другом.  Бег.  Ходьба на носках. Построение в круг.  «Деревья качаются».  И.п.: ноги слегка расставлены, руки внизу. Руки поднять вверх, немного отвести влево, потом вправо, произнести «ш-ш-ш», опустить. Повторить 6 раз.  «Кусты качаются».  И.п.: ноги на ширине плеч, руки на поясе. Наклониться влево (вправо), выпрямиться. Повторить 6 раз.  «Ветер».  И.п.: ноги слегка расставлены, руки внизу. Поднести руки ко рту, подуть, опустить. Повторить 5 раз.  «Воробышки прыгают».  И.п.: то же. Прыжки на двух ногах на месте. После шести прыжков походить на месте и еще раз повторить прыжки. Перестроение из круга. Ходьба друг за другом.  **Игровая.**  Игры с прыжками «Переселение лягушек», «На одной ножке по дорожке»  **Трудовая.**  Уборка инвентаря. | Участие в беседе.  Запоминание стихов и отгадывание загадок.  Самостоятельное выполнение упражнений.  Участие в коллективной игровой деятельности.  Участие в трудовой деятельности.  Самостоятельное выполнение разных прыжков.  Участие в игровой деятельности.  Участие в трудовой деятельности. | - ребенок умеет поддерживать беседу;  - самостоятельно выполняет упражнения;  - следит за своей осанкой;  - реагирует на сигнал педагога, инструктора;  - проявляет двигательную активность в игровой деятельности;  - доброжелательно взаимодействует со сверстниками при уборке инвентаря. |

3 неделя (два занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе – на повторение, закрепление)

Нумерация занятий: 5,6.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создания условий для развития потребности в двигательной деятельности в процессе занятий по физической культуре в условиях ДОУ.  **Задача:** формировать потребность в двигательной деятельности в процессе занятий по физической культуре в условиях ДОУ. | **Тема третьей недели:**  **«Веселые матрешки»**  Краткое содержание:  - коммуникатив-ная деятельность;  - речевая деятельность;  - двигательная деятельность;  - игровая деятельность;  - трудовая деятельность. | **Коммуникативная.**  Беседа «Весеннее настроение, весенние движения».  **Речевая.**  Считалка (для реакции на сигнал)  « Колокольчик нас зовет, колокольчик нам поет. Динь – дон, динь - дон, встань и стой на счет динь – дон».  **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения «Матрешки» Ходьба в колонне.  Легкий бег.  Ходьба на носках, руки на поясе.  Построение в звенья.  «Матрешки пляшут».  И. п.: ноги слегка расставлены, руки внизу. Развести руки в стороны, опустить, сказать «ох». Повторить 5 раз.  «Матрешки кланяются».  И. п. ноги на ширине плеч, руки внизу. Наклониться вперед, отвести руки назад, выпрямиться. Повторить 5 раз.  «Матрешки качаются».  И.п. с ноги на ширине плеч, руки на поясе. Наклониться вправо (влево), выпрямиться. Повторить 6 раз. «Прыжки».  И. п.: ноги слегка расставлены, руки на поясе. Выполнить 8 прыжков на месте на двух ногах, непродолжительная ходьба на месте и вновь прыжки.  Остановки по сигналу.  **Игровая.**  Игры с прыжками. «Попрыгунчики», «Лягушки в болоте», «Здравствуй, сосед!».  **Трудовая.**  Уборка инвентаря. | Участие в беседе.  Запоминание считалки.  Самостоятельное выполнение упражнений по теме «Матрешка».  Выполнение движений с прыжками.  Деятельности.  Самостоятельное выполнение разных прыжков.  Участие в игровой деятельности.  Участие в трудовой деятельности. | - ребенок умеет поддерживать беседу;  - самостоятельно выполняет упражнения;  - следит за своей осанкой;  - реагирует на сигнал педагога, инструктора;  - проявляет двигательную активность в игровой деятельности;  -доброжелательно взаимодействует со сверстниками при уборке инвентаря. |

4 неделя (два занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе – на повторение, закрепление)

Нумерация занятий: 7,8.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца**: создания условий для развития потребности в двигательной деятельности в процессе занятий по физической культуре в условиях ДОУ.  **Задача:** формировать потребность в двигательной деятельности в процессе занятий по физической культуре в условиях ДОУ. | **Тема четвертой недели:**  **«Веселые игры»**  Итог месяца.  Содержание двигательной деятельности состоит из пройденных детьми упражнений, игр, которые проводятся по игровому сценарию, с использованием речевого, музыкально - художественного сопровождения. | «Веселые игры»  Итог месяца.  Содержание двигательной деятельности состоит из пройденных детьми упражнений, игр, которые проводятся по игровому сценарию, с использованием речевого, музыкально - художественного сопровождения. | Участие в «Веселых играх» | - ребенок имеет навыки и опыт участия в коллективной и индивидуальной соревновательной и двигательной деятельности. |

**Май**

|  |  |
| --- | --- |
| Календарные сроки | Содержание деятельности |
| 1 неделя (два занятия) | Тема первой недели: «Мониторинг освоения детьми образовательной области «Физическая культура» Ходьба и бег |
| 2 неделя (два занятия) | Тема второй недели: «Мониторинг освоения детьми образовательной области «Физическая культура» Прыжки. |
| 3 неделя (два занятия) | Тема третьей недели: «Мониторинг освоения детьми образовательной области «Физическая культура». Метание. Лазание. |
| 4 неделя (два занятия) | Тема четвертой недели: «Весенние старты» Физкультурный праздник |

**Организация двигательного режима**

|  |  |
| --- | --- |
| Физкультурные занятия | 2 раза в неделю |
| Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений | 3 раза в неделю |
| Музыкально – ритмические движения | 2 раза в неделю |
| Оздоровительный бег | Ежедневно |

**Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы**

|  |
| --- |
| Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями). |
| Использование спортивной предметно – развивающей среды. |
| Использование современного спортивного инвентаря и оборудования. |
| Учет возрастных особенностей, психического и физического состояния здоровья. |

1 неделя. Игровые задания, общеразвивающие программные упражнения по темам «Ходьба и бег» с учетом требований мониторинга по освоению детьми образовательной области «Физическая культура»

Нумерация занятий: 1,2.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создание условий для проведения мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие».  **Задача:** провести мониторинг эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности. | Тема первой недели:  «Ходьба и бег».  Краткое содержание:  проведение мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности. | **Коммуникативная.**  Беседа. Ответы на вопросы.  «Чему мы научились?»  **Двигательная.**  Приветствие.  Ходьба с ненапряженным положением туловища и головы. Свободное движение рук. Согласованные движения рук и ног. Соблюдение направления.  Инструктор (педагог) используя метод наблюдения, анализирует качество выполнения ходьбы.  Бег. Бег на скорость. Туловище прямое или наклонено немного вперед. Свободное движение рук. Соблюдение направления с опорой на ориентиры. Инструктор (педагог), используя метод наблюдения, анализирует качество выполнения бега.  **Игровая.**  Игры с бегом:  «Дорожки», «Зайка», «Пятнашки». | Участие в беседе.  Участие в двигательной деятельности.  Выполнение указаний педагога при ходьбе и беге.  Участие в игровой деятельности. | - ребенок отвечает на вопросы педагога;  - выполняет программные элементы ходьбы и бега;  -с интересом участвует в коллективных подвижных играх  - доброжелательно общается со сверстниками и взрослыми. |

2 неделя. Игровые задания, общеразвивающие программные упражнения по темам «Прыжки» с учетом требований мониторинга по освоению детьми образовательной области «Физическая культура»

Нумерация занятий: 3,4.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создание условий для проведения мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие».  **Задача:**  провести мониторинг эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности. | **Тема первой недели:**  **«Прыжки»**  Краткое содержание:  проведение мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности. | **Коммуникативная.**  Беседа. Ответы на вопросы.  «Умеем ли мы прыгать?»  **Двигательная.**  Приветствие. Ходьба и бег (с чередованием)  Прыжки.  Прыжки в длину с места: исходное положение, толчок, полет, приземление.  Прыжки в глубину (спрыгивание): толчок, полет, приземление.  Инструктор (педагог), используя метод наблюдения, анализирует качество выполнения прыжков.  **Игровая.**  Игры с прыжками: «Попрыгунчики», «Переселение лягушек». | Участие в беседе.  Участие в двигательной деятельности.  Выполнение указаний педагога при ходьбе и беге.  Участие в игровой деятельности. | - ребенок отвечает на вопросы педагога;  - выполняет программные элементы ходьбы и бега;  -с интересом участвует в коллективных подвижных играх;  - доброжелательно общается со сверстниками и взрослыми. |

3 неделя. Игровые задания, общеразвивающие программные упражнения по темам «Метение. Лазание», с учетом требований мониторинга по освоению детьми образовательной области «Физическая культура»

Нумерация занятий: 5,6.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель месяца:** создание условий для проведения мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие».  **Задача:**  провести мониторинг эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности. | **Тема третьей недели:**  **«Метание. Лазание»**  Краткое содержание:  проведение мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности. | **Коммуникативная.**  Беседа. Ответы на вопросы.  «Смелые, ловкие, умелые»  **Двигательная.**  Приветствие. Ходьба и бег (с чередованием).  Метание вдаль: исходное положение, замах, бросок.  Метение в горизонтальную цель: исходное положение, бросок, попадание в цель.  Лазание: крепкий хват руками, поочередный перехват рейки, чередующий шаг, уверенные активные движения.  Инструктор (педагог), используя метод наблюдения, анализирует качество выполнения метания, лазания.  **Игровая.**  Игры с прыжками: «Попрыгунчики», «Переселение лягушек». | Участие в беседе.  Участие в двигательной деятельности.  Выполнение указаний педагога при ходьбе и беге.  Участие в игровой деятельности. | - ребенок отвечает на вопросы педагога;  - выполняет программные элементы ходьбы и бега;  -с интересом участвует в коллективных подвижных играх;  - доброжелательно общается со сверстниками и взрослыми. |

4 неделя (два занятия: одно – подготовка к «Веселым стартам, второе - проведение праздника). «Весенние старты» Физкультурный праздник.

Нумерация занятий: 7,8.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образователь  ная область.  Цель.  Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель**: создание условий для проведения итогового физкультурного праздника «Веселые старты».  **Задача:**  провести итоговый физкультурный праздник «Веселые старты» | **Тема четвертой недели:**  **«Весенние старты» Физкультурный праздник.**  Содержание праздника составляют пройденные детьми подвижные игры, игровые упражнения. | «Весенние старты» Физкультурный праздник.  Содержание праздника составляют пройденные детьми подвижные игры, игровые упражнения. | Участие в физкультурном празднике. | - ребенок имеет навыки и опыт участия в коллективной и индивидуальной соревновательной и двигательной деятельности. |

* 1. **Итоговый мониторинг (модель) освоения детьми образовательной области «Физическое развитие»**

(«Мониторинг в детском саду», Санкт – Петербург, Детство – Пресс, 2011)

**Оценка освоения основных движений детьми дошкольного возраста (оценка двигательного опыта детей в баллах)**

|  |  |
| --- | --- |
| Показатели | Оценка |
| 1. Все элементы упражнения выполняются в полном соответствии с заданием и схемой движения | Пять баллов (отлично) |
| 1. При выполнении простых программных движений (теста) допущена одна ошибка, существенно не изменяющая характер движения и результат. | Четыре балла (хорошо) |
| 1. Простые программные движения выполняются с большим трудом, имеются значительные ошибки, отступления от задания. | Три балла (удовлетворительно) |
| 1. Упражнения практически не выполняются, однако, ребенок делает попытки к его выполнению. | Два балла (неудовлетворительно) |
| 1. Ребенок не предпринимает попыток к выполнению двигательных заданий, физически не в состоянии выполнить его. | Ноль баллов (плохо) |

**Качественные показатели освоения элементов техники основных движений детей 3 – 4 лет**

|  |  |
| --- | --- |
| Основные движения | Показатель |
| Ходьба и бег | Ходьба с ненапряженным положением туловища и головы. Свободное движение рук. Согласованные движения рук и ног.  Бег. Туловище прямое или наклонено немного вперед. Свободное движение рук. Соблюдение направления. |
| Прыжки | Исходное положение. Небольшое приседание на слегка расставленных ногах. Толчок, отталкивание одновременно двумя ногами. Полет, ноги слегка согнуты. Приземление, мягко. На две ноги. |
| Метание | Исходное положение: стоя, лицом в направлении броска, ноги слегка расставлены, правая рука согнута в локте. Замах. Бросок с силой. |
| Лазание | Крепкий хват руками.  Поочередный перехват руками рейки.  Чередующий шаг.  Активные, уверенные движения. |

**Примерный протокол проведения диагностики**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Фамилия, имя ребенка | Пол | Основные движения (оценка в баллах) | | | | Средний балл |
| №1 | №2 | №3 | И т.д. |
| Мальчики |  |  |  |  |  |  |
|  | м | 4 | 5 | 3 |  | 4 |
|  | м |  |  |  |  |  |
|  | м |  |  |  |  |  |
| И т.д. |  |  |  |  |  |  |
| Средний балл по группе мальчиков |  | 4,6 | 4,8 | 4,4 |  | 4,6 |
|  | д | 5 | 4 | 4 |  | 4,3 |
|  | д |  |  |  |  |  |
|  | д |  |  |  |  |  |
| И т.д. |  |  |  |  |  |  |
| Средний балл по группе девочек |  | 4.8 | 4,5 | 4.4 |  | 4.6 |
| Средний балл по группе |  | 4.7 | 4.6 | 4.4 |  | 4.6 |

**2.5 Содержание психолого – педагогической работы.**

Рекомендации воспитателю. Физкультурно – игровая деятельность.

**«Физическая культура, здоровье, безопасность»:**

ребенок старается ходить прямо, сохраняя заданное направление, бегать, изменяя направление и темп в соответствии с указаниями взрослого;

сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы;

может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом;

прыгает в длину с места;

катает мяч в заданном направлении, бросает двумя руками от груди, из-за головы, ударяет мячом об пол, бросает его вверх и ловит;

метает предметы правой и левой рукой на расстояние;

сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности;

пользуется физкультурным оборудованием в свободное время.

**Социально – коммуникативное развитие:**

проявляет доброжелательность по отношению к окружающим, откликается на эмоции близких людей и друзей, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, соблюдает правила в совместных играх, проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умеет делиться с товарищем;

имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков;

способен самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности.

**Речевое развитие:**

запоминает и повторяет спортивные считалки и загадки, способен поддерживать беседу, отвечать на вопросы, владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания.

**Познавательное развитие:**

различает по цвету и форме различный инвентарь и игровое оборудование, ориентируется в ритме и темпе выполнения движений.

**Художественно – эстетическое развитие:**

проявляет эстетическое отношение к словесному, музыкальному сопровождению.

Подвижные игры в повседневной жизни для детей 3 – 4 лет

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Месяц | Название игры | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная двигательная деятельность |
| Сентябрь | «Ходим – бегаем», «По тропинке», «Догони меня», «Обезьянки» «Найди мяч». | 1. Ходим по сигналу. 2. Равновесие - ходьба по ограниченной поверхности. 3. Ходим и бегаем, меняя направление на определенный сигнал. 4. Ползаем. 5. Подлезаем под веревку. 6. Бросаем предмет вдаль правой и левой рукой.   7. Слушаем стихи и выполняем характерные движения персонажей. |
| Октябрь | «Автомобиль», «Догоните меня», «Воробышки и автомобиль», «Пробеги и не сбей», «Поезд». | 1. Ходим – бегаем по сигналу (автомобиль едет то медленно, то быстро). 2. Бегаем – догоняем, в разных направлениях, останавливаемся по сигналу. 3. Прыгаем легко, как воробышки, сохраняя равновесие, прыжки вперед на двух ногах, слышим – когда появляется автомобиль. 4. Равновесие - побеги, не задень предмет. 5. Едем на поезде. Остановка, ходим по гимнастической скамейке, ходим парами в определенном направлении. 6. Бросаем и ловим мяч. |
| Ноябрь | «Скорее в круг», «Пружинки», «Машина» «Пройди как Мишка», «Проползи как мышка». | 1. Ходим по кругу, взявшись за руки, на носочках. Бегаем врассыпную. По сигналу возвращаемся в круг. 2. Мягко пружиним в коленях. 3. Ходим как Мишки. 4. Ползаем как мышки 5. Переступаем через препятствия. 6. Реагируем на сигнал. 7. Ловко крутим руль машины. Едем домой. |
| Декабрь | «Охотники и Зайцы», «Меткий стрелок», «Попади в мишень», «В зоопарке», «Лазающие обезьянки». | 1. Развиваем внимание и координа­цию движений. 2. Развиваем меткость попадания в мишень. 3. Лазаем по гимнастической стенке. 4. Ходим по гимнастической скамейке. 5. Прыгаем в длину с места, сохраняя чувство равновесия. |
| Январь | «Стой!», «Пушистые цыплята», «Берегись!», «Ловишки в кругу», «Попрыгаем». | 1. Выполняем характерные движения 2. Реагируем на сигнал. 3. Выполняем задания. 4. Движения под музыку. 5. Закрепляем умения ходить и бегать, прыгать. |
| Февраль | «Зеваки», «Веселые мячики», «Толкай мяч», «Играем с обручем». | 1. Катаем мяч в цель, толкаем мяч, прыгаем как мячики. 2. Развиваем внимание «Зеваки». 3. Катаем обруч друг другу. 4. Пролезаем в обруч. 5. Прыгаем в обруч. 6. Развиваем смелость и точность. |
| Март | «Бег с ленточкой над головой», «Проползи – не задень», «Бег между кеглями», «Тоннель», «Птицы и птенчики». | 1. Учимся бегать с лентой над головой. Бег с предметом. Сохраняем направление бега. 2. Ползаем на четвереньках. Ползаем, не задевая кегли. 3. Бегаем между кеглями. 4. Пролезаем в тоннель. 5. Развиваем внимание «Птицы и птенчики». |
| Апрель | «Попрыгунчики», «Лягушки в болоте», «Здравствуй, сосед!». | 1. Ходим по гимнастической скамейке и прыгаем в глубину. 2. Развиваем чувство равновесия и координации движений, прыгаем как лягушки, прыгаем по музыку. 3. Повторяем, закрепляем. Любимая игра «Здравствуй, сосед!». |
| Май | «Дорожки», «Зайка», «Пятнашки», «Попрыгунчики», «Переселение лягушек». | 1. Закреплять умение ходить по наклонной дорожке. 2. Прыгаем в высоту, в длину с места. 3. Пол­заем и подлезаем под дугу. 4. Развиваем координацию движений, ориентировку в пространстве, ловкость и самостоятельность. |

**3. Организационный раздел**

**3.1 Учебно – методическое обеспечение образовательного процесса**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Задачи | Игрушки | Игровое  оборудование | Дидактические  материалы | Виды деятельности |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| **Физическое развитие** | | | | |
| Развитие физических качеств - координации, гибкости и др. | Каталки, каталки на палочке, пирамиды с кольцами, развивающие наборы с пирамидами, кольцеброс | Машины-двигатели, игра - городки,  гольф детский, дартс, мяч резиновый,  мяч с рогами, мяч - попрыгун, горка большая, набор мягких модулей, сухой бассейн с комплектом шаров, клюшка с двумя мячами в сетке, спортивные мини-центры. | Примечание: для решения данной задачи не предусмотрено использование дидактического материала. | Игровая  Коммуникативная  Трудовая  Двигательная  Речевая  Познавательно - исследовательская  Художественно - эстетическая  Физическое развитие |
| Формирование опорно-двигательной системы организма, развитие равновесия, крупной и мелкой моторики обеих рук, обучение правильному, не наносящему ущерба организму, выполнению основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны) | Кегли, неваляшки, качалки, кольцеброс | Машины-двигатели, набор шаров для сухого бассейна, мяч резиновый, мяч-попрыгун, мяч массажный, обруч пластмассовый, игрушки для игры с водой и песком, тоннели крупногабаритные, клюшка с двумя мячами в сетке, массажная дорожка, набор теннисный детский (4 предмета),  набор для гольфа (3 предмета), дартс, скакалки, обручи, лопаты. | Мозаика, конструкторы, в т.ч. объёмные, шнуровки, развивающие наборы с пирамидами, пирамиды с кольцами. | Игровая  Коммуникативная  Трудовая  Двигательная  Речевая  Познавательно - исследовательская  Художественно - эстетическая  Физическое развитие |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта | Куклы-спортсмены | Набор боксерский, велосипеды, набор для игры в мини-футбол и т.п., набор теннисный детский (4 предмета), набор для гольфа (3 предмета). | Настольно-печатные игры. Демонстрационный материал типа «Спорт и спортсмены», макеты типа «Стадион» | Игровая  Коммуникативная  Трудовая  Двигательная  Речевая  Познавательно - исследовательская  Художественно - эстетическая  Физическое развитие |
| Овладение подвижными играми с правилами | Игры типа «Твистер», «Дартс» и т.п. | Мяч резиновый, мяч - попрыгун, набор для гольфа, набор для игры в мини - футбол и т.п. | Примечание: для решения данной задачи не предусмотрено использование дидактического материала | Игровая  Коммуникативная  Трудовая  Двигательная  Речевая  Познавательно - исследовательская  Художественно - эстетическая  Физическое развитие |
| Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере | Игра – городки, кольцеброс, движущиеся игрушки | Игровой центр с горкой, набор для игры в мини - футбол, набор боксерский. | Примечание: для решения данной задачи не предусмотрено использование дидактического материала | Игровая  Коммуникативная  Трудовая  Двигательная  Речевая  Познавательно - исследовательская  Художественно - эстетическая  Физическое развитие |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Развитие физических качеств – координации, гибкости и др. | Каталки, каталки на палочке, пирамиды с кольцами, развивающие наборы с пирамидами, кольцеброс | Машины-двигатели, игра - городки, гольф детский, дартс, мяч резиновый,  мяч с рогами, мяч – попрыгун, горка большая, набор мягких модулей, сухой бассейн с комплектом шаров, клюшка с двумя мячами в сетке, спортивные мини-центры. | Примечание: для решения данной задачи не предусмотрено использование дидактического материала | Игровая  Коммуникативная  Трудовая  Двигательная  Речевая  Познавательно-исследовательская  Художественно-эстетическая  Физическое развитие |
| Формирование опорно-двигательной системы организма, развитие равновесия, крупной и мелкой моторики обеих рук, обучение правильному, не наносящему ущерба организму, выполнению основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны) | Кегли, неваляшки, качалки, кольцеброс | Машины-двигатели, набор шаров для сухого бассейна, мяч резиновый, мяч-попрыгун, мяч массажный, обруч пластмассовый, игрушки для игры с водой и песком, тоннели крупногабаритные, клюшка с двумя мячами в сетке, массажная дорожка, набор теннисный детский (4 предмета), набор для гольфа (3 предмета), дартс, скакалки, обручи, лопаты. | Мозаика, конструкторы, в т.ч. объёмные, шнуровки, развивающие наборы с пирамидами, пирамиды с кольцами | Игровая  Коммуникативная  Трудовая  Двигательная  Речевая  Познавательно - исследовательская  Художественно - эстетическая  Физическое развитие |
| Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта | Куклы-спортсмены | Набор боксерский, велосипеды, набор для игры в мини-футбол и т.п., набор теннисный детский (4 предмета), набор для гольфа (3 предмета). | Настольно-печатные игры. Демонстрацион-ный материал типа «Спорт и спортсмены», макеты типа «Стадион» | Игровая  Коммуникативная  Трудовая  Двигательная  Речевая  Познавательно - исследовательская  Художественно - эстетическая  Физическое развитие |

1. **Список литературы**
2. Абдульманова Л.В. Воспитание физической культуры у детей дошкольного возраста.- Ростов-на-Дону: Изд-во РГПУ, 2004.
3. Абдульманова Л.В.Развитие основ физической культуры детей 4 – 7 лет в парадигме культуросообразного образования. – Ростов-на-Дону: Изд – во РГПУ, 2005.
4. Адашкявичене Э.Й. Спортивные упражнения в детском саду.- М.: Просвещение, 1992.
5. Аксенова Н. Формирование двигательной активности. Старший дошкольный возраст//Дошкольное воспитание№6.-2000.
6. Алексеева Н.П. Воспитание игровой деятельности. Книга для учителя. – М: «Просвещение».
7. Антонов Ю.Е. «Здоровый дошкольник 21 века», М., 2000 г.
8. Бойд Кит М., Осборн Кевин Воспитание малышей и дошкольников — Москва, Терра-Книжный клуб, 2001 г.
9. Болотина Л.Р., Комарова Т.С., Баранов С.П. Дошкольная педагогика: Учебное пособие для студентов сред.пед.учебн.заведений.- М.: Изд. Центр «Академия»,2015.
10. Быкова А.И. Подвижные игры в организации жизни детей и педагогическое руководство ими // Роль игры в д/с. – М.: АПН РСФСР, 1961.
11. Викулов А.Д. «Развитие физических способностей детей», Ярославль, 1996 г.
12. Гориневский В.В., Марц В.Г., Родин А.Ф. Игры и развлечения: Сборник, 3 изд, перераб. и дополн. – М.: Молодая гвардия, 1984.
13. Дегтярев И.П. Физическое развитие. Киев 2015.
14. Жуковская Р.И. Игра и ее педагогическое значение. – М., 1995
15. Журнал «Современное дошкольное образование. Теория и практика». 6 (38)/2013.
16. Змановский Ю.Ф. Воспитательно-оздоровительная работа в дошкольных учреждениях / Дошкольное воспитание. 1993, № 9.
17. Карпухина Н.А. Физическая культура. Утренняя гимнастика : практич. Пособие для воспитателей и методистов ДОУ – Воронеж : ЧП Лакоценин С. С, 2008
18. Кудрявцев В.Т. Программа развития двигательной активности и оздоровительной работы с детьми 4-7 лет.-М., 1998.
19. Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. – М: Просвещение, 1974.
20. Киноман А.В., Осокина Т.И. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. – М: Просвещение, 2014.
21. Киноман А.В., Осокина Т.И. «Детские народные подвижные игры», М., 1995 г.
22. Кистяковская М.Ю. Физическое воспитание детей дошкольного возраста. – М: Педагогика, 1978.
23. Клевенко В.М. Быстрота как развитие физических качеств. – Москва 2008.
24. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. «Развивающая педагогика оздоровления».- М.,2000 г.
25. Лайзане С. Я. Физическая культура для малышей: Кн. Для воспитателя дет. Сада. – М.: Просвещение, 2002.
26. Лисицкая Т.С., Новикова Л.А. Физическое развитие дошкольников. Учебно-методическое пособие для подготовки к школе— Москва, АСТ, Астрель, 2014 г.
27. Литвинова Т.И., «Русские народные подвижные игры», М., 2016 г.
28. Лучшие подвижные и логические игры для малышей от 3 до 6 лет: — Санкт-Петербург, Книга по Требованию, 2008 г.
29. Миронова Р.М. Игра в развитии активности детей: Кн.для учителя. - Мн.: Нар. Асвета, 1989.
30. Никитина, С. В. «О разумной организации жизни и деятельности детей в детском саду в свете современных требований». М.,2013.
31. Новоселова С.Л. О новой классификации детских игр/Дошкольное воспитание. – 1997 №3.
32. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. – Издание 3-е, переработанное. М:Просвещение, 1985.
33. Пензулаева Л.И. «Методика проведения подвижных игр» – М: Мозаика-Синтез, 2009 г.
34. Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия в детском саду» Вторая младшая группа. – М:Владос,2001г.
35. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия с детьми 5 – 6 лет: Пособие для воспитателя дет. Сада. – М.: Просвещение, 2003.
36. Петрова И.А. Музыкальные игры для дошкольников — Москва, Детство-Пресс, 2011 г.
37. Покровский Е.А. Значение детских игр в отношении воспитания и здоровья. – М.: тип. А. А. Карцева, 1884.
38. Покровский Е.А. Игры на развитие ловкости. Коллекция русских детских игр — Санкт-Петербург, Сфера, 2010 г.
39. Сомкова О. Н. «Инновационные подходы к планированию образовательного процесса в детском саду». М., 2013
40. Степаненкова Э.Я. «Физическое воспитание в детском саду» Программа и методические рекомендации. Для занятий с детьми 2-7 лет. – М: Мозаика-Синтез, 2009 г
41. Токарева Т.Э. Мониторинг физического развития детей. Вторая младшая группа — Санкт-Петербург, Учитель, 2012 г.
42. Трубайчук Л.В. Интеграция как средство организации образовательного процесса. М., 2013.
43. Уорнер Пенни 160 развивающих игр для детей до 3 лет — Москва, Попурри, 2009 г.
44. Федеральный Государственный Образовательный Стандарт. Ссылка: http://standart.edu.ru/].
45. **Приложение.**

**Анкета для родителей «Физическая культура семьи»**

1.Ф.И.О.,образование\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2. Сколько детей в Вашей семье?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. Занимается ли спортом мама? папа? Кто из родителей занимается или Каким?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4. В Вашем доме есть ли какой – либо спортивный снаряд? Какой?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

5. Посещает ли Ваш ребенок спортивную секцию? Какую?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

6. Стараетесь ли Вы и ваш ребенок соблюдать режим дня? (ДА, НЕТ)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

7. Как Вы относитесь к занятиям утренней гимнастикой?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

8. Делаете ли вы дома утреннюю гимнастику? (подчеркнуть)

Мама (да, нет). Папа (да, нет). Дети(да, нет).

1. Соблюдает ли Ваш ребенок дома правила личной гигиены?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(моет руки перед едой, после туалета, умывается, чистит зубы, моет ноги)

1. Проводите ли Вы дома с детьми закаливающие мероприятия? (ДА, НЕТ)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

11. Гуляете ли Вы с ребенком после детского сада? (ДА, НЕТ, ИНОГДА)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

12. Гуляет ли Ваш ребенок один, без взрослых? (ДА, НЕТ, ИНОГДА)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

13. Виды деятельности ребенка после прихода из детского сада и в выходные дни:

- подвижные игры

- спортивные игры

- настольные игры

- чтение книг

- просмотр телепередач

- компьютерные игры

- рисование, конструирование

- занятия музыкой, танцами

-другое:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

СПАСИБО ЗА СОТРУДНИЧЕСТВО!