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 6-7 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 6 - 7 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 6 -7 лет (январь-май)…………………………….……….29

* 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)………………………….………...52

**3. Организационный раздел**…………………………………………….………….……....56

3.1 Учебно – методическое обеспечение образовательного процесса (примерное).

**4. Список литературы**………………………………………………….…..…………….….59

**5. Приложение (анкета для родителей)**……………………….……………...........……....60

 **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 6 - 7 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 6 -7 лет:**  к 7 годам скелет ребенка становится более крепким, поэтому он может выполнять различные движения, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует усиленный рост ног. Ноги и руки становятся более выносливыми, ловкими, подвижными. В этом возрасте дети уже могут совершать довольно длительные прогулки, долго бегать, выполнять сложные физические упражнения. У семилетних детей отсутствуют лишние движения. Ребята уже самостоятельно, без специальных указаний взрослого, могут выполнить ряд движений в определенной последовательности, контролируя их, изменяя (произвольная регуляция движений). Ребенок уже способен достаточно адекватно оценивать результаты своего участия в подвижных и спортивных играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом доставляет ребенку радость и поддерживает положительное отношение к себе и своей команде («мы выиграли, мы сильнее»).

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.

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, возрастно – половые показатели развития двигательных качеств у детей 6 - 7 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.

**2. Содержательный раздел**

**2.1 Примерное планирование образовательной деятельности для инструктора, воспитателя, педагога дополнительного образования по физическому развитию детей 6 -7 лет (сентябрь – декабрь).**

 **Сентябрь**

|  |  |
| --- | --- |
| Календарные сроки |  Содержание деятельности |
| 1 неделя (два занятия) | Тема первой недели:«Построения и перестроения» «Ходьба и равновесие». |
| 2 неделя (два занятия) | Тема второй недели: « Прыжки с разбега. Подлезание» |
| 3 неделя (два занятия) | Тема третьей недели:«Бросание мяча. Ползание, лазание» |
| 4 неделя (два занятия) | Тема четвертой недели: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 | ежедневно |
| Использование спортивной предметно – развивающей среды | ежедневно |
| Использование современного спортивного инвентаря и оборудования | ежедневно |
| Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья | ежедневно |

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**: создание условий для накапливания и обогащения двигательного опыта детей.**Задача:** обогатить двигательный опыт детей в процессе разных видов детской деятельности. |  **Тема первой недели:****«Построения и перестроения», «Ходьба и равновесие».**Краткое содержание:- коммуникативная деятельность;- двигательная деятельность;- игровая деятельность;- трудовая деятельность. | **Коммуникативная.**Беседа о необходимости проявления волевых усилий для достижения хороших результатов.**Двигательная.**Общеразвивающие упражнения для рук и плечевого пояса.Основные движения.Ходьба. Быстро и организованно строиться в колонну по одному, парами, в круг. Равнение в колонне, шеренге, круге. Перестроение их одной колонны в две. Из одного круга – в два. Ходьба по гимнастической скамейке прямо, приставляя пятку к носку (с мешочком на голове). Прыжки на двух ногах че­рез шнур. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом через мячи. Перебрасывание мячей друг другу: двумя руками снизу; двумя руками из-за головы (расстояние - 3 м).**Игровая.**«Проведи мяч».«Круговая лапта».**Трудовая.**Уборка инвентаря. | Принимает участие в беседе.Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений для рек и плечевого пояса.Самостоятельное и точное выполняет основные движения.Самостоятельная ходьба по гимнастической скамейке прямо, приставляя пятку к носку (с мешочком на голове).Самостоятельное выполнение прыжков на двух ногах че­рез шнур.Самостоятельное перебрасывание мячей друг другу: двумя руками снизу, двумя руками из-за головы (расстояние - 3 м)Участие в игровой деятельности.Участие в трудовой деятельности. | - ребенок ходит и бегает в колонне по одному с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняет равно­весие на повышенной опоре;- ходит по гимнастической скамейке прямо с мешочком на голове; - правильно выполняет все виды основных дви­жений; - прыгает на двух ногах из обруча в обруч, - перебрасывают мяч друг другу;-доброжелательно взаимодействует со сверстниками и взрослыми. |

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:** создание условий для накапливания и обогащения двигательного опыта детей.**Задача:** обогатить двигательный опыт детей в процессе разных видов детской деятельности. |  **Тема второй недели:****« Прыжки с разбега. Подлезание».**Краткое содержание:- коммуникативная деятельность;- двигательная деятельность;- игровая деятельность;- трудовая деятельность. | **Коммуникативная.**Беседа о необходимости проявления внимания на занятиях.**Двигательная.**Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом (10 метров ходьба, 20 м - бег); бег врассыпную; ходьба и бег с различным положением рук, с четким поворотом на углах; бег до 60 секунд; перестроение в колонну по три.Общеразвивающие упражнения. Поднятия рук вверх, вперед, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке. Опускания и повороты головы в стороны.Приседания, держа руки за головой, выставляя ногу вперед на носок скрестно.Сохранение равновесия, стоя на скамейке.Основные движения.Прыжки с разбега с доставанием до предмета. Подлезание под шнур правым и левым боком. Перебрасывание мячей друг другу двумя способами (расстояние - 4 м). Упражнение «Крокодил».  Прыжки на двух ногах из обруча в обруч (положе­ние в шахматном порядке)**Игровая**.«Не оставайся на полу», «Вершки и корешки».**Трудовая.**Уборка инвентаря. | Принимает участие в беседе.Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.Самостоятельное и точное выполняет основные движения.Самостоятельное выполнение прыжков. Самостоятельное перебрасывание мячей друг другу: двумя руками снизу; двумя руками из-за головы (расстояние -4 м).Участие в игровой деятельности.Участие в трудовой деятельности. | - ребенок умеет поддержать беседу;- проявляет самостоятельность при выполнении общеразвивающих и основных движений; - правильно выполняет все виды основных дви­жений; -перебрасывают мяч друг другу;-доброжелательно взаимодействует со сверстниками и взрослыми. |

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

 Нумерация занятий: 5,6.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная 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 безопасного проведения занятий по физической культуре.**Задача:** обогатить двигательный опыт детей в процессе разных видов детской деятельности. Научить правилам безопасного поведения во время занятий по физической культуре. |  **Тема третьей недели «Бросание мяча. Ползание, лазание».**Краткое содержание:- коммуникативная деятельность;- двигательная деятельность;- игровая деятельность;- трудовая деятельность. | **Коммуникативная.**Беседа о безопасном поведении при выполнении игровых заданий.**Двигательная.**Общеразвивающие упражнения (по выбору педагога) и основные движения по теме недели.Бросание малого мяча вверх (правой и левой рукой), ловля двумя руками. Ползание на животе, подтя­гиваясь руками (в конце - ку­вырок). Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет.  Ходьба по гимнастической скамейке с хлопками на каж­дый раз под ногой, на середи­не скамейки - поворот, присе­дание и ходьба до конца сна­ряда.**Игровая.**Эстафеты: «Дорожка препятствий», «Пингвины» (две команды), «Быстро передай» (боком), «Крокодилы» (в парах две ко­манды).**Трудовая.**Уборка инвентаря. | Принимает участие в беседе.Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.Самостоятельное и точное выполняет основные движения.Самостоятельное выполнение прыжков.Самостоятельное выполнение упражнений с мячами.Участие в игровой деятельности.Участие в трудовой деятельности. | - ребенок умеет поддержать беседу;- проявляет самостоятельность при выполнении общеразвивающих и основных движений; - правильно выполняет все виды основных дви­жений; -перебрасывают мяч друг другу;-доброжелательно взаимодействует со сверстниками и взрослыми. |

4 неделя (два занятия: первое – подготовка к эстафете, второе – проведение эстафеты.)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная 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 подготовки и проведения семейно – группового спортивного праздника.**Задача:** провести семейно – групповой спортивный праздник в виде «Осенней эстафеты». |  **Тема четвертой недели: «Осенняя эстафета»**. Семейно – групповой спортивный праздник.Содержание «Осенней эстафеты» составляют освоенные детьми упражнения, подвижные игры. | **Коммуникативная.**Беседа о безопасном поведении при выполнении игровых заданий.«Осенняя эстафета». Семейно – групповой спортивный праздник.Содержание «Осенней эстафеты» составляют освоенные детьми упражнения, подвижные игры. | Участие в семейно – групповом спортивном празднике. | - ребенок умеет поддержать беседу;- проявляет активность и волевые усилия в соревновательной деятельности. |

**Октябрь**

|  |  |
| --- | --- |
| Календарные сроки |  Содержание деятельности |
| 1 неделя - два занятия | Тема недели: «Ходьба и равновесие. Прыжки. Бросание мяча» |
| 2 неделя - два занятия | Тема недели: «Прыжки. Мяч и обруч» |
| 3 неделя - два занятия | Тема недели: «Ведение мяча. Ползание. Ходьба по рейке гимнасти­ческой скамейки. Прыжки» |
| 4 неделя - два занятия | Тема недели: «Неделя подвижных игр» |

**Организация двигательного режима**

|  |  |
| --- | --- |
| Физкультурные занятия |  2 раза в неделю |
| Спортивные прогулки с использованием подвижных игр | 3 раза в неделю |
| Музыкально – ритмические движения | 2 раза в неделю |
| Утренняя гимнастика | ежедневно |
| Оздоровительный бег | ежедневно |

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

|  |  |
| --- | --- |
| Соблюдение гибкого режима | ежедневно |
| Использование спортивной предметно – развивающей среды | ежедневно |
| Использование современного спортивного инвентаря и оборудования | ежедневно |
| Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья | ежедневно |

1 неделя (два занятия, первое – на освоение, второе - на закрепление, повторение)

 Нумерация занятий: 1,2

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры(результат) |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| **Физическое развитие.****Цель**: создание условий для развития двигательной активности и выполнения программных задач по физическому развитию детей.**Задача:** развивать двигательную активность в процессе выполнения упражнений, заданий и подвижных игр.  | **Тема первой недели «Ходьба и равновесие. Прыжки. Бросание мяча»**Краткое содержание:- коммуникативная деятельность;- двигательная деятельность;- игровая деятельность;- трудовая деятельность. | **Коммуникативная.**Беседа о безопасном поведении при выполнении игровых заданий.**Двигательная.**Ходьба и бег в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходьба и бег между линиями. Бег в среднем темпе до 1,5 минут.Общеразвивающие упражнения.Поднятия рук вверх из положения руки к плечам. Повороты туловища в стороны, поднимая руки вверх - в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы): накло­ны вперед, подняв руки вверх, держа руки в стороны. Поочередное пружинистое сгибание ног (стоя, ноги врозь). Сохранение равновесия, стоя на кубе на носках. | Участие в беседе.Самостоятельное выполнение двигательных заданий: ходьбы и бега в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходьбе и беге между линиями. Бег в среднем темпе до 1,5 минут.Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений: поднятия рук вверх из положения руки к плечам. Повороты туловища в стороны, поднимая руки вверх - в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы): накло­ны  | - ребенок поддерживает беседу, может высказать свое суждение;- старается точно выполнять двигательные задания;- способен проявлять волевые усилия при выполнении бега (на время);- у ребенка развита крупная и мелкая моторика;- проявляет активность в выполнении упражнений для рук и плечевого пояса;- проявляет ловкость в прыжках через предметы;- отбивает, передает, подбрасывает мяч разными способами; |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|   |  | Основные движения. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за голову, на середине - при­сесть, встать и пройти даль­ше, боком.Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за голову, на середине - при­сесть, встать и пройти даль­ше, боком, приставным ша­гом с мешочком на голове. Прыжки через шнур и вдоль на двух ногах, на правой (левой) ноге. Бросание малого мяча вверх, ловля двумя руками, перебрасывание друг другу.**Игровая.**«Стоп», «Вершки и корешки».**Трудовая.**Уборка инвентаря. | вперед, подняв руки вверх, держа руки в стороны. Поочередное пружинистое сгибание ног (стоя, ноги врозь).Сохранение равновесия, стоя на кубе на носках.Самостоятельное выполнение ходьбы по гимнастической скамейке на носках.Прыжки через шнур и вдоль на двух ногах, на правой (левой) ноге. Бросание малого мяча вверх, ловля двумя руками, перебрасывание друг другу.Участие в подвижных играх. Участие в трудовой деятельности.  | - проявляет элементы творчества в подвижных играх;- охотно занимается трудовой деятельностью (уборкой инвентаря). |

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

 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:** создание условий для развития двигательных навыков. **Задача:** развивать двигательную активность в процессе выполнения упражнений, заданий и подвижных игр, прыжков, упражнений с мячом и обручем.  |  **Тема второй недели:****«Прыжки. Мяч и обруч».**Краткое содержание:- коммуникативная деятельность;- двигательная деятельность;- игровая деятельность;- трудовая деятельность. | **Коммуникативная.**Беседа о прыжках и играх с мячом.**Двигательная.**Общеразвивающие упражнения по выбору педагога.Основные движения по теме недели. Прыжки с высоты (40 см). Отбивание мяча одной ру­кой на месте. Ведение мяча, забрасыва­ние его в корзину двумя ру­ками. Пролезание через три об­руча, в обруч прямо и боком.**Игровая.**«Мышеловка», «Эхо».**Трудовая.** Уборка инвентаря. | Участие в беседе.Самостоятельное выполнение двигательных заданий.Самостоятельное выполнение прыжков с высоты (40 см). Отбивание мяча одной ру­кой на месте. Ведение мяча, забрасыва­ние его в корзину двумя ру­ками. Пролезание через три об­руча, в обруч прямо и боком.Участие в подвижных играх. Участие в трудовой деятельности. | - ребенок поддерживает беседу, может высказать свое суждение;- старается точно выполнять двигательные задания;- у ребенка развита крупная и мелкая моторика;- проявляет ловкость в прыжках с высоты;- отбивает, передает, подбрасывает мяч разными способами;- проявляет элементы творчества в подвижных играх;- охотно занимается трудовой деятельностью (уборкой инвентаря). |

3 неделя (два занятия, первое – на освоение, второе - на закрепление, повторение)

Нумерация занятий: 5,6

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная 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 развития двигательных навыков со спортивными предметами.**Задача:** развивать двигательную активность в процессе выполнения упражнений, заданий и подвижных игр, прыжков, упражнений со спортивными предметами. |  **Тема третьей недели:****«Ведение мяча. Ползание. Ходьба по рейке гимнасти­ческой скамейки. Прыжки».**Краткое содержание:- коммуникативная деятельность;- двигательная деятельность;- игровая деятельность;- трудовая деятельность. | **Коммуникативная.**Беседа о правилах поведения в коллективных играх.**Двигательная.**Общеразвивающие упражнения по выбору педагогаОсновные движения по теме недели.Ведение мяча: по прямой, сбоку; между предметами; по полу, подталкивая мяч го­ловой.Ползание по гимнастиче­ской скамейке на животе пря­мо, подтягиваясь руками.Ходьба по рейке гимнасти­ческой скамейки, руки за го­ловой, с мешочком на голове.Прыжки вверх из глубокого приседа.**Игровая.**«Охотники и утки», «Фигур­ная ходьба», «Улитка, иголка и нитка».**Трудовая.**Уборка инвентаря.  | Участие в беседе.Самостоятельное выполнение двигательных заданий.Самостоятельное выполнение заданий с мячом. Отбивание мяча одной ру­кой на месте. Ведение мяча по прямой, сбоку; между предметами; по полу, подталкивая мяч го­ловой.Ходьба по рейке гимнасти­ческой скамейки, руки за го­ловой, с мешочком на голове.Прыжки вверх из глубокого приседания.Участие в подвижных играх. Участие в трудовой деятельности. | - ребенок поддерживает беседу, может высказать свое суждение;- старается точно выполнять двигательные задания;- у ребенка развита крупная и мелкая моторика;- проявляет ловкость в прыжках;- владеет ведением мяча по прямой;- проявляет элементы творчества в подвижных играх;- охотно занимается трудовой деятельностью (уборкой инвентаря).  |

4 неделя (два занятия, первое – на освоение, второе - на закрепление, повторение)

Нумерация занятий: 7,8

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная 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 эстафеты и подвижных игр.**Задача:** провести «Неделю подвижных игр» для повторения и закрепления двигательных умений и навыков. |  **Тема четвертой недели:****«Неделя подвижных игр».**Краткое содержание:- двигательная деятельность;- игровая деятельность; | **Двигательная.**« Неделя подвижных игр»***Игры, игровые упражнения***:1. «Проведи мяч».2. «Круговая лапта».3. «Кто самый меткий?».4. «Эхо» (малоподвижная).5. «Совушка». ***Эстафеты:***1. «Кто быстрее?» (ведение мяча).2. «Мяч водящему» (играют 2-3 команды).3. «Ловкая пара».4. «Не задень» (2-3 команды). | Участие в подвижных играх и эстафетах. | - ребенок с интересом участвует в подвижных играх и эстафетах;- проявляет волевые усилия в командных соревнованиях. |

**Ноябрь**

|  |  |
| --- | --- |
| Календарные сроки |  Содержание деятельности |
| 1 неделя - два занятия | Тема недели «Ходьба по канату» «Прыжки через шнур» |
| 2 неделя - два занятия | Тема неделя «Баскетбол» |
| 3 неделя - два занятия | Тема неделя «Ползание. Лазание. Метание» |
| 4 неделя - два занятия | Тема недели «Подвижные игры» |

**Организация двигательного режима**

|  |  |
| --- | --- |
| Физкультурные занятия |  2 раза в неделю |
| Спортивные прогулки с использованием подвижных игр | 3 раза в неделю |
| Музыкально – ритмические движения | 2 раза в неделю |
| Утренняя гимнастика | ежедневно |
| Оздоровительный бег | ежедневно |

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

|  |  |
| --- | --- |
| Соблюдение гибкого режима | ежедневно |
| Использование спортивной предметно – развивающей среды | ежедневно |
| Использование современного спортивного инвентаря и оборудования | ежедневно |
| Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья | ежедневно |

1 неделя (два занятия, первое – на освоение, второе - на закрепление, повторение)

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:** создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности, для выполнения физических упражнений из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе.**Задача:** формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности для выполнения физических упражнений из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе. |  **Тема первой недели** **«Ходьба по канату» «Прыжки через шнур».**Краткое содержание:- коммуникативная деятельность;- двигательная деятельность;- игровая деятельность;- трудовая деятельность. | **Коммуникативная.**Беседа о важности выполнения физических упражнений из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе.**Двигательная.** Ходьба и бег в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходьба и бег между линиями.Общеразвивающие упражненияПоднятие и опускание плеч. Поднимание обеих ног в упоре сидя, оттягивая носки, удерживание ног в этом положении. Приседания из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Сохранение равновесия, стоя на одной ноге.Основные движения. Ходьба по канату боком приставным шагом. Прыжки через шнуры. Эстафета «Мяч водящему». Прыжки попеременно на левой и правой ногах через шнур. | Участие в беседе.Участие в разных видах ходьбы и бега: ходьбе и беге в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходьбе и бегу между линиями.Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений: поднятие и опускание плеч; поднимание обеих ног в упоре сидя, оттягивая носки, удерживание ног в этом положении. Приседания из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь.Сохранение равновесия, стоя на одной ноге. Самостоятельное выполнение основных движений.Участие в эстафете.Самостоятельное выполнение прыжков. | - ребенок поддерживает беседу, может высказать свое суждение;- старается точно выполнять двигательные задания;- умеет удерживать равновесие;- у ребенка развита крупная и мелкая моторика;- проявляет активность в выполнении упражнений для рук и плечевого пояса;- проявляет ловкость в прыжках;- проявляет элементы творчества в подвижных играх. |

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

 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:** создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.**Задача:** познакомить детей с различными видами спорта. |  **Тема второй недели: «Баскетбол».**Краткое содержание:- коммуникативная деятельность;- двигательная деятельность;- игровая деятельность;- трудовая деятельность. | **Коммуникативная.**Беседа об игре в баскетбол.**Двигательная.**Общеразвивающие упражнения по выбору педагога.Основные движения по теме недели.Прыжки через короткую скакалку с вращением ее вперед. Ползание под шнур боком.Прокатывание обруча друг другу.«Попади в корзину» (баскетбольный  вариант, расстояние - 3 м)**Игровая.**«Мышеловка», «Эхо». | Участие в беседе.Самостоятельное выполнение двигательных заданий.Самостоятельное выполнение прыжков.Ползание под шнур боком.Прокатывание обруча.Самостоятельное выполнение баскетбольных движений с мячом.Участие в игровой деятельности. | - ребенок поддерживает беседу, может высказать свое суждение;- старается точно выполнять двигательные задания;- у ребенка развита крупная и мелкая моторика;- проявляет ловкость в прыжках с высоты;- отбивает, передает, подбрасывает мяч разными способами;-с интересом выполняет задания и правила баскетбольной игры;- проявляет элементы творчества в подвижных играх;- охотно занимается трудовой деятельностью (уборкой инвентаря).  |

3 неделя (два занятия, первое – на освоение, второе - на закрепление, повторение)

Нумерация занятий: 5,6

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная 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 развития у детей физических качеств в ведущих в этом возрасте: быстроты, ловкости, координации.**Задача:** развивать ведущие физические качества детей в процессе разных видов игровой деятельности. |  **Тема третьей недели:****«Ползание. Лазание. Метание».**Краткое содержание:- коммуникативная деятельность;- двигательная деятельность;- игровая деятельность;- трудовая деятельность. | **Коммуникативная.**Беседа о безопасном метании предметов в цель.**Двигательная.**Общеразвивающие упражнения по выбору педагога.Основные движения по теме недели.Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине.Метание в горизонтальные цели (расстояние - 4метра). Влезание на гимнастическую стенку и переход на другой - пролет по диагонали.Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через кубики, руки на поясе.**Игровая.**«Рыбак и рыбки», «Придумай фигуру» (ходьба в колонне).**Трудовая.**Уборка инвентаря.  | Участие в беседе.Самостоятельное выполнение двигательных заданий.Самостоятельное выполнение основных движений: ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине.Метание в горизонтальныецели (расстояние - 4метра). Влезание на гимнастическую стенку и переход на другой пролет по диагонали.Самостоятельное выполнение ходьбы по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через кубики, руки на поясе.Участие в подвижных играх. Участие в трудовой деятельности. | - ребенок поддерживает беседу;- самостоятельно выполняет основные движения;- проявляет волевые усилия при метании, лазании, ползании;- проявляет активность в коллективных подвижных играх;- проявляет уважение к собственным трудовым действиям и труду своих сверстников. |

4 неделя (два занятия, первое – на освоение, второе - на закрепление, повторение)

Нумерация занятий: 7,8

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная 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 эстафеты и подвижных игр.**Задача**: провести «Неделю подвижных игр» для повторения и закрепления двигательных умений и навыков. |  **Тема четвертой недели:****«Неделя подвижных игр»**Краткое содержание:- двигательная деятельность;- игровая деятельность. | **Двигательная.****«Неделя подвижных игр»**Игры, игровые упражнения, эстафеты.***Подвижные игры:***1. «Перелет птиц»2. «Лягушки и цапля» 3. «Что изменилось?» 4. «Удочка» 5. «Придумай фигуру»***Игровые эстафеты:***1. «Быстро передай» (в колонне)2. «Кто быстрее доберетсядо флажка?» (прыжки на левойи правой ногах)3. «Собери и разложи» (обручи)4. «Летает - не летает»5. «Муравейник» | Участие в подвижных играх и эстафетах. | - ребенок с интересом участвует в подвижных играх и эстафетах;- проявляет волевые усилия в командных соревнованиях. |

**Декабрь**

|  |  |
| --- | --- |
| Календарные сроки |  Содержание деятельности |
| 1 неделя - два занятия | Тема недели «Ходьба. Бег». Мониторинговые задания.  |
| 2 неделя - два занятия | Тема недели «Прыжки». Мониторинговые задания.  |
| 3 неделя - два занятия | Тема недели «Ползание. Лазание. Метание». Мониторинговые задания. |
| 4 неделя - два занятия | Тема недели «Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной деятельности», «Подвижные игры». |

**Организация двигательного режима**

|  |  |
| --- | --- |
| Физкультурные занятия | 2 раза в неделю |
| Спортивные прогулки с использованием подвижных игр | 3 раза в неделю |
| Музыкально – ритмические движения | 2 раза в неделю |
| Утренняя гимнастика | ежедневно |
| Оздоровительный бег | ежедневно |

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

|  |  |
| --- | --- |
| Соблюдение гибкого режима | ежедневно |
| Использование спортивной предметно – развивающей среды | ежедневно |
| Использование современного спортивного инвентаря и оборудования | ежедневно |
| Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья | ежедневно |

1 неделя (два занятия, первое – на повторение основных мониторинговых заданий, второе - на результат развития)

 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:** создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований промежуточного мониторинга. **Задача:** закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований промежуточного мониторинга.  |  **Тема первой недели «Ходьба. Бег» Мониторинговые задания**Краткое содержание:- выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Ходьба»;- выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Бег»;- игровая деятельность;- трудовая; деятельность. | **Двигательная.** Мониторинговые задания.Ходьба в разных построениях (в колонне по одному, парами, тройками, в круге, в шеренге). Ходьба обычным, гимнастическим, скрестными шагами. Ходьба с выпадами. Ходьба по гимнастической скамейке.Бег.Бегать легко, медленно, быстро (стремительно), через препятствия, спиной вперед, с сохранением направления и равновесия.Бег с предметами. Со скакалкой, с мячом.Бегать из разных стартовых позиций.**Игровая.**«Ловля обезьян», эстафета«Передал - садись».**Трудовая.**Уборка инвентаря. | Выполнение заданий педагога.Участие в подвижной игре и коллективной эстафете. | - ребенок свободно ориентируется и выполняет разные виды ходьбы: в колонне по одному, парами, тройками, в круге, в шеренге, по гимнастической скамейке;- освоил элементар-ные виды бега: легко, медленно, быстро (стремительно), через препятствия, спиной вперед, с сохранением направления и равновесия;- умеет бегать из разных стартовых позиций. |

2 неделя (два занятия, первое – на повторение основных мониторинговых заданий, второе - на результат развития)

 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:** создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований промежуточного мониторинга. **Задача:** закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований промежуточного мониторинга.  |  **Тема второй недели «Прыжки»**. Мониторинговые заданияКраткое содержание:- выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Прыжки»;- игровая деятельность;- трудовая деятельность. | **Двигательная**.Мониторинговые задания.Прыжки на двух ногах на месте. Прыжки с поворотом кругом Прыжки боком с зажатым между ног мячом. Прыжки с продвижением вперед на 4 – 5 метров.Прыжки в длину с места (80 – 90 сантиметров). Прыжки в длину с разбега (150 сантиметров). Прыжки в высоту с разбега (40 – 45 сантиметров). Прыжки через короткую и длинную скакалку. Прыжки через обруч.**Игровая.**«Прыгни - присядь», «Стоп».**Трудовая.**Уборка инвентаря. | Выполнение заданий педагога. Участие в подвижной игре. Уборка инвентаря. |  - ребенок выполняет разные виды прыжков: прыжки на двух ногах на месте, прыжки с поворотом кругом, прыжки боком с зажатым между ног мячом, прыжки с продвижением вперед на 4 – 5 метров, прыжки в длину с места (80 – 90 сантиметров). Прыжки в длину с разбега (150 сантиметров), прыжки в высоту с разбега (40 – 45 сантиметров), прыжки через короткую и длинную скакалку, прыжки через обруч;- ребенок проявляет двигательную активность при выполнении прыжков;- доброжелательно относится к сверстникам и взрослым;- выполняет указания педагога (инструктора). |

3 неделя (два занятия, первое - на повторение основных мониторинговых заданий, второе - на результат развития)

Нумерация занятий: 5,6

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная 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 приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований промежуточного мониторинга. **Задача:** закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований промежуточного мониторинга.  |  **Тема третьей недели «Ползание. Лазание. Метание»**. Мониторинговые задания.Краткое содержание:- выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Ползание. Лазание. Метание»;- игровая деятельность;- трудовая деятельность. | **Двигательная.** Мониторинговые задания«Ползание. Лазание»Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. Ползание на животе, спине, подтягивание руками. Лазание по веревочной лестнице. Переход с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.«Метание, ловля, бросание».Перебрасывать мяч друг другу из - за головы. Бросание мяча вверх, о землю. Перебрасывать мяч через сетку.Метание в горизонтальную и вертикальную цели.Метание вдаль на 6 - 8 метров.**Трудовая.**Уборка инвентаря. | Выполнение заданий педагога.Уборка инвентаря. |  - ребенок выполняет разные виды ползания и лазания: на четвереньках по гимнастической скамейке, ползание на животе, спине, подтягивание руками, лазание по веревочной лестнице, переход с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали;-успешно справляется с заданиями по ловле и бросанию мяча, метанием в горизонтальную и вертикальную цели.- доброжелательно относится к сверстникам и взрослым;- выполняет указания педагога (инструктора). |

4 неделя (два занятия, первое – на повторение основных мониторинговых заданий, второе - на результат развития)

Нумерация занятий: 7,8

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентирырезультат) |
| **Физическое развитие.****Цель**: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований промежуточного мониторинга. **Задача:** закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований промежуточного мониторинга.  |  **Тема третьей недели «Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной деятельности».** Краткое содержание:Мониторинговые задания по теме«Игровое сотрудничество педагога и ребенка в игре». | **Коммуникативная.**Беседа о помощи и взаимодействии в игре»**Двигательная.**Мониторинговые задания по теме«Игровое сотрудничество педагога и ребенка в игре».Совместные игровые упражнения. «Ловкая пара».«Снайперы». «Затейники».Эстафеты: «Коршун и наседки». «Загони льдинку». «Догони мяч». «Паутинки» (обручи, ленты). **Трудовая.** Уборка инвентаря. | Участие в беседе.Выполнение вместе с педагогом (инструктором) игровых упражнений.Участие в эстафетах. Уборка инвентаря. | - ребенок проявляет активный интерес к совместным игровым действиям;- ребенок доброжелательно относится к сверстникам и взрослым;- выполняет указания педагога (инструктора). |

**2.2 Промежуточный мониторинг (модель) освоения детьми образовательной области «Физическое развитие»**

(С использованием материалов «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 6 - 7 лет**

|  |  |
| --- | --- |
| Основные движения | Показатель |
| Ходьба и бег | Ходьба разных построениях (в колонне по одному, парами, тройками, в круге, в шеренге) Ходьба обычным, гимнастическим, скрестными шагами. Ходьба с выпадами. Ходьба по гимнастической скамейке.Бег.Бегать легко, медленно, быстро (стремительно), через препятствия, спиной вперед, с сохранением направления и равновесия.Бег с предметами.Со скакалкой, с мячом.Бегать из разных стартовых позиций. |
| Прыжки | Прыжки на двух ногах на месте. Прыжки с поворотом кругом Прыжки боком с зажатым между ног мячом. Прыжки с продвижением вперед на 4 – 5 метров.Прыжки в длину с места (80 – 90 сантиметров). Прыжки в длину с разбега (150 сантиметров). Прыжки в высоту с разбега (40 – 45 сантиметров). Прыжки через короткую и длинную скакалку. Прыжки через обруч. |
| Ползание, лазание, метание, ловля, бросание. | «Ползание. Лазание»Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. Ползание на животе, спине, Подтягивание руками. Лазание по веревочной лестнице. Переход с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.«Метание, ловля, бросание»Перебрасывать мяч друг другу из – за головы. Бросание мяча вверх, о землю. Перебрасывать мяч через сетку.Метание в горизонтальную и вертикальную цели.Метание вдаль на 6 – 8 метров. |
| «Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной деятельности»   | «Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной деятельности» Результат взаимодействия: развитие детской любознательности, инициативы, познавательной активности, потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании. |

**2.3 Примерное планирование образовательной деятельности для инструктора, воспитателя, педагога дополнительного образования по физическому развитию детей 6 -7 лет (январь – май).**

**Январь**

|  |  |
| --- | --- |
| Календарные сроки |  Содержание деятельности |
| 1 неделя - праздничные выходные дни | Тема недели - праздничные выходные дни |
| 2 неделя - праздничные выходные дни | Тема недели - праздничные выходные дни |
| 3 неделя - два занятия | Тема недели «Метание. Ползание» |
| 4 неделя - два занятия | Тема недели «Прыжки. Упражнения с мячом» |

**Организация двигательного режима**

|  |  |
| --- | --- |
| Физкультурные занятия | 2 раза в неделю |
| Спортивные прогулки с использованием подвижных игр | 3 раза в неделю |
| Музыкально – ритмические движения | 2 раза в неделю |
| Утренняя гимнастика | ежедневно |
| Оздоровительный бег | ежедневно |

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

|  |  |
| --- | --- |
| Соблюдение гибкого режима | Ежедневно |
| Использование спортивной предметно – развивающей среды | ежедневно |
| Использование современного спортивного инвентаря и оборудования | ежедневно |
| Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья | ежедневно |

1 неделя, 2 неделя – выходные праздничные дни (Нумерация занятий: 1, 2, 3, 4)

3 неделя (два занятия, первое – на освоение, второе - на закрепление, повторение)

Нумерация занятий: 5,6

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная 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 накапливания и обогащения двигательного опыта детей.**Задача:** обогатить двигательный опыт детей в процессе разных видов детской деятельности. |  **Тема третьей недели: «Метание, ползание».**Краткое содержание: - игровая деятельность;- трудовая деятельность. | Вводная часть (возможно повторение, закрепление до конца месяца).**Двигательная.**Ходьба в колонне по одному приставными шагами с левой и правой ног попеременно, перестроение в колонну по два, в чере­довании с бегом, «змейкой», в полуприседе, врассыпную. Бег «змейкой» с поворотом на сигнал, с высоким подниманием ко­лен, подскоки, шаг «голова по кругу». Повороты налево, направо.Общеразвивающие упражнения. Отведение локтей назад (рывки 2-3 раза) и выпрямление рук в стороны из положения руки перед грудью. Сесть из положения лежа на спине (закрепив ноги), возвращение в исходное положение. Касание носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной). Сохранение равновесия, балансируя на большом набивном мяче (вес 3 кг)Основные движения по теме недели.Метание мешочков в вертикальную цель с расстояния 3 м. Метание набивного мячадвумя руками из-за головы.Подлезание под палку (40 см).Перешагивание через шнур (40 см). Ползание по скамейке с мешочком на спине. | Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Самостоятельное и точное выполнение основных движений: метание мешочков в вертикальную цель с расстояния- 3 м. Подлезание под палку (40 см). Перешагивание через шнур (40 см). Ползание по скамейкес мешочком на спине. | - ребенок доброжелательно взаимодействует со сверстниками и взрослыми;- проявляет волевые усилия при метании, лазании, ползании;- проявляет активность в коллективных подвижных играх;- проявляет уважение к собственным трудовым действиям и труду своих сверстников. |

4 неделя (два занятия, первое – на освоение, второе - на закрепление, повторение)

 Нумерация занятий: 7,8

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная 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 накапливания и обогащения двигательного опыта детей, для освоения и закрепления основных программных движений.**Задача:** обогатить двигательный опыт детей в процессе разных видов детской деятельности. |  **Тема четвертой недели:****«Прыжки. Упражнения с мячом».**«Краткое содержание:- двигательная деятельность;- игровая деятельность. | Вводная часть (возможно повторение, закрепление до конца месяца).Ходьба и бег в колонне по одному, врассыпную, парами, с ускорением, «змейкой», между предметами, с преодолением пре­пятствий, по канату. Перестроение в колонну по два в движении. Бег в среднем темпе**Двигательная.**Основные движения по теме недели Прыжки на мат с места (толчком двух ног). Прыжки с разбега (3 шага). Прыжки через набивные мячи (6-8 шт.). Прыжки с мячом, зажатым между колен (5-6 м).Упражнения с мячом.Ведение мяча попеременно правой и левой руками.Перебрасывание мяча друг другу от груди двумя руками.**Игровая.**Подвижные игры«Кто скорее доберется до флажка?», «Что изменилось?». | Выполнение разных видов ходьбы.Самостоятельное преодоление препятствий (по канату).Самостоятельное выполнение разных видов прыжков: прыжки на мат с места (толчком двух ног). Прыжки с разбега (3 шага). Прыжки через набивные мячи (6-8 шт.). Прыжки с мячом, зажатым между колен (5-6 м).Выполнение игровых заданий с мячом: ведение мяча попеременно правой и левой руками, перебрасывание мячадруг другу от груди двумя руками.Участие в подвижных играх. | - ребенок прилагает волевые усилия в упражнениях по преодолению препятствий;- выполняет разные видов прыжков;- проявляет ловкость при выполнении упражнений с мячом;- проявляет инициативу в подвижных играх. |

**Февраль**

|  |  |
| --- | --- |
| Календарные сроки |  Содержание деятельности |
| 1 неделя - два занятия | Тема недели «Ходьба. Прыжки Бросание мяча» |
| 2 неделя - два занятия | Тема недели «Равновесие» |
| 3 неделя - два занятия | Тема недели «Ходьба на лыжах. Катание на санках» |
| 4 неделя - два занятия | Тема недели «Катание на коньках» |

**Организация двигательного режима**

|  |  |
| --- | --- |
| Физкультурные занятия | 2 раза в неделю |
| Спортивные прогулки с использованием подвижных игр | 3 раза в неделю |
| Музыкально – ритмические движения | 2 раза в неделю |
| Утренняя гимнастика | ежедневно |
| Оздоровительный бег | ежедневно |

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

|  |  |
| --- | --- |
| Соблюдение гибкого режима | ежедневно |
| Использование спортивной предметно – развивающей среды | ежедневно |
| Использование современного спортивного инвентаря и оборудования | ежедневно |
| Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья | ежедневно |

1 неделя (два занятия, первое – на освоение, второе - на закрепление, повторение)

 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:** создание условий для накапливания и обогащения двигательного опыта детей, для освоения и закрепления основных программных движений.**Задача:** обогатить двигательный опыт детей в процессе разных видов детской деятельности. |  **Тема первой недели:****«Ходьба. Прыжки. Бросание мяча».**Краткое содержание:- двигательная деятельность;- игровая деятельность. | **Двигательная.**Вводная часть Ходьба с остановкой по сигналу «Фигура!», с изменением направления, между предметами, врассыпную. Бег в умеренном темпе до 1,5 мин. Перестроение в колонны по два и по три.Общеразвивающие упражнения.Круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч).Поочередные поднятия ноги, согнутой в колене. Свободные махи ногами вперед-назад, держась за опору.Основные движения по теме недели.Ходьба с перешагивани­ем через набивные мячи. Прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Ходьба по гимнастиче­ской скамейке боком при­ставным шагом, руки за го­лову.Бросание мяча с произ­ведением хлопка. Прыжки через скакалку с промежуточным подско­ком. Прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров.**Игровая.** «Эхо». | Выполнение разных видов ходьбы.Выполнение двигательных заданий.Участие в подвижных играх.Самостоятельное выполнение общеразвивающих и основных движений.Участие в подвижной игре. | - ребенок хорошо ориентируется в разных видах ходьбы;- выполняет разные виды прыжков;- проявляет ловкость при выполнении упражнений с мячом;- проявляет инициативу в подвижных играх. |

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

 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:** создание условий для развития детских умений по осуществлению самоконтроля и самооценки своих результатов.**Задача:** научить контролировать свои движения, давать самооценку выполненным двигательным заданиям. |  **Тема второй недели «Равновесие».** Краткое содержание:- двигательная деятельность;- игровая деятельность. | **Двигательная.**Вводная часть. Ходьба и бег в чередовании (ходьба -10 м, бег - 20 м), врассыпную; строевые упражнения; перестроение в колонны по одному и по два в движении. Ходьба и бег с чередованием.Основные движения по теме недели.Ходьба по гимнастической скамейке: боком, приставным шагом, с приседанием на одной ноге.Перешагивание через палку, обруч, веревку.Стоя на скамейке подпрыгивать и мягко приземляться на нее.Пройти пот узкой стороне скамейки прямо и боком. Балансировать на большом набивном мяче.**Игровая.**«Ловля обезьян», эстафета«Передал - садись».**Трудовая.** Уборка инвентаря.  | Выполнение разных видов ходьбы.Выполнение двигательных заданий.Участие в подвижных играх.Самостоятельное выполнение общеразвивающих движений.Самостоятельное выполнение упражнений на равновесие: ходьбы по гимнастической скамейке: боком, приставным шагом, с приседанием на одной ноге, перешагивание через палку, обруч, веревку.Стоя на скамейке подпрыгивать и мягко приземляться на нее.Прохождение по узкой стороне скамейки прямо и боком. Выполнение балансирования на большом набивном мяче.Участие в подвижной игре. Участие в трудовой деятельности. | - ребенок хорошо ориентируется в разных видах ходьбы;- уверенно ходит по гимнастической скамейке, удерживает равновесие; - владеет приемами мягкого приземления в прыжках;- проявляет инициативу в подвижных играх;- может адекватно оценить свои успехи и достижения;- с интересом относится к уборке инвентаря и наведению порядка в спортивном зале. |

3 неделя (два занятия, первое – на освоение, второе - на закрепление, повторение)

 Нумерация занятий: 5,6

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная 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 развития двигательных умений при ходьбе на лыжах.**Задача:** научить основным движениям при ходьбе на лыжах. |  **Тема третьей недели «Ходьба на лыжах. Катание на санках».** Краткое содержание:- коммуникативная деятельность;- двигательная деятельность;- игровая деятельность. | **Коммуникативная.**Беседа о зимних видах спорта Ходьба на лыжах.**Двигательная.**Подготовка лыжного снаряжения. Инструктаж педагога.Передвижение переменным шагом по лыжне, друг за другом (400 – 500 метров). Подъем в горку «лесенкой».Спуск. Торможение. Катание на санках с небольшой горки.**Игровая.**Игры на лыжах: «Кто быстрее», «Шире шаг».  | Участие в беседе.Самостоятельная подготовка лыжного снаряжения.Ходьба на лыжах.Участие в подвижной игре. | - ребенок с интересом участвует в беседе;- умеет слушать инструктаж педагога;- владеет навыками ходьбы на лыжах;- проявляет активность в играх на лыжах. |

4 неделя (два занятия, первое – на освоение, второе - на закрепление, повторение)

Нумерация занятий: 7,8.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная 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 развития двигательных умений при катании на коньках.**Задача:** научить основным движениям при катании на коньках. |  **Тема третьей недели «Катание на коньках».** Краткое содержание:- коммуникативная деятельность;- двигательная деятельность;- игровая деятельность. | **Коммуникативная.**Беседа о зимних видах спорта катание на коньках.**Двигательная.** Инструктаж педагога.Правильное исходное положение. Сохранение равновесия (на снегу, на льду). Скольжение на двух ногах. Катание по прямой. Торможение.**Игровая.**Игры на коньках: «Пружинки», «Кто дальше». | Участие в беседе.Самостоятельная подготовка и надевание коньков.Выполнение заданий педагога.Сохранение равновесия. Скольжение на двух ногах.Участие в игровой деятельности. | - ребенок с интересом участвует в беседе;- умеет слушать инструктаж педагога;- владеет навыками скольжения на двух ногах;- проявляет активность в играх на коньках. |

**Март**

|  |  |
| --- | --- |
| Календарные сроки |  Содержание деятельности |
| 1 неделя - два занятия | Тема недели «Ходьба. Прыжки. Бросание мяча» |
| 2 неделя - два занятия | Тема недели «Развиваем выносливость и силу» |
| 3 неделя - два занятия | Тема недели «Метание. Лазание. Упражнения с обручем» |
| 4 неделя - два занятия | Тема недели «Игровая деятельность. Подвижные игры» |

**Организация двигательного режима**

|  |  |
| --- | --- |
| Физкультурные занятия | 2 раза в неделю |
| Спортивные прогулки с использованием подвижных игр | 3 раза в неделю |
| Музыкально – ритмические движения | 2 раза в неделю |
| Утренняя гимнастика | ежедневно |
| Оздоровительный бег | ежедневно |

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

|  |  |
| --- | --- |
| Соблюдение гибкого режима | ежедневно |
| Использование спортивной предметно – развивающей среды | ежедневно |
| Использование современного спортивного инвентаря и оборудования | ежедневно |
| Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья | ежедневно |

1 неделя (два занятия, первое – на освоение, второе - на закрепление, повторение)

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:** создание условий для становления целенаправлен-ности и саморегуляции в двигательной сфере в процессе занятий физической культурой.**Задача:** научить последовательным, целенаправленным действиям в двигательной сфере в процессе освоения элементарных программных элементов. |  **Тема первой недели «Ходьба. Прыжки. Бросание мяча».**Краткое содержание:-коммуника-тивная деятель-ность;- двигательная деятельность;- игровая деятельность. | **Коммуникативная.**Беседа о правилах личной гигиены спортсмена.**Двигательная.**Приветствие.Ходьба с изменением направления; с ускорением и замедлением движений по сигналу; «улитка» - ходьба в два круга во встреч­ном направлении; бег со средней скоростью до 80 м; бег с перешагиванием через шнуры; ходьба врассыпную, по сиг­налу построение в колонну по одному, перестроение под счет «раз-два».Общеразвивающие упражнения по выбору педагога.Основные движения.Ходьба по рейке гимнастической скамейки: приставляя пятки к носку другой ноги, руки за голову; с мешочком на голове, руки на поясе. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая его справа и слева; поочередно - на правой и левой ноге.Прыжки через скамейку с одной ноги на другую; на двух ногах. Бросание мяча вверх, ловля с произведением хлопка; с поворотом кругом. **Игровая.**«Мяч водящему», «Пожарные на учениях». | Участие в беседе.Участие в ходьбе и беге.Выполнений движений по сигналу.Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений по указанию педагога.Самостоятельная ходьба по гимнастической скамейке: приставляя пятки к носку другой ноги, руки за голову.Самостоятельное выполнение прыжков через скамейку.Самостоятельное выполнение упражнений с мячом.Участие в подвижных играх. | - ребенок участвует в беседе;- уверенно выполняет движения по сигналу;- удерживает равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке;- проявляет ловкость при выполнении упражнений с мячом;- проявляет инициативу в коллективных подвижных играх. |

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

 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:**  создание условий для эффективных занятий на современном спортивном оборудовании.**Задача:** развивать силу и выносливость в процессе занятий на современном спортивном оборудовании |  **Тема второй недели «Развиваем выносливость и силу».**Краткое содержание:- коммуникативная деятельность;- двигательная деятельность;- игровая деятельность. | **Коммуникативная.**Беседа о выносливых и сильных людях спорта.**Двигательная.**«Сила». Сжимание кистевых эспандеров.Упражнения с диском «Здоровье» (передвигаться по кругу, раскачиваться влево – вправо и т.д.).Упражнение на тренажере «Здоровье» (натягивание на себя ручки тренажера в положении сидя, стоя).Упражнения на тренажере «Беговая дорожка».«Выносливость». Медленный бег (2 отрезка по 250 метров)Подскоки на месте (50 секунд).Подскоки в движении (1 минута).Прыжки на месте (50 – 55 раз). | Участие в беседе.Самостоятельное выполнение упражнений по сжиманию кистевого эспандера.Самостоятельное выполнение упражнений с диском «Здоровье».Выполнение упражнений на тренажере «Беговая дорожка».Медленный бег (2 отрезка по 250 метров).Подскоки на месте (50 секунд).Подскоки в движении (1 минута).Прыжки на месте (50 – 55 раз). | - ребенок участвует в беседе;- самостоятельно выполняет двигательные упражнения на разных тренажерах;- проявляет волевые усилия при выполнении упражнений на выносливость. |

3 неделя (два занятия, первое – на освоение, второе - на закрепление, повторение)

 Нумерация занятий: 5,6.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная 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 развития физических качеств детей 6 – 7 лет.**Задача:** развивать физические качества в процессе освоения основных программных навыков. |  **Тема третьей недели «Метание. Лазание. Упражнения с обручем »** Краткое содержание:- коммуникативная деятельность;- двигательная деятельность;- игровая деятельность. | **Коммуникативная.** Беседа о безопасном поведении во время выполнения двигательных упражнений и заданий.**Двигательная.**Общеразвивающие упражнения.Вращение обруча одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку.Поочередные поднятия ноги, согнутой в колене.Касание носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной).Основные движения по теме недели.Метание мячей в горизонтальную цель на очки (2 команды).Пролезание в обруч в парах.Прокатывание обручей другдругу. Вращение обруча на кисти руки.Вращение обруча на полу. Лазание по гимнастической стенке изученным способом.**Игровая.**«Жмурки», «Стоп». | Участие в беседе.Самостоятельное вращение обруча одной рукой вокруг вертикальной оси.Самостоятельное выполнение упражнений для ног.Самостоятельное метание мячей в горизонтальную цель.Пролезание в обруч в парах.Прокатывание обручей другдругу. Вращение обруча на кисти руки.Вращение обруча на полу. Лазание по гимнастическойСтенке знакомым способом.Участие в подвижных играх. | - ребенок участвует в беседе;- проявляет волевые усилия при выполнении двигательных упражнений;- у ребенка развита крупная и мелкая моторика. |

4 неделя (два занятия, первое – на освоение, второе - на закрепление, повторение)

Нумерация занятий: 7,8.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная 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 развития физических качеств детей 6 – 7 лет в процессе игровой деятельности.**Задача:** развивать физические качества в процессе освоения основных программных навыков в процессе игровой деятельности.  |  **Тема четвертой недели «Игровая деятельность. Подвижные игр**ы».Неделя подвижных игр. | **Двигательная.***Подвижные игры:* «Пробеги - не задень». «По местам». «Мяч водящему». «Пожарные на учениях».  «Ловишки с мячом». *Эстафеты:* Прыжковая эстафета со ска­мейкой. «Дни недели». «Мяч от пола». «Через тоннель». «Больная птица».  «Палочка-выручалочка» (с расчетом по порядку). | Участие в игровой деятельности. | - ребенок имеет социальный опыт участия в коллективных подвижных играх и эстафетах. |

**Апрель**

|  |  |
| --- | --- |
| Календарные сроки |  Содержание деятельности |
| 1 неделя - два занятия | Тема недели « Можем! Умеем!»Ходьба. Равновесие. Прыжки. Метание. Упражнения с мячом. |
| 2 неделя - два занятия | Тема недели «Бег. Прыжки. Игры и упражнения с мячом» |
| 3 неделя - два занятия | Тема недели « Баскетбол» |
| 4 неделя - два занятия | Тема недели: « Наши любимые игры» |

**Организация двигательного режима**

|  |  |
| --- | --- |
| Физкультурные занятия | 2 раза в неделю |
| Спортивные прогулки с использованием подвижных игр | 3 раза в неделю |
| Музыкально – ритмические движения | 2 раза в неделю |
| Утренняя гимнастика | ежедневно |
| Оздоровительный бег | ежедневно |

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

|  |  |
| --- | --- |
| Соблюдение гибкого режима | ежедневно |
| Использование спортивной предметно – развивающей среды | ежедневно |
| Использование современного спортивного инвентаря и оборудования | ежедневно |
| Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья | ежедневно |

1 неделя (два занятия, первое – на освоение, второе - на закрепление, повторение)

 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:** создание условий для формирования готовности к совместной двигательной деятельности со сверстниками и взрослыми.**Задача**: формировать готовность к совместной двигательной деятельности со сверстниками и взрослыми в процессе занятий физической культурой. |  **Тема первой недели:****« Можем! Умеем!»****Ходьба. Равновесие. Прыжки. Метание.** Упражнения с мячом»Краткое содержание:- двигательная деятельность;- игровая деятельность. | **Двигательная.**Повторить разные виды ходьбы и бега; ходьбу и бег с перешагиванием через предметы; строевые упражнения.Общеразвивающие упражнения.Разведение и сведение пальцев, поочередное соединение всех пальцев с большим. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол). Одновременное поднятие ног из положения лежа на спине, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Сохранение равновесия в положении стоя, закрыв глаза.Основные движенияХодьба по гимнастической скамейке с мячом в руках; на каждый шаг - передача мяча перед собой и за спину.Ходьба по гимнастической скамейке с выполнением хлопка под коленом на каждый шаг. Прыжки в длину с разбега. Прыжки через скамейку с одной ноги на другую;на двух ногах. Метание набивного мяча. Ведение мяча правой и левой руками и забрасывание его в корзину. Ведение мяча между предметами.**Игровая.**«Охотники и утки». | Участие в разных видах ходьбы и бега.Выполнение общеразвивающих упражнений для рук и ног.Самостоятельное выполнение движений на равновесие.Самостоятельное выполнение ходьбы по гимнастической скамейке с мячом в руках.Самостоятельное выполнение ходьбы по гимнастической скамейке с выполнением хлопка под коленом на каждый шаг.Самостоятельное выполнение прыжков с разбега.Прыжки через скамейкус одной ноги на другую;на двух ногах.Метание набивного мяча.Самостоятельное ведение мяча правой и левой руками и забрасывание его в корзину. Ведение мяча между предметами. Участие в подвижной игре. | - ребенок уверенно выполняет упражнения для рук и ног;- удерживает равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке;- проявляет волевые усилия в прыжках и метании;- проявляет внимание и ловкость при выполнении упражнений с мячом. |

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

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:** создание условий для развития детских интересов, любознательности и познавательной мотивации в процессе занятий физической культурой.**Задача:** развивать детские интересы, любознательность в процессе занятий физической культурой |  **Тема второй недели «Бег. Прыжки. Игры и упражнения с мячом»** Краткое содержание:- коммуникативная деятельность;- двигательная деятельность;- игровая деятельность. | **Коммуникативная.** Беседа о правилах поведения при выполнении двигательных заданий. **Двигательная.**Общеразвивающие упражнения по выбору педагога.Основные движения.Бег на скорость (30 м).Бег со средней скоростьюна расстояние 100 м. Прыжки в длину с разбега.Прыжки через скакалку.Перебрасывание мяча в шеренгах двумя руками из-за головы (расстояние 4 м); двумя руками от груди (расстояние 4 м).Ведение мяча рукой. Ведение мяча и забрасывание его в корзину.**Игровая.**Подвижная игра «Передача мяча в колонне». | Участие в беседе.Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.Самостоятельное выполнение основных движений: бег на скорость (30 м), бег со средней скоростью на расстояние 100 м.Прыжки в длину с разбега.Прыжки через скакалку. Перебрасывание мяча в шеренгах двумя руками из-за головы (расстояние -4 м); двумя руками от груди (расстояние - 4 м).Ведение мяча рукой. Ведение мяча и забрасывание его в корзину.Участие в подвижной игре. | - ребенок может поддерживать беседу;- проявляет волевые усилия в беге на скорость;- выполняет нормативы по прыжкам в длину с разбега;- проявляет ловкость при выполнении упражнений с мячом. |

3 неделя (два занятия, первое – на освоение, второе - на закрепление, повторение)

Нумерация занятий: 5,6.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная 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 развития спортивного интереса к играм с мячом.**Задача:** развивать детские интересы в процессе знакомства со спортивными играми. |  **Тема третьей недели** **«Баскетбол».** Краткое содержание:- коммуникативная деятельность;- двигательная деятельность;- игровая деятельность. | **Коммуникативная.** Беседа. «Баскетбол. Правила игры» **Двигательная.**Общеразвивающие упражнения по выбору педагога.Основные движения.Передача мяча друг другу.Перебрасывание мяча друг другу.Ловля мяча. Броски мяча в корзину двумя руками из – за головы. Ведение мяча одной рукой.  | Участие в беседе.Освоение правил игры в баскетбол.Передача мяча друг другу.Перебрасывание мяча друг другу.Ловля мяча. Броски мяча в корзину двумя руками из – за головы. Ведение мяча одной рукой. | - ребенок знает правила игры в баскетбол;- проявляет терпение, выносливость, ловкость при освоении основных игровых движений. |

4 неделя (два занятия, первое – на освоение, второе - на закрепление, повторение)

 Нумерация занятий: 7,8.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная 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 детских спортивных игр и эстафеты.**Задача:** закрепить основные двигательные умения и навыки в процессе проведения спортивных игр и эстафеты. |  **Тема четвертой недели** **«Наши любимые игры».** Краткое содержание:- коммуникативная деятельность;- двигательная деятельность;- игровая деятельность. | **Коммуникативная.**Беседа. «Любимые подвижные игры»**Двигательная.** Повторить разные виды ходьбы и бега; ходьбу и бег с перешагиванием через предметы; строевые упражнения.«Наши любимые игры»**Игровая.** Прыжки разными способами через скакалку. «Кто выше прыгнет?» (в высоту). «Мяч водящему».Эстафеты:«Кто быстрее?» (бег).Детский волейбол (через сетку двумя руками).«Ловкие футболисты». Комбинированная эстафета:ползание по скамейке с подтягиванием руками; прыжки через скакалку; ползание под дугой; перепрыгивание через рейку. «Кто дальше прыгнет?» | Участие в беседе.Участие в игровой двигательной деятельности. | - ребенок с интересом участвует в коллективных подвижных играх и эстафетах;- умеет подчиняться правилам и социальным нормам. |

**Май**

|  |  |
| --- | --- |
| Календарные сроки |  Содержание деятельности |
| 1 неделя - два занятия | Тема недели «Ходьба. Бег» Мониторинговые задания |
| 2 неделя - два занятия | Тема недели «Прыжки» Мониторинговые задания |
| 3 неделя - два занятия | Тема недели «Ползание. Лазание. Метание» Мониторинговые задания |
| 4 неделя - два занятия | Тема недели «Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной деятельности» «Подвижные игры» |

**Организация двигательного режима**

|  |  |
| --- | --- |
| Физкультурные занятия | 2 раза в неделю |
| Спортивные прогулки с использованием подвижных игр | 3 раза в неделю |
| Музыкально – ритмические движения | 2 раза в неделю |
| Утренняя гимнастика | ежедневно |
| Оздоровительный бег | ежедневно |

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

|  |  |
| --- | --- |
| Соблюдение гибкого режима | ежедневно |
| Использование спортивной предметно – развивающей среды | ежедневно |
| Использование современного спортивного инвентаря и оборудования | ежедневно |
| Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья | ежедневно |

1 неделя (два занятия, первое – на повторение основных мониторинговых заданий, второе - на результат развития)

 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**: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований итогового мониторинга. **Задача:** закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований итогового мониторинга. |  **Тема первой недели «Ходьба. Бег»** Мониторинговые заданияКраткое содержание:- выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Ходьба»;- выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Бег»;- игровая деятельность;- трудовая деятельность. | **Двигательная**. Мониторинговые задания.Ходьба в разных построениях (в колонне по одному, парами, тройками, в круге, в шеренге). Ходьба обычным, гимнастическим, скрестными шагами. Ходьба с выпадами. Ходьба по гимнастической скамейке. Ходьба по гимнастической скамейке с мячом в руках; на каждый шаг-передача мяча перед собой и за спину. Ходьба по гимнастической скамейке с выполнением хлопка под коленом на каждый шаг.Бег. Бегать легко, медленно, быстро (стремительно), через препятствия, спиной вперед, с сохранением направления и равновесия. Бег с предметами. Со скакалкой, с мячом. Бегать из разных стартовых позиций. Бег на скорость (30 м). Бег со средней скоростью на расстояние 100 м.**Игровая.** «Пробеги - не сбей».**Трудовая.**Уборка инвентаря. | Выполнение заданий педагога.Участие в подвижной игре.  |  - ребенок свободно ориентируется и выполняет разные виды ходьбы: в колонне по одному, парами, тройками, в круге, в шеренге, по гимнастической скамейке;- освоил элементарные виды бега: легко, медленно, быстро (стремительно), через препятствия, спиной вперед, с сохранением направления и равновесия;- умеет бегать из разных стартовых позиций;- слышит и выполняет указания педагога. |

2 неделя (два занятия, первое – на повторение основных мониторинговых заданий, второе - на результат развития)

 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:** создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований итогового мониторинга.  **Задача:** закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований итогового мониторинга.  |  **Тема второй недели «Прыжки» Мониторинговые задания.**Краткое содержание:- выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Прыжки»;- игровая деятельность;- трудовая деятельность. | **Двигательная**. Мониторинговые задания.Прыжки на двух ногах на месте. Прыжки с поворотом кругом Прыжки боком с зажатым между ног мячом. Прыжки с продвижением вперед на 5 - 6 метров.Прыжки в длину с места (85-95 сантиметров). Прыжки в длину с разбега (160 сантиметров). Прыжки в высоту с разбега (45-50 сантиметров). Прыжки через короткую и длинную скакалку. Прыжки через обруч.**Игровая.**«Прыгни - присядь», «Стоп».**Трудовая.**Уборка инвентаря. | Выполнение заданий педагога.Участие в подвижной игре. Уборка инвентаря. |  - ребенок выполняет разные виды прыжков: прыжки на двух ногах на месте, прыжки с поворотом кругом, прыжки боком с зажатым между ног мячом, прыжки с продвижением вперед на 5 – 6 метров, прыжки в длину с места (85– 95 сантиметров). Прыжки в длину с разбега (160сантиметров), прыжки в высоту с разбега (45 – 50 сантиметров), прыжки через короткую и длинную скакалку, прыжки через обруч;- ребенок проявляет двигательную активность при выполнении прыжков;- доброжелательно относится к сверстникам и взрослым;- выполняет указания педагога (инструктора). |

3 неделя (два занятия, первое – на повторение основных мониторинговых заданий, второе - на результат развития)

 Нумерация занятий: 5,6

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная 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 приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований итогового мониторинга. **Задача:** закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований итогового мониторинга.  |  **Тема третьей недели «Ползание. Лазание. Метание»** Мониторинговые задания.Краткое содержание:- выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Ползание. Лазание. Метание»;- игровая деятельность;- трудовая деятельность. | **Двигательная**. Мониторинговые задания«Ползание. Лазание».Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. Ползание на животе, спине, подтягивание руками. Лазание по веревочной лестнице. Переход с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.Влезать на канат на доступную высоту.«Метание, ловля, бросание»Перебрасывать мяч друг другу из-за головы. Бросание мяча вверх, о землю. Перебрасывать мяч через сетку.Метание в горизонтальную и вертикальную цели.Метание вдаль на 8 - 10 метров.**Трудовая.** Уборка инвентаря. | Выполнение заданий педагога.Уборка инвентаря. |  - ребенок выполняет разные виды ползания и лазания: на четвереньках по гимнастической скамейке, ползание на животе, спине, подтягивание руками, лазание по веревочной лестнице, переход с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали;-успешно справляется с заданиями по ловле и бросанию мяча, метанием в горизонтальную и вертикальную цели.- доброжелательно относится к сверстникам и взрослым;- выполняет указания педагога (инструктора).- может адекватно оценить свои успехи и успехи своих товарищей. |

4 неделя (два занятия, первое – на повторение основных мониторинговых заданий, второе - на результат развития)

 Нумерация занятий: 7,8

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентирырезультат) |
| **Физическое развитие.****Цель:** создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований итогового мониторинга. **Задача:** закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований итогового мониторинга.  |  **Тема третьей недели «Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной деятельности»**. Краткое содержание:Мониторинговые задания по теме«Игровое сотрудничество педагога и ребенка в игре» | **Коммуникативная.**Беседа о помощи и взаимодействии в игре»**Двигательная.**Мониторинговые задания по теме«Игровое сотрудничество педагога и ребенка в игре».Совместные игровые упражнения«Кто выше прыгнет?» (в высоту).«Мяч водящему».Эстафеты: «Кто быстрее?» (бег).Детский баскетбол. Комбинированная эстафета:ползание по скамейке с подтягиванием руками; прыжки через скакалку; ползание под дугой.**Трудовая.**Уборка инвентаря. | Участие в беседе.Выполнение вместе с педагогом (инструктором) игровых упражнений.Участие в эстафетах. Уборка инвентаря. | - ребенок проявляет активный интерес к совместным игровым действиям;- ребенок доброжелательно относится к сверстникам и взрослым;- выполняет указания педагога (инструктора). |

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

(С использованием материалов «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 6 - 7 лет**

|  |  |
| --- | --- |
| Основные движения | Показатель |
|  Ходьба и бег | Ходьба в разных построениях (в колонне по одному, парами, тройками, в круге, в шеренге). Ходьба обычным, гимнастическим, скрестными шагами. Ходьба с выпадами. Ходьба по гимнастической скамейке.Бег.Бегать легко, медленно, быстро (стремительно), через препятствия, спиной вперед, с сохранением направления и равновесия.Бег с предметами.Со скакалкой, с мячом.Бегать из разных стартовых позиций.Бег – 30метров (7,5 секунд). |
| Прыжки | Прыжки на двух ногах на месте. Прыжки с поворотом кругом Прыжки боком с зажатым между ног мячом. Прыжки с продвижением вперед на 4 – 5 метров.Прыжки в длину с места (85– 95 сантиметров). Прыжки в длину с разбега (160 сантиметров). Прыжки в высоту с разбега (45 сантиметров). Прыжки через короткую и длинную скакалку. Прыжки через обруч. |

|  |  |
| --- | --- |
|  Ползание, лазание, метание, ловля, бросание. | «Ползание. Лазание»Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. Ползание на животе, спине, Подтягивание руками. Лазание по веревочной лестнице. Переход с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.«Метание, ловля, бросание»Перебрасывать мяч друг другу из – за головы. Бросание мяча вверх, о землю. Перебрасывать мяч через сетку.Метание в горизонтальную и вертикальную цели.Метание вдаль на 8 - 10 метров. |
|  «Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной деятельности»  | «Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной деятельности» Результат взаимодействия: развитие детской любознательности, инициативы, познавательной активности, потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании. |

**Возрастно – половые показатели развития двигательных качеств у детей 6 - 7 лет**

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

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Пол | Бег на 10 м, с | Бег на 30 м, с | Бег на расстояние, с\* | Метание набивного мяча, см | Метание мешочка с песком вдаль, м | Прыжок в длину с места, см | Прыжок в высоту с места, см | Статическое равновесие, с | Сила кисти рук, кг | Становая сила, кг |
| Правая рука | Левая рука | Правая рука | Левая рука |
| Мальчики | 2,2 - 2,0 | 7,8–7,0 | - | 450 - 570 | 6,7 – 7,5 | 5,8 – 6,0 | 116 - 123 | 22 - 26 | 40 - 60 | 11 | 10,5 | 20 - 25 |
| Девочки | 2,4 - 2,2 | 7,8-7,5 | - | 340 - 520 | 4,0 – 4,6 | 4,0 – 4,4 | 111 - 123 | 21 - 24 | 40 - 60 | 10 | 9 | 19 - 21 |

\*Расстояние и время пробега на дистанции на выносливость колеблется у детей в больших пределах, поэтому в таблице не приводится.

**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 |

 **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. | Куклы-спортсменыИгры типа «Твистер», «Дартс» и т.п. Балансир-волчок.Обруч малый,  Серсо (набор). Комплект мягких модулей (6-8 сегментов).Лента короткая.  | 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 | ИгроваяКоммуникативнаяТрудоваяДвигательнаяРечеваяПознавательно – исследовательскаяХудожественно – эстетическаяФизическое 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) | Игры типа «Твистер», «Дартс» и т.п. | 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 | ИгроваяКоммуникативнаяТрудоваяДвигательнаяРечеваяПознавательно – исследовательскаяХудожественно – эстетическаяФизическое развитие |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта | Игра - городки, кольцеброс, движущиеся игрушки | 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» | ИгроваяКоммуникативнаяТрудоваяДвигательнаяРечеваяПознавательно – исследовательскаяХудожественно – эстетическаяФизическое 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 | ИгроваяКоммуникативнаяТрудоваяДвигательнаяРечеваяПознавательно – исследовательскаяХудожественно – эстетическаяФизическое 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 | ИгроваяКоммуникативнаяТрудоваяДвигательнаяРечеваяПознавательно – исследовательскаяХудожественно – эстетическаяФизическое развитие |

**Стандартное оборудование для занятий по физической культуре для детей 6 - 7 лет**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Тип оборудования | Наименование | Размеры, масса | Кол-во на группу |
|  Для ходьбы, бега, равновесия   |  Балансир-волчок   |     |  1   |
|  Коврик массажный  |     |  10   |
|  Шнур короткий (плетеный)   |  Длина 75 см   |  5   |
|  Для прыжков   |  Обруч малый   |  Диаметр 55-65 см   |  5   |
|  Скакалка короткая   |  Длина 100-120 см   |  5   |
|  Для катания, бросания, ловли   |  Кегли (набор)   |     |  3   |
|  Кольцеброс (набор)  |    |  2  |
|  Мешочек малый с грузом  |  Масса 150-200 г  | 5  |
|  Мяч большой   |  Диаметр 18-20 см   |  5   |
|  Мешочек с грузом большой   |  Масса 400 г   |  2   |
|  Мяч для мини-баскетбола   |  Масса 0,5 кг   |  2   |
|  Мяч утяжеленный (набивной)   |  Масса 350 г, 500 г, 1 кг   |  1   |
|  Мяч-массажер   |     |  2   |
|  Обруч большой   |  Диаметр 100 см   |  2   |
|  Серсо (набор)   |     |  2   |
|  Для ползания и лазанья  |  Комплект мягких модулей (6-8 сегментов) |     |  1   |
|  Для общеразвивающих упражнений   |  Гантели детские   |     |  10   |
|  Кольцо малое   |  Диаметр 13 см   |  10   |
|  Лента короткая   |  Длина 50-60 см   |  10   |
|  Мяч средний   |  Диаметр 10-12 см   |  10   |
|  Палка гимнастическая короткая   |  Длина 80 см   |  10  |

**4. Литература**

1. Аксенова Н. Формирование двигательной активности. Старший дошкольный возраст//Дошкольное воспитание№6.-2000.
2. Алексеева Н.П. Воспитание игровой деятельности. Книга для учителя. – М: «Просвещение».
3. Антонов Ю.Е. «Здоровый дошкольник 21 века», М., 2015 г.
4. Бабаева Т.И., Гогоберидзе А.Г. и др. Мониторинг в детском саду. Научно – методическое пособие. Санкт-Петербург «Детство-пресс», 2011
5. Болотина Л.Р., Комарова Т.С., Баранов С.П. Дошкольная педагогика: Учебное пособие для студентов сред.пед.учебн.заведений.- М.: Изд. Центр «Академия»,2013.
6. Быкова А.И. Подвижные игры в организации жизни детей и педагогическое руководство ими // Роль игры в д/с. – М.: АПН РСФСР, 1961.
7. Викулов А.Д. «Развитие физических способностей детей», Ярославль, 1996 г.
8. Гориневский В.В., Марц В.Г., Родин А.Ф. Игры и развлечения: Сборник, 3 изд, перераб. и дополн. – М.: Молодая гвардия, 1924.-
9. Дегтярев И.П. Физическое развитие. Киев 2005
10. Жуковская Р.И. Игра и ее педагогическое значение. – М., 1995
11. Змановский Ю.Ф. Воспитательно-оздоровительная работа в дошкольных учреждениях // Дошкольное воспитание. 1993, № 9, с. 23-25.
12. Кудрявцев В.Т. Программа развития двигательной активности и оздоровительной работы с детьми 4-7 лет.-М., 1998.
13. Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. – М: Просвещение, 1974.
14. Кенеман А.В., Осокина Т.И. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. – М: Просвещение, 1984.
15. Кенеман А.В., Осокина Т.И. «Детские народные подвижные игры», М., 1995 г.
16. Кистяковская М.Ю. Физическое воспитание детей дошкольного возраста. – М: Педагогика, 1978.
17. Клевенко В.М. Быстрота как развитие физических качеств. - Москва 2008. - 290 с.
18. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. «Развивающая педагогика оздоровления».- М.,2000 г.
19. Лайзане С. Я. Физическая культура для малышей: Кн. для воспитателя дет. сада. - М.: Просвещение, 2002. - 160 с.: ил.
20. Литвинова Т.И., «Русские народные подвижные игры», М., 1986 г.
21. Миронова Р.М. Игра в развитии активности детей: Кн.для учителя .- Мн.: Нар. Асвета, 1989.
22. Новоселова С.Л. О новой классификации детских игр//Дошкольное воспитание. – 1997. - №3. – С.84-87.
23. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. – Издание 3-е, переработанное. М: Просвещение, 1985.
24. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия с детьми 5 - 6 лет: Пособие для воспитателя дет. сада. - М.: Просвещение, 2003. - 143 с.: ил.
25. Планирование организованной образовательной деятельности воспитателя с детьми (по программе «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А. Васильевой) Издательство «Учитель», Волгоград, 2015

**5. 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)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

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

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

10. 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!