Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад №39 комбинированного вида

Колпинского района Санкт-Петербурга

**ПРИНЯТО УТВЕРЖДАЮ**

Решением педагогического совета Заведующий ГБДОУ № 39

протокол № 1 от 28.08.2020 г. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.М. Бабусенко

приказ № 59-О от 28.08.2020 г.

**Рабочая программа по физической культуре**

**с детьми от 5-6 лет**

Срок реализации программы 2020-2021 год

Программа разработана инструктором по физической культуре:

**Меньшовой Еленой Викторовной**

Санкт-Петербург

2020

**Содержание**

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

1.1 Пояснительная записка

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

2.1 Примерное планирование образовательной деятельности по физическому развитию детей 5 - 6 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)………………………….……33

2.3 Примерное планирование образовательной деятельности

по физическому развитию детей 5 - 6 лет (январь-май)…………………………………….35

* 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)………………………….………...64

**3. Организационный раздел**…………………………………………….………….……....67

3.1 Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса (примерное).

**4. Список литературы**……………………………………………………………….…..………………..70

**5. Приложение (анкета для родителей)**……………………….……………...........……....71

**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 5 - 6 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* 5 - 6 лет:** в 5 – 6 лет продолжается процесс окостенения скелета ребенка. Дошкольник более совершенно овладевает различными видами движений. Тело приобретает заметную устойчивость. Дети к 6 годам уже могут совершать пешие прогулки, но на небольшие расстояния.

Шестилетние дети значительно точнее выбирают движения, которые им надо выполнить. В период с 5 до 6 лет ребенок постепенно начинает адекватно оценивать результаты своего участия в играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом к 6 годам начинает доставлять ребенку радость, способствует эмоциональному благополучию и поддерживает положительное отношение к себе («я хороший, ловкий» и т.д.). Уже начинают наблюдаться различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков - более прерывистые, у девочек – мягкие, плавные). К 6 годам совершенствуется развитие мелкой моторики пальцев рук. Некоторые дети могут продеть шнурок в ботинок и завязать бантиком. Полезные привычки способствуют усвоению основ здорового образа жизни.

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 основные задачи. Цель и задачи 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 5-6 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 по физическому развитию детей 5 – 6 лет.**

**Сентябрь**

|  |  |
| --- | --- |
| Календарные сроки | Содержание деятельности |
| 1 неделя (два занятия) | Тема первой недели: «Разные движения. Движение и дыхание» |
| 2 неделя (два занятия) | Тема второй недели: «Ходьба, бег, метение» |
| 3 неделя (два занятия) | Тема третьей недели: «Мой веселый звонкий мяч». Бег. |
| 4 неделя (два занятия) | Семейно – групповой спортивный праздник. Эстафета. |

**Организация двигательного режима**

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

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

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

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

Нумерация занятий: 1, 2.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель:** создание условий  для приобретения опыта в игровой двигательной деятельности.  **Задача:** овладеть двигательными навыками и умениями в процессе освоения основных движений, общеразвивающих упражнений, подвижных игр. | **Тема первой недели:**  **«Разные движения. Движение и дыхание»**  Краткое содержание двигательной деятельности:  - общеразвивающие  упражнения «Насос», « Часики», «Крылья»;  - ходьба на носках между предметами;  - подбрасывание и ловля мяча;  - ползание под веревкой на животе;  - сохранение равновесия при ходьбе;  - бег со скоростью;  - медленный бег;  - ходьба по наклонным доскам. | **Коммуникативная.**  Беседа о правилах безопасного поведения в физкультурном зале.  **Двигательная.**  Ходьба обыкновенная.  Ходьба с перешагиванием через предметы (высота 20 -25 сантиметров).  Общеразвивающие упражнения:  - дует ветер;  - листья летят по дорожкам;  - листья летят вверх – вниз;  - листья кружатся.  Основные движения:  - ползание под веревкой на животе  - ползание под дуги;  - ползание и перелезание через предметы (бревно, скамейка);  - ползание под веревкой на животе;  - бег со скоростью (100 метров за 45 секунд);  - медленный бег(180 метров за 2 минуты 20 секунд);  - ходьба по наклонным доскам (прямо, боком).  **Игровая.**  Подвижные игры «Филин и пташки», «Совушка», «Горелки»  **Коммуникативная.**  Загадки об осени.  **Трудовая.** Уборка инвентаря. | Участие в беседе.  Освоение разных видов ходьбы.  Самостоятельное выполнение дыхательных упражнений.  Выполнение общеразвивающих упражнений.  Ползание под веревкой.  Ползание под дуги.  Самостоятельный бег со скорость, медленный бег, ходьба по наклонным доскам (прямо, боком).  Участие в подвижных играх «Филин и пташки», «Совушка», «Горелки».  Самостоятельное отгадывание загадок.  Участие в трудовой деятельности. | - ребенок имеет опыт в двигательной деятельности;  - выполняет основные движения;  - овладел подвижными играми с правилами;  - у ребенка развито равновесие при ходьбе.  - ребенок может контролировать свои движения  - ребенок выполняет основные движения;  - согласует движения с правильным дыханием;  - владеет координацией движений;  - ребенок подвижен, вынослив. |

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 физического развития в двигательной деятельности.  **Задача:** освоить основные движения в процессе развивающих упражнений и игровой деятельности. | **Тема второй недели:**  **« Ходьба. Бег. Метание»**  Краткое содержание:  - ходьба друг за другом с наклонами вперед;  - ходьба на носках;  - бег змейкой;  - бег врассыпную;  - ходьба врассыпную. | **Коммуникативная**.  Беседа «Зачем человеку нужно движение?»  **Двигательная.**  Ходьба и бег:  - ходьба друг за другом с наклонами вперед;  - ходьба на носках;  - бег змейкой;  - бег врассыпную;  - ходьба врассыпную.  Общеразвивающие упражнения: «Дуб»,  «Ива», «Елочка».  Упражнение на равновесие (стоять на одной ноге).  Основные движения:  - бревно (ходьба по гимнастической скамейке).  Метание шишек в вертикальную и горизонтальную цели;  **Игровая.**  «У медведя во бору».  **Трудовая.**  Уборка инвентаря. | Индивидуальное выполнение общеразвивающих упражнений «Дуб», «Ива», «Елочка».  Самостоятельная ходьба по гимнастической скамейке.  Метание шишек в вертикальную и горизонтальную цели.  Участие в подвижной игре.  Участие в трудовой деятельности. | - ребенок владеет приемами метания правой и левой рукой;  - различает вертикальную и горизонтальную цель;  - умеет прыгать в высоту;  - выполняет упражнения на равновесие. |

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) |
| Занятие 5.  **Физическое развитие.**  **Цель:** создание условий для физического развития в двигательной деятельности.  **Задача:** освоить программные игровые действия с предметом (мячом). | **Тема третьей недели:**  **« Мой веселый звонкий мяч. Бег».**  Краткое содержание:  - подбрасывание мяча;  - ловля мяча;  - ловля мяча двумя руками;  - бег со средней скоростью. | **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения с мячом и основные движения по теме:  - подбрасывание мяча;  - ловля мяча;  - ловля мяча двумя руками;  - индивидуальные действия с мячом;  - коллективные действия с мячом;  - бег со средней скоростью  ( 100 метров за 45 секунд).  **Коммуникативная.**  Рассказ об играх с мячом.  Вопросы. Ответы. | Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.  Ползание под веревкой.  Ползание под дуги.  Участие в подвижных играх «Филин и пташки», «Совушка».  Самостоятельное отгадывание загадок.  Участие в трудовой деятельности. | - у ребенка развита крупная и мелкая моторика;  - владеет основными движениями;  - выполняет указания взрослого;  - проявляет активность в совместной и индивидуальной двигательной деятельности |
| Занятие 6.  **Цель**: создание условий для  освоения детьми спортивных игр.  **Задача:** познакомить детей с основными понятиями спортивной игры. | **«Спортивная игра»**  Краткое содержание:  - элементарные сведения о спортивной игре;  - знакомство с основными понятиями и правилами игры;  - национальные спортивные традиции и достижения, знаменитые спортсмены, спортивные команды;  - спортивные события в своей местности, знакомство с командой;  -техника безопасного поведения;  -правильное питание спортсмена;  - режим дня спортсмена;  - правила выбора спортивной одежды. | **Коммуникативная.**  Беседа о спортивных играх.  Правила игры.  Национальные спортивные традиций и достижений, знаменитые спортсмены, спортивные команды.  Спортивные события в нашем городе. Знакомство с местной командой и её достижениями.  Безопасное поведение в игре.  Питание спортсмена.  Режим дня спортсмена.  Правила выбора спортивной одежды.  **Двигательная.**  Игровая деятельность  Игры на координацию движений:  «Через ручеек по мостику», «По коридорчику», «Найди свой цвет», «Пройди и не сбей», «Пробеги, не задень», «Море волнуется раз», «Водяной», «Беги – замри», «Шагай через кочки», «Бегом по горке», «Жмурки с колокольчиком». | Участие в беседе.  Участие в играх на координацию движений: «Через ручеек по мостику», «По коридорчику», «Найди свой цвет», «Пройди и не сбей», «Пробеги, не задень», «Море волнуется раз», «Водяной», «Беги -замри», «Шагай через кочки», «Бегом по горке», «Жмурки с колокольчиком». | - ребенок умеет поддерживать беседу;  - с интересом участвует в спортивных играх на координацию движений;  - выполняет указания взрослого;  - проявляет активность в совместной и индивидуальной двигательной деятельности. |

4 неделя (два занятия: первое на подготовку, второе на проведение праздника)

Нумерация занятий: 7,8

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Семейно -групповой спортивный праздник. Эстафета.**  **Цель:** создание условий для организации участия детей в спортивной жизни родного города.  **Задача:** приобщить детей и родителей к  совместной игровой соревновательной деятельности. | **Семейно- групповой спортивный праздник. Эстафета.**  (7 занятие-подготовка, 8 занятие- проведение эстафеты).  Краткое содержание:  - представление команд;  - игровая эстафета;  - награждение команд. | **Двигательная.**  Эстафета.  Игры:  «Через ручеек по мостику», «Пройди и не сбей», «Пробеги, не задень», «Шагай через кочки», «Бегом по горке». | Участие в семейно-групповом спортивном празднике. | - ребенок проявляет спортивный интерес и активность в совместной и индивидуальной двигательной деятельности. |

**Октябрь**

|  |  |
| --- | --- |
| Календарные сроки | Содержание деятельности |
| 1 неделя (два занятия) | Тема первой недели: «Движение – жизнь. Прыжки» |
| 2 неделя (два занятия) | Тема второй недели: « Игровые упражнения. Труд в осеннем огороде» |
| 3 неделя (два занятия) | Тема третьей недели: « Ходим – бегаем. Собираем урожай». |
| 4 неделя (два занятия) | Тема четвертой недели: «Прыжки в длину с разбега» Итоговое занятие |

**Организация двигательного режима**

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

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

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

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

Нумерация занятий: 1,2

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задача. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  **Цель:** создание условий для развития у детей двигательных навыков.  **Задача:** освоить основные движения в процессе разных видов двигательной деятельности; освоить прыжки на месте, через несколько предметов, через скакалку. | **Тема первой недели:**  **«Движение – жизнь.**  **Прыжки »**  Краткое содержание:  - ходьба и бег с сохранением дистанции;  - упражнения с мячом;  - ходьба с построением;  - прыжки на месте;  - прыжки через несколько предметов;  - прыжки через скакалку  - подвижные игры. | **Коммуникативная.**  Рассказ с объяснением о ходьбе с построением в звенья.  **Двигательная.**  ходьба, построения в звенья;  - общеразвивающие упражнения: ходьба с высоким подниманием коленей, медленный бег.  Основные движения по теме недели:  - бег со средней скоростью (100 метров, 45 секунд), бег по доскам.  Подвижные игры:  «Затейники», «Паук».  прыжки на месте;  - прыжки через 5 – 6 предметов;  - прыжки через неподвижную скакалку.  **Игровая.**  «Парашютики», « На одной ножке – по дорожке». | Слушание рассказа с объяснением о ходьбе с построением в звенья.  Участие в двигательной деятельности.  Выполнение общеразвивающих упражнен6ий.  Выполнение основных движений.  Самостоятельное выполнение разных видов прыжков.  Участие в подвижных играх «Затейники», «Паук», «Парашютики», «На одной ножке – по дорожке». | - ребенок умеет внимательно слушать рассказ с объяснением;  - активен в двигательной деятельности;  - проявляет выносливость при выполнении общеразвивающих упражнен6ий;  - с интересом участвует в подвижных играх.  - соблюдает дистанцию в прыжках;  - умеет выбирать партнеров для совместной игровой деятельности. |

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 освоения, закрепления двигательных навыков.  **Задача:**  научить правильно выполнять простые общеразвиваю-щие упражнения. | **Тема второй недели:**  **«Игровые упражнения. Труд в осеннем огороде».**  Краткое содержание  - передвижение разными шагами;  - бег (разные варианты);  - ходьба и бег;  - повороты;  -прыжки (разные варианты).  - убираем морковь:  ( общеразвивающие упражнения)  - собираем огурцы;  ( общеразвивающие упражнения)  - собираем фрукты;  - радуемся урожаю. | **Коммуникативная.**  Беседа об овощах и фруктах. Загадки об овощах и фруктах.  **Двигательная.**  Ходьба и бег.  Общеразвивающие упражнения и основные движения.  Игровые упражнения:  передвижение приставными шагами правым (левым) боком с разной скоростью, в одном или в разном направлениях.  Бег с выполнением заданий.  Чередование ходьбы и бега.  Повороты на месте.  Прыжок в длину с разбега.  Прыжок в высоту с разбега  Смена двигательной деятельности:  - убираем морковь  (общеразвивающие упражнения);  - ходьба на носках, пятках;  - собираем огурцы;  ( общеразвивающие упражнения) хождение между кеглями;  - собираем фрукты; прыжки на месте;  - радуемся урожаю, легкий бег.  **Игровая.**  Подвижные игры: «Кто быстрее соберет урожай», «Садовник». | Участие в беседе.  Самостоятельное отгадывание загадок.  Самостоятельное выполнение игровых общеразвивающих упражнений;  Участие в коллективных подвижных играх: «Кто быстрее соберет урожай», «Садовник».  Участие в игровых упражнениях.  Самостоятельное выполнение всех двигательных заданий | - ребенок умеет самостоятельно выполнять игровые общеразвивающие упражнения;  - проявляет ловкость и быстроту в подвижных играх;  - умеет выбирать партнеров для совместной игровой деятельности. |

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 формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.  **Задача:** обогащать двигательный опыт детей. | **Тема третьей недели:**  **« Ходим – бегаем. Собираем урожай».**  Краткое содержание:  - ходьба в колонне;  - ходьба на пятках;  - ходьба на носках;  - ходьба и прыжки;  - бег с изменением темпа;  - общеразвивающие упражнения.  - прыжки;  - подлезание под дуги. | **Коммуникативная.**  Беседа о пользе ходьбы и бега.  **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения и основные движения по теме недели.  Ходьба в колонне друг за другом.  Ходьба на пятках.  Ходьба на носках.  Ходьба и прыжки: ноги вместе, ноги врозь.  Бег с изменением темпа.  Ходьба с восстановлением дыхания.  Общеразвивающие упражнения: на каждый счет смена положения головы  (вверх, вниз, влево, вправо).  Прыжки.  «Собираем урожай» игровые действия по заданию педагога.  **Игровая.**  Подвижная игра « Горелки». | Освоение разных видов ходьбы: ходьба в колонне друг за другом,  ходьба на пятках,  ходьба на носках.  Выполнение разного вида бега, по указанию взрослого.  Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.  Участие в подвижной игре. | - ребенок может контролировать свои движения и управлять ими;  - имеет развитую потребность бегать, прыгать;  - ребенок уверен в своих силах;  - с интересом участвует в совместных играх;  - соблюдает правила игры;  - активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми. |

4 неделя (занятия 7,8 – имеют свою тематику)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задачи. | Тема | Виды и формы совместной образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры  (результат) |
| **Физическое развитие.**  Занятие 7.  **Цель:** создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.  **Задача:** дать основные практические навыки по прыжкам в длину с разбега. | **Тема четвертой недели: «Прыжки в длину с разбега».**  Краткое содержание:  - прыжки с разбега;  - отталкивание и приземление;  - равновесие. | **Двигательная.**  Прыжки с разбега на дальность.  Отталкиваемся и приземляемся.  Правила приземления.  Мини – соревнование «Кто дальше прыгнет».  **Игровая.**  Подвижная игра «Прыгалка». | Участие в освоении практических навыков по прыжкам в длину с разбега.  Освоение приемов отталкивания и приземления.  Участие в соревновании «Кто дальше прыгнет».  Участие в подвижной игре. | - ребенок освоил практические навыки по прыжкам в длину с разбега;  - имеет потребность бегать, прыгать;  - соблюдает правила игры;  - активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми. |
| Занятие 8.  **Итоговое игровое занятие.**  **Цель:** создание условий для проведения итогового занятия по пройденным темам.  **Задача:** подвести итог развития детей, в процессе выполнения программных двигательных упражнений, подвижных игр. | **Итоговое игровое занятие.**  Повторение, закрепление навыков ходьбы, бега, прыжков, общеразвивающих упражнений. | Повторение, закрепление навыков ходьбы, бега, прыжков, общеразвивающих упражнений  **Игровая.**  Подвижные игры:  «Затейники», «Паук», «Парашютики», «На одной ножке – по дорожке», «Кто быстрее соберет урожай», «Садовник», «Горелки». | Участие в повторении закреплении двигательных навыков.  Участие в игровой деятельности. | - ребенок умеет самостоятельно выполнять игровые общеразвивающие упражнения;  - активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми. |

**Ноябрь**

|  |  |
| --- | --- |
| Календарные сроки | Содержание деятельности |
| 1 неделя (два занятия) | Тема первой недели: «Буду расти здоровым» «Выносливые и сильные». |
| 2 неделя (два занятия) | Тема второй недели: «Развиваем ловкость». «Равновесие». |
| 3 неделя (два занятия) | Тема третьей недели: «Ходьба и бег парами». «Игровая эстафета». |
| 4 неделя (два занятия) | Тема четвертой недели «Игры с метанием».  «Подвижные игры».  Повторение, закрепление. |

**Организация двигательного режима**

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

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

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

1 неделя (два занятия, каждое занятие со своей тематикой)

Нумерация занятий: 1,2

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задачи. | Тема | Виды и формы совместной  образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры |
| **Физическое развитие.**  Занятие 1.  **Цель:**  создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.  **Задача:**  познакомить детей с различными видами спорта. | **«Буду расти здоровым».**  Краткое содержание:  - ходьба, бег, перестроение;  - гимнасты, пловцы, футболисты. | **Коммуникативная.**  Рассказ педагога (инструктора) о видах спорта.  **Двигательная.**  Общеразвивающие и основные движения по теме  - ходьба с поворотами в углах;  - ходьба на носках и пятках;  - перестроение в три круга.  Виды спорта.  Гимнасты.  Приседание с прямой спиной, колени в стороны. Возвращение в исходную позицию. Повторить 8 раз.  Пловцы.  Исходное положение – лечь на живот. Руки вдоль туловища.  Поднятие головы и верхней части туловища (прогнуться). Повторить 8 раз.  Футболисты.  Исходное положение – лечь на спину, руки в стороны.  Сгибать поочередно ноги в коленях и бить по воображаемому мячу. Повторить 8 раз (каждой ногой).  **Игровая.**  «Передача мяча». | Участие в беседе о разных видах спорта.  Совершенствование физических качеств.  Выполнение упражнений:  ходьба с поворотами в углах, ходьба на носках и пятках, перестроение в три круга.  Участие в разных видах двигательной деятельности.  Самостоятельное выполнение упражнений по теме «Гимнасты», «Пловцы», «Футболисты».  Участие в подвижной игре. | - ребенок умеет поддержать беседу;  - ребенок может контролировать свои движения и управлять ими;  - умеет самостоятельно выполнять упражнения, связанные с разными видами спорта;  - активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми. |
| Занятие 2.  **Цель:**  создание условий для освоения, закрепления двигательных навыков.  **Задача:**  развивать физические качества: выносливость, быстроту, силу. | **«Выносливые и сильные».**  Краткое содержание:  - упражнения для развития скоростно – силовых качеств;  - упражнения для развития силы;  - упражнения для развития выносливости. | Двигательная.  Бег и прыжки через препятствия высотой от 15 до 30 см.  Прыжки с продвижением вперед на расстояние  5 метров.  Бег с высоким подниманием колен на расстояние 8 – 10 метров.  Упражнение с тренажером «Здоровье».  Пробегание двух отрезков по 100 метров.  **Игровая.**  Подвижные игры: «Лягушки и цапли», «Самолеты». | Индивидуальное участие в беге и прыжках через препятствия высотой от 15 до 30 см.  Индивидуальное участие в беге с высоким подниманием колен на расстояние 8 – 10 метров.  Самостоятельное выполнение упражнений на тренажере «Здоровье».  Пробегание двух отрезков по 100 метров.  Участие в подвижных играх «Лягушки и цапли», «Самолеты». | - ребенок имеет достаточный опыт в освоении общеразвивающих и спортивных упражнений;  - в двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу;  - в самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками и взрослыми. |

2 неделя (два занятия, каждое занятие со своей тематикой)

Нумерация занятий: 3,4

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задачи. | Тема | Виды и формы совместной  образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры |
| **Физическое развитие.**  Занятие 3.  **Цель:** создание условий для развития ловкости.  **Задача:** развивать ловкость в процессе выполнения игр и упражнений. | **«Развиваем ловкость».**  Краткое содержание:  - упражнения с гимнастическими палками и кольцами;  - подвижные игры. | **Коммуникативная.**  Беседа о безопасном выполнении движений с предметами  **Двигательная.**  Общеразвивающие и основные движения по теме недели  Бег с перешагиванием через гимнастические палки.  Челночный бег 3 раза по 10 метров.  Перебрасывание палки из одной руки в другую перед собой.  Перебрасывание кольца диаметром 25 - 30 см из руки в руку.  **Игровая.**  Подвижные игры «Будь ловким», «Не задень» (обегание предметов). | Самостоятельный бег с перешагиванием через гимнастические палки.  Самостоятельный челночный бег 3 раза по 10 метров.  Самостоятельное выполнение движений с предметами: гимнастическими палками и кольцами.  Участие в подвижных играх  игры «Будь ловким», «Не задень». | - ребенок имеет достаточный опыт в освоении общеразвивающих и спортивных упражнений;  - в двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу;  - в самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками и взрослыми. |
| Занятие 4.  **Цель:**  создание условий для развития движений на равновесие.  **Задача:**  освоить основные движения на удержание равновесия. | **«Равновесие».**  Краткое содержание:  - ходьба через предметы;  - ходьба по гимнастической скамейке;  - ходьба по бревну. | **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения и основные движения по теме недели.  Ходьба через предметы высотой 25-30 см.  Ходьба по наклонной доске высотой 35- 40см, шириной 20 см.  Ходьба по гимнастической скамейке с закрытыми глазами, с поворотами.  Ходьба по бревну высотой 25-30 см, шириной 10 см, с мешочком на голове 500 граммов.  **Игровая.**  Подвижные игры «Сделай фигуру», «Мы веселые ребята». | Освоение ходьбы через предметы высотой  25-30 см.  Самостоятельная ходьба по наклонной доске высотой 35-40 см, шириной 20 см.  Самостоятельная ходьба по гимнастической скамейке с закрытыми глазами, с поворотами.  Самостоятельная ходьба по бревну высотой 25-30 см, шириной 10 см, с мешочком на голове 500г.  Участие в подвижных играх.  Игры «Сделай фигуру», «Мы веселые ребята». | - ребенок освоил ходьбу через предметы высотой  25-30 см;  - умеет удерживать равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке с закрытыми глазами, с поворотами;  - проявляет активность в игровой двигательной деятельности. |

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

Нумерация занятий: 5,6

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задачи. | Тема | Виды и формы совместной  образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры |
| **Физическое развитие.**  **Цель:** создание условий для освоения, закрепления двигательных навыков.  **Задача:** освоить двигательные упражнения в парах, колонне, шеренге; развивать навыки коллективного взаимодействия в народных играх. | **«Ходьба и бег парами».**  Краткое содержание:  - ходьба и бег парами;  - упражнения в колонне;  - упражнения в шеренге. | **Коммуникативная.**  Беседа о том, как выполняются движение в парах.  **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения (по выбору педагога) и основные движения по теме недели.  Ходьба и бег парами.  Ходьба и бег врассыпную.  Выполнение упражнений на равновесие двумя колоннами. Дети шеренгами прыгают на двух ногах через шнуры.  **Игровая.**  Подвижные игры «Парный бег», «Встречные перебежки». | Освоение бега и ходьбы парами.  Выполнение упражнений в колонне.  Выполнение упражнений в шеренге.  Участие в подвижных играх  «Парный бег», «Встречные перебежки». | - ребенок освоил бег и ходьбу парами;  - может самостоятельно контролировать двигательные упражнения в колонне, шеренге;  - проявляет активность в игровой двигательной деятельности. |
| **«Игры – эстафеты».** | **Двигательная.**  Игры – эстафеты: «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Дорожка препятствий», «Забрось мяч в кольцо». | Участие в играх - эстафетах | - в самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками и взрослыми. |

4 неделя (два занятия, каждое занятие со своей тематикой)

Нумерация занятий: 7,8

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задачи. | Тема | Виды и формы совместной  образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры |
| **Физическое развитие.**  Занятие 7.  **Цель:**  создание условий для освоения, закрепления двигательных навыков.  **Задача:**  развивать навыки коллективного взаимодействия в подвижных играх. | **«Игры с метанием».** | **Игровая.**  Игры с метанием: «Охотники и зайцы», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Школа мяча». | Участие в подвижных играх «Охотники и зайцы», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Школа мяча». | - в самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками и взрослыми. |
| Занятие 8.  **Цель:**  подведение итогов в двигательной деятельности  за месяц.  **Задача:**  анализ эффективности развития двигательных навыков за месяц. | **«Подвижные игры».**  Повторение, закрепление. | **Игровая.**  Подвижные игры: «Сделай фигуру», «Мы веселые ребята».  Игры – эстафеты: «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Дорожка препятствий», «Забрось мяч в кольцо». | Участие в подвижных играх.  Участие в играх – эстафетах  Самостоятельное забрасывание мяча в корзину. | - в самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками и взрослыми. |

**Декабрь**

|  |  |
| --- | --- |
| Календарные сроки | Содержание деятельности |
| 1 неделя (два занятия) | Тема первой недели: « Ползание и лазание». « Морские путешественники». «Ходьба, упражнения в равновесии» Промежуточный мониторинг. |
| 2 неделя (два занятия) | Тема второй недели: «Положение и движение головы рук, туловища».  Промежуточный мониторинг. |
| 3 неделя (два занятия) | Тема третьей недели: спортивные упражнения «Катание на санках», «Ходьба на лыжах», промежуточный мониторинг. |
| 4 неделя (два занятия) | Тема четвертой недели: эстафета «Зимние забавы».  Промежуточный мониторинг. |

**Организация двигательного режима**

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

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

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

1 неделя (два занятия, каждое занятие имеет свою тематику)

Нумерация занятий: 1,2

« Ползание и лазание. Ходьба и упражнения в равновесии» с учетом требований промежуточного мониторинга по освоению детьми образовательной области «Физическая культура».

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задачи. | Тема | Виды и формы совместной  образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры |
| **Физическое развитие.**  Занятие 1.  **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. | **«Ползание и лазание».**  Краткое содержание:  - ползание на четвереньках;  - подтягивание с помощью рук;  - ползание и перелезание через предметы;  - выполнение мониторинговых заданий по теме. | **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения: исходное положение – стоять, пятки вместе, носки врозь.  Приседания.  Основные движения  (Мониторинговые задания)  Ползание на четвереньках,  толкая головой мяч по скамейке  Подтягивание на скамейке с помощью рук.  Ползание и перелезание через предметы: скамейки, бревна. Лазание по лестнице с перекрестной координацией движений рук.  **Игровая**.  Подвижная игра «Пожарные на ученье». | Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.  Самостоятельное выполнение основных движений: ползание на четвереньках,  толкая головой мяч по скамейке,  подтягивание на скамейке с помощью рук,  ползание и перелезание через предметы: скамейки, бревна.  Участие в коллективной подвижной игре. | - ребенок может самостоятельно выполнять заданные упражнения, движения;  - проявляет физическую активность при выполнении основных движений;  - способен договариваться, учитывать интересы других детей в коллективных подвижных играх. |
| Занятие 2.  **Цель:**  создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств.  **Задача:** совершенствовать технику основных движений. | **«Морские путешественники». Ходьба, упражнения в равновесии.**  Краткое содержание:  - упражнения « Все на весла»,  - упражнение «Вверх по реке»  - упражнение «Морская пляска»  - упражнение «Уборка на корабле». | **Двигательная.**  Общеразвивающие движения (по выбору педагога) и основные движения по теме недели.  Ходьба в колонне.  Обычный бег.  Мониторинговые задания.  Ходьба по шнуру (5 – 10 метров), приставной шаг с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку.  Ходьба на пятках и носках.  Упражнение« Все на весла»  - рывки прямыми руками назад (8 раз);  Упражнение «Морская пляска»  - присесть, разводя колени в стороны, спина прямая (8 раз).  Упражнение «Уборка на корабле»  - драим палубу (имитация мытья пола шваброй).  **Игровая.**  Подвижная игра «Кто быстрее». | Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.  Выполнение указаний физкультурного руководителя.  Индивидуальная отработка основных движений. | - ребенок может контролировать свои движения и управлять ими;  - имеет развитую потребность бегать, прыгать;  - уверен в своих силах;  - открыт внешнему миру;  - положительно относится к себе и другим. |

2 неделя (два занятия, каждое занятие со своей тематикой)

Нумерация занятий: 3,4

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задачи. | Тема | Виды и формы совместной  образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры |
| **Физическое развитие.**  Занятие 3.  **Цель:**  создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств.  **Задача:**  формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. | **«Рисуем движения».**  Краткое содержание:  - рисуем головой;  - рисуем локтями,  - рисуем туловищем.  - мониторинговые задания. | **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения.  Мониторинговые задания  Рисуем круглое солнце головой.  Рисуем шары локтями.  Рисуем колеса машины туловищем.  Рисуем езду на велосипеде (лежа).  **Игровая.**  Подвижная игра «Кто быстрее», повторение. | Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.  Выполнение указаний физкультурного руководителя.  Индивидуальная отработка основных движений. | - ребенок может контролировать свои движения и управлять ими;  - имеет развитую потребность бегать, прыгать;  - уверен в своих силах;  - открыт внешнему миру;  - положительно относится к себе и другим. |
| Занятие 4.  **Цель:**  создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств.  **Задача:**  обогащать двигательный опыт детей, совершенствовать технику образных движений. | **«Животные и их движения».**  Краткое содержание:  - упражнение «Мышки»;  - упражнение «Лошадки»;  - упражнение «Верблюд»;  - упражнение «Слон»;  - упражнение «Медведь». | **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения: ходьба, бег, построение.  Образное выполнение движений: (мониторинговые задания)  - упражнение «Мышки»;  - упражнение «Лошадки»;  - упражнение «Верблюд»;  - упражнение «Слон»  - упражнение «Медведь»  Все движения сопровождаются четверостишиями.  Например:  «Руки ниже опусти  И достанешь до земли.  Тихо – тихо мышь идет,  Потому что рядом кот».  И так далее…  - упражнение « Мышки»;  - упражнение «Лошадки»;  - упражнение «Верблюд»;  - упражнение «Слон»;  - упражнение «Медведь».  **Игровая.**  Подвижная игра «Медведь» | Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.  Самостоятельное выполнение образных упражнений «Мышки», «Лошадки», «Верблюд»,  «Слон», «Медведь».  Слушание и запоминание четверостиший о животных.  Участие в подвижной игре. | - ребенок способен самостоятельно выполнять образные движения различных персонажей;  - проявляет элементы творчества при изображении персонажей;  - проявляет физическую активность при выполнении основных движений;  - способен договариваться, учитывать интересы других детей в коллективных подвижных играх. |

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

Нумерация занятий: 5,6

**Спортивные упражнения «Катание на санках», «Ходьба на лыжах» выполнение упражнений с учетом требований промежуточного мониторинга по освоению детьми образовательной области «Физическая культура»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задачи. | Тема | Виды и формы совместной  образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры |
| **Физическое развитие.**  Занятие 5  **Цель:**  создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств.  **Задача:**  познакомить с зимними видами спорта. | **«Зима».**  Краткое содержание:  - беседа о зимних видах спорта;  - детский зимний инвентарь;  - спортивные упражнения: катание на санках, ходьба на лыжах;  -безопасность;  - мониторинг. | **Коммуникативная.**  Рассказ о зимних видах спорта.  Загадки о зиме.  Беседа и рассматривание зимнего детского инвентаря: санки, лыжи, коньки.  **Двигательная.**  Мониторинговые задания  Катание на санках с горки по одному и парами.  Катание друг друга по ровному месту.  Ходьба на лыжах по пересеченной местности переменным шагом.  **Игровая.**  Подвижная игра «Мороз». | Слушание рассказа Рассказ о зимних видах спорта.  Самостоятельное отгадывание загадок.  Участие в беседе.  Катание на санках с горки по одному и парами.  Катание друг друга по ровному месту.  Ходьба на лыжах по пересеченной местности переменным шагом.  Участие в подвижной игре. | - ребенок в двигательной деятельности проявляет выносливость, силу, координацию;  - проявляет инициативу и изобретательность при выполнении упражнений;  - знает правила безопасного поведения на улице в зимний период;  - проявляет необходимый самоконтроль и самооценку. |
| Занятие 6.  **Цель**:  создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств.  **Задача:**  познакомить с зимними видами спорта. | **«Зима».**  Краткое содержание:  - повторение;  - катание на санках,  - ходьба на лыжах.  - мониторинг. | **Коммуникативная.**  Рассказ о зимних видах спорта.  Рассказы детей.  **Двигательная.**  Катание на санках с горки по одному и парами.  Мониторинговые задания.  Катание друг друга по ровному месту.  Ходьба на лыжах. Подъем в горку «лесенкой», спуск в низкой стойке.  **Игровая.**  Подвижная игра «Мороз». | Слушание рассказа Рассказ о зимних видах спорта.  Самостоятельный рассказ.  Участие в беседе.  Катание на санках с горки по одному и парами.  Катание друг друга по ровному месту.  Ходьба на лыжах подъем и спуск.  Участие в подвижной игре. | - ребенок в двигательной деятельности проявляет выносливость, силу, координацию;  - проявляет инициативу и изобретательность при выполнении упражнений;  - знает правила безопасного поведения на улице в зимний период.  - проявляет необходимый самоконтроль и самооценку;  - у ребенка развита крупная и мелкая моторика. |

4 неделя (два занятия)

Нумерация занятий 7,8

**Мониторинг эффективности по овладению детьми основных программных двигательных умений и навыков.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задачи. | Тема | Виды и формы совместной  образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры |
| **Физическое развитие.**  **Цель:**  создание условий для  проведения промежуточного мониторинга по развитию двигательных качеств.  **Задача:**  провести мониторинг эффективности по развитию двигательных качеств в виде спортивной эстафеты «Зимние забавы». | **«Зимние забавы».**  Эстафета.  Итог месяца.  Занятие 7 - подготовка к спортивной эстафете.  Занятие 8 - проведение  спортивной эстафеты «Зимние забавы». | **Двигательная.**  Эстафета «Кто ловчее, кто быстрее».  Эстафета состоит из знакомых общеразвивающих упражнений, спортивных подвижных зимних игр. | Участие в эстафете  «Зимние забавы». | - ребенок в двигательной деятельности проявляет выносливость, силу, координацию;  - способен договариваться, учитывать интересы других детей в коллективных подвижных играх. |

**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 5 - 6 лет**

|  |  |
| --- | --- |
| Основные движения | Показатель |
| Ходьба и бег, равновесие | Ходьба и равновесие с ненапряженным положением туловища и головы. Ходьба на пятках, на носках, в полуприседе. Ходьба с перешагиванием через предметы (высота 20 сантиметров), по наклонной доске (высота 35 сантиметров), по шнуру и бревну. Ходьба с поворотами, с кружением, по пенькам, спиной вперед.  Бег. На носках, через предметы и между ними, бег в медленном темпе (100метров), в быстром темпе (3раза по 10 метров) |
| Прыжки | Прыжки на месте, прыжки через 3 – 4 предмета. Прыжки в длину с места - 70 – 80 сантиметров, в высоту – 30 – 35 сантиметров, с разбега в длину – 100 сантиметров. |
| Метание, бросание, ловля | Бросание мяча вверх, о землю, ловля – не менее 8 раз. Метание предмета на дальность (расстояние 5 метров), в горизонтальную цель (2 метра), в вертикальную цель (расстояние 1,5 – 2 метра). |
| Лазание | Ползание на четвереньках между предметами. Подтягивание на скамейке с помощью рук. Подлезание под дуги. |
| Спортивные упражнения | Катание на санках с горки по одному и парами.  Катание друг друга по ровному месту. Ходьба на лыжах по пересеченной местности переменным шагом. Подъем в горку «лесенкой», спуск в низкой стойке. |

**2.3 Примерное планирование образовательной деятельности по физическому развитию детей 5 – 6 лет (январь-май).**

**Январь**

|  |  |
| --- | --- |
| Календарные сроки | Содержание деятельности |
| 1 неделя (два занятия) | Выходные праздничные дни. |
| 2 неделя (два занятия) | Выходные праздничные дни. |
| 3 неделя (два занятия) | Тема третьей недели: «Зима», повторение. |
| 4 неделя (два занятия) | Тема четвертой недели «Подвижные игры». «Народные зимние забавы». |

**Организация двигательного режима**

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

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

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

1 – 2 неделя праздничные выходные дни (занятия с 1 по 4 не проводятся).

3 неделя Повторение тематики декабря (Занятие 6 –«Зима») (два занятия на повторение, закрепление двигательных навыков и умений)

Нумерация занятий:5,6

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задачи. | Тема | Виды и формы совместной  образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры |
| **Физическое развитие.**  Занятие 5, 6.  Повторение тематики декабря (занятие 6) «Зима». | Повторение тематики декабря (6) «Зима». | Повторение тематики декабря (6) «Зима». | Слушание рассказа Рассказ о зимних видах спорта.  Самостоятельный рассказ.  Участие в беседе.  Катание на санках с горки по одному и парами.  Катание друг друга по ровному месту.  Ходьба на лыжах подъем и спуск.  Участие в подвижной игре | - ребенок в двигательной деятельности проявляет выносливость, силу, координацию;  - проявляет инициативу и изобретательность при выполнении упражнений;  - проявляет необходимый самоконтроль и самооценку;  - у ребенка развита крупная и мелкая моторика. |

4 неделя (два занятия, каждое занятие имеет свою тематику)

Нумерация занятий 7,8.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задачи. | Тема | Виды и формы совместной  образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры |
| **Физическое развитие.**  Занятие 7.  **Цель:** создание условий для развития двигательной деятельности детей.  **Задача:** воспитывать у детей желание самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры. | **«Подвижные игры».**  Краткое содержание:  - игры с бегом;  - игры с прыжками;  - игры - эстафеты. | **Коммуникативная.**  Беседа о правилах безопасного поведения в подвижных играх.  **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения (по рекомендации педагога)  Основные движения «Бег», «Прыжки» осваиваются в игровой деятельности.  Игры с бегом: «Уголки», «Парный бег», «Бездомный заяц».  Игры с прыжками: «Не оставайся на полу», «Кто сделает меньше прыжков», «Пустое место».  Игры – эстафеты: «Дорожка препятствий», «Забрось мяч в кольцо». | Участие в беседе о правилах безопасного поведения в подвижных играх.  Участие в подвижных играх с бегом: «Уголки», «Парный бег», «Бездомный заяц».  В играх с прыжками: «Не оставайся на полу», «Кто сделает меньше прыжков», «Пустое место».  В играх – эстафетах: «Дорожка препятствий», «Забрось мяч в кольцо». | - ребенок гармонично физически развит;  - в поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании;  - способен самостоятельно организовать и проводить подвижные игры;  - ребенок может контролировать свои движения и управлять ими. |
| Занятие 8.  **Цель:** создание условий для развития двигательных качеств в зимний период.  **Задача:** развивать потребность и интерес к двигательной деятельности в зимний период в процессе игровой деятельности. | **«Народные зимние забавы».**  Краткое содержание:  - игра в снежки;  - зимняя карусель;  - катание на санках. | **Коммуникативная.**  Беседа о народных зимних забавах.  Загадки о зимних забавах.  **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения и основные движения по теме недели (по рекомендации педагога)  Катание на санках с горки по одному и парами. Катание друг друга по ровному месту (кто быстрее). Зимняя карусель: кто катается на карусели (медведи, зайцы, лиса). | Участие в беседе о народных играх – забавах.  Самостоятельное отгадывание загадок.  Самостоятельное участие в игровой двигательной деятельности.  Творческое выполнение игровых заданий. | - ребенок стремится к лучшему результату;  - способен самостоятельно привлечь внимание других детей для участия в командной игре;  - проявляет познавательную и деловую активность, эмоциональную отзывчивость. |

**Февраль**

|  |  |
| --- | --- |
| Календарные сроки | Содержание деятельности |
| 1 неделя (два занятия) | Тема первой недели «Ходьба и бег». |
| 2 неделя (два занятия) | Тема второй недели: Виды спорта» (с ходьбой, бегом, прыжками). |
| 3 неделя (два занятия) | Тема третьей недели: «Равновесие. Красивая осанка». |
| 4 неделя (два занятия) | Тема четвертой недели «. Семейный спортивный праздник «Мы вместе». |

**Организация двигательного режима**

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

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

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

1 неделя (Два занятия, первое на освоение движений, второе – на повторение, закрепление)

Нумерация занятий 1,2.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задачи. | Тема | Виды и формы совместной  образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры |
| **Физическое развитие.**  **Цель:**  создание условий для развития физических качеств, накопления и обогащения двигательного опыта детей.  **Задача:**  развивать двигательную активность детей в процессе совершенствования основных движений. | **«Ходьба и бег».**  Краткое содержание:  - ходьба в колонне;  - ходьба на носках;  - ходьба на пятках;  - бег. | **Коммуникативная.**  Беседа о пользе ходьбы и бега в повседневной жизни.  **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения по выбору педагога.  Пример:  «На разминку становись!  Вправо, влево повернись,  Повороты посчитай  Раз, два, три…  Не отставай!».  Основные движения.  Ходьба в колонне с поворотами в углах.  Ходьба на носках с прямым туловищем.  Ходьба на пятках с прямым туловищем.  Ходьба через предметы (высотой 20 сантиметров)  Обычный бег.  Бег с высоким поднятием колен, через предметы  Бег с захлестыванием.  Перестроение в три круга.  **Игровая.**  Подвижная игра «Дорожка препятствий».  **Трудовая.** Уборка инвентаря. | Участие в беседе о пользе ходьбы и бега в повседневной жизни. Самостоятельное выполнение движений ходьбы в колонне с поворотами в углах,  ходьбы на носках с прямым туловищем,  ходьбы на пятках с прямым туловищем,  обычного бега, бега с захлестыванием.  Участие в подвижной игре «Дорожка препятствий». | - ребенок гармонично физически развит;  - в поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании;  - ребенок умеет выполнять основные движения;  - знает правила безопасности во время выполнения физических упражнений;  - умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку. |

2 неделя (Два занятия, первое на освоение движений, второе – на повторение, закрепление)

Нумерация занятий 3,4

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задачи. | Тема | Виды и формы совместной  образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры |
| **Физическое развитие.**  **Цель:** создание условий для развития физических качеств, накопления и обогащения двигательного опыта детей.  **Задача:** развивать двигательную активность детей. | **«Виды спорта» (с ходьбой, бегом, прыжками).**  Краткое содержание:  - ходьба;  - бег;  - дыхательные упражнения. | **Коммуникативная.**  Беседа «Спортсмены на тренировке»  **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения и основные движения по теме недели.  Ходьба с четкими поворотами в углах.  Бег на месте с высоко поднятыми коленями.  Медленный бег на расстояние (по указанию педагога).  Бег со средней скоростью (по указанию педагога).  Дыхательные упражнения.  Прыжки в длину, с места (70 – 80 сантиметров) Индивидуальное выполнение.  **Игровая.**  Подвижная игра «Кто быстрее». | Участие в беседе «Спортсмены на тренировке».  Самостоятельное выполнение двигательных упражнений: ходьбы с четкими поворотами в углах, бега на месте с высоко поднятыми коленями, медленного бега на расстояние, бега со средней скоростью.  Индивидуальное выполнение дыхатель-ных упражнений.  Участие в коллективной подвиж-ной игре «Кто быстрее». | - ребенок проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях;  - умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп;  - знает о правилах безопасности во время выполнения физических упражнений. |

3 неделя (Два занятия, каждое занятие имеет свою тематику)

Нумерация занятий 5,6

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задачи. | Тема | Виды и формы совместной  образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры |
| **Физическое развитие.**  Занятие 5.  **Цель:**  создание условий для развития двигательной деятельности детей.  **Задача:** совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности. | **«Равновесие».**  Краткое содержание:  - ходьба по канату;  - перепрыгивание;  - подбрасывание мяча. | **Двигательная.**  Основные виды движений.  Равновесие – ходьба по канату: носки на канате, пятки на полу, руки за головой.  Перепрыгивание через канат справа и слева с продвижением вперед, помогая себе взмахом рук (4-8 раз).  Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками, произвольно (дети свободно располагаются по залу) каждый в своем темпе.  **Игровая.**  Подвижная игра «Сбей мяч». | Самостоятельное выполнение основных движений.  Освоение движений на равновесие.  Индивидуальное выполнение упражнений с мячом.  Участие в подвижной игре «Сбей мяч». | - у ребенка сформировано ценностное отношение к занятиям физической культурой;  - ребенок может самостоятельно выполнять основные движения на равновесие;  -у ребенка развита крупная и мелкая моторика;  - при выполнении движений ребенок проявляет необходимый контроль и самооценку. |
| Занятие 6.  **Цель:**  создание условий для развития двигательной деятельности детей.  **Задача:** формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. | **«Красивая осанка».**  Краткое содержание:  - ходьба;  - бег;  - дыхательные упражнения. | **Двигательная.**  Ходьба на носках и внешней стороне ступни.  Медленный бег: забрасывая голень, затем высоко поднимая колени.  Медленный бег на расстояние (по указанию педагога).  Дыхательные упражнения.  **Игровая.**  Подвижная игра «Горелки». | Самостоятельное выполнение основных движений.  Осознанное выполнение дыхатель-ных и двигательных упражнений.  Участие в подвижной игре «Горелки». | - ребенок может осознанно выполнять двигательные и дыхательные упражнения;  - проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям;  -проявляет инициативу при выполнении упражнений. |

4 неделя (два занятия, первое – подготовка к спортивному празднику, второе – проведение семейно – группового спортивного праздника)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задачи. | Тема | Виды и формы совместной  образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры |
| **Физическое развитие.**  **Цель:**  создание условий для проведения спортивного семейного праздника «Мы вместе».  **Задача:**  развивать навыки коллективного взаимодействия детей и родителей в совместной игровой соревновательной деятельности. | **Семейный спортивный праздник «Мы вместе».**  Содержание праздника состоит из пройденных программных игр и развивающих физических упражнений. | Содержание праздника состоит из пройденных программных игр и развивающих физических упражнений. | Участие в семейном спортивном празднике. | - ребенок проявляет спортивный интерес и активность в совместной и индивидуальной двигательной деятельности;  - ребенок владеет основными культурными способами общения;  - обладает установкой положительного отношения к миру. |

**Март**

|  |  |
| --- | --- |
| Календарные сроки | Содержание деятельности |
| 1 неделя (два занятия) | Тема первой недели ««Всегда в движении. Прыжки. Мяч» |
| 2 неделя (два занятия) | Тема второй недели; «Выносливость в ходьбе и беге», «Ловкие ребята» |
| 3 неделя (два занятия) | Тема третьей недели: «Вместе весело шагать» |
| 4 неделя (два занятия) | Тема четвертой недели «Веселые старты» |

**Организация двигательного режима**

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

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

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

1 неделя (Два занятия. Каждое занятие имеет свою тематику)

Нумерация занятий 1,2

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задачи. | Тема | Виды и формы совместной  образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры |
| **Физическое развитие.**  Занятие 1.  **Цель:**  создание условий для развития двигательной деятельности детей.  **Задача:**  развивать физические качества - ловкость, выносливость. | **«Всегда в движении». «Прыжки. Мяч»**  Краткое содержание:  - прыжки в длину;  - перебрасывание мяча;  - прокатывание мяча. | **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения по выбору педагога.  Основные движения по теме недели.  Прыжки через 5-6 предметов на двух ногах (высота 15- 20 см).  Прыжки в длину с места на 80 - 90 см.  Перебрасывание мяча через шнур двумя руками.  Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами (ширина 30- 40 см, длина 3- 4 метра).  Игровые упражнения (подбрось – поймай).  **Игровая.**  Подвижная игра «Лошадка». | Индивидуальное выполнение прыжков через 5 – 6 предметов.  Освоение прыжков в длину с места.  Самостоятельное перебрасывание мяча через шнур.  Индивидуальное прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами (ширина 30- 40 см, длина 3- 4 метра).  Освоение игровых упражнений.  Участие в подвижной игре. | - ребенок может самостоятельно выполнять основные движения;  - у ребенка развита крупная и мелкая моторика;  -ребенок может контролировать свои движения и управлять ими. |
| Занятие 2.  **Цель:**  создание условий для  развития физических качеств.  **Задача:**  развивать физические качества - ловкость, выносливость. | **«Упражнения на гимнастической скамейке».**  Краткое содержание:  - ходьба по скамейке;  - бег по скамейке;  - спрыгивание со скамейки. | **Коммуникативная.**  Беседа о правилах безопасного поведения при выполнении упражнений на гимнастической скамейке.  **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения и основные движения по теме недели.  Ходьба в колонне по залу.  Ходьба по гимнастической скамейке потоком, держа руки в стороны.  Ходьба по гимнастической скамейке потоком держа руки за головой.  Бег по скамейке (2-3 раза).  Спрыгивание со скамьи с мягким приземлением на обе ноги.  **Игровая.**  Подвижная игра «Бездомный заяц» | Индивидуальное выполнение основных двигательных упражнений:  ходьба в колонне по залу, ходьба по гимнастической скамейке потоком держа руки в стороны, ходьба по гимнастической скамейке потоком держа руки за головой,  бег по скамейке,  спрыгивание со скамейки с мягким приземлением на обе ноги.  Участие в подвижной игре. | - ребенок может самостоятельно выполнять основные двигательные движения;  -осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом;  - в двигательной деятельности с удовольствием общается со сверстниками. |

2 неделя (Два занятия. Каждое занятие имеет свою тематику)

Нумерация занятий 3,4

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задачи. | Тема | Виды и формы совместной  образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры |
| **Физическое развитие.**  Занятие 3.  **Цель:** создание условий для развития интереса к участию в подвижных играх и физических упражнениях.  **Задача:** развивать активность в самостоятельной двигательной деятельности. | **«Выносливость в ходьбе и беге».**  Краткое содержание:  - бег между предметами;  - бег на скорость;  - прыжки. | **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения по выбору педагога.  Основные движения по теме недели.  Бег в быстром темпе 10 метров (3-4 раза), 20 – 30 метров (2- 3 раза).  Челночный бег 3х10 метров в медленном темпе.  Прыжки на одной ноге (правой и левой, попеременно).  Игровые упражнения «На одной ножке вдоль дорожки». Прыжки вдоль дорожки из кубиков или шнура до конца дорожки.  При повторении прыгать на другой ноге.  **Игровая.**  Подвижная игра «Кто лучше прыгнет». | Самостоятельное выполнение двигательных упражнений: бег в быстром темпе 10 метров (3-4 раза), 20 – 30 метров (2- 3 раза),  челночный бег 3х10 метров в медленном темпе, прыжки на одной ноге (правой и левой, попеременно).  Самостоятельное выполнение игровых упражнений «На одной ножке вдоль дорожки».  Участие подвижной игре. | - ребенок самостоятельно выполняет двигательные упражнения;  - в двигательной деятельности проявляет выносливость, быстроту, координацию, гибкость;  - активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми в совместных играх. |
| Занятие 4  **Цель:** создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности.  **Задача:** упражнять детей в ходьбе широким и коротким шагом, в равновесии и прыжках. | **«Ловкие ребята».**  Краткое содержание:  - ходьба;  - игровые упражнения;  - бросание мяча. | **Двигательная.**  Общеразвивающие и основные движения по теме недели.  Ходьба попеременно широким и коротким шагом.  Ходьба мелким, семенящим шагом.  **Игровая.**  Игровые упражнения. «Перепрыгни ручеек».  Прыжки в длину с места через 3- 4 ручейка (ручеек состоит из 6 – 8 шнуров).  «Бег по дорожке».  Упражнение дети выполняют в колонне по одному, сохраняя равновесие и не наступая на шнуры.  «Ловкие ребята».  Бросание мяча о землю, вверх и ловля его двумя руками. В руках у каждого ребенка мяч. | Освоение и закрепление разных видов ходьбы:  ходьба попеременно широким и коротким шагом, ходьба мелким, семенящим шагом.  Самостоятельное выполнение игровых упражнений. | - ребенок может самостоятельно выполнять основные движения;  - у ребенка развита крупная и мелкая моторика;  -ребенок может контролировать свои движения и управлять ими. |

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

Нумерация занятий: 5,6

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задачи. | Тема | Виды и формы совместной  образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры |
| **Физическое развитие.**  **Цель:**  создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности.  **Задача:**  освоить общеразвивающие упражнения с предметами и без них. | **«Вместе весело шагать».**  Краткое содержание:  - ходьба;  - бег;  - общеразвивающие упражнения;  - упражнения со скакалкой. | **Коммуникативная.**  Беседа о пользе общеразвивающих упражнений в жизни человека.  **Двигательная.**  Ходьба обычным шагом.  Ходьба парами.  Бег за направляющим.  Общеразвивающие упражнения.  Приседания.  Рывки согнутыми руками назад.  Рывки прямыми руками назад.  Наклоны.  Наклоны со скакалкой.  Лазание и ползание.  Лазание по лестнице с перекрестной координацией рук и ног.  **Игровая.**  Подвижные игры «Не оставайся на полу», «С кочки на кочку».  **Трудовая.**  Уборка инвентаря. | Участие в беседе.  Освоение и закрепление разных видов ходьбы.  Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.  Участие в подвижных играх.  Уборка инвентаря. | - ребенок выполняет основные движения;  - имеет опыт в разных видах двигатель-ной деятельности;  - способен к волевым усилиям в разных видах движений;  - проявляет инициа-тиву и самостоятель-ность в игровой деятельности. |

4 неделя (два занятия, первое на подготовку мероприятия, второе – проведение)

Нумерация занятий: 7,8

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задачи. | Тема | Виды и формы совместной  образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры |
| **Физическое развитие.**  **Цель:**  создание условий для проведения спортивного соревнования «Веселые старты»  **Задача:**  провести мониторинг эффективности по развитию двигательных качеств в виде спортивного соревнования «Веселые старты». | **«Веселые старты».**  Содержание спортивного соревнования состоит из выполнения комплекса освоенных подвижных игр и программных двигательных упражнений. | Содержание спортивного соревнования состоит из выполнения комплекса освоенных подвижных игр и программных двигательных упражнений. | Участие в спортивном соревновании «Веселые старты». | -ребенок самостоятельно выполняет двигательные упражнения;  - в двигательной деятельности проявляет выносливость, быстроту, координацию, гибкость;  - активно взаимодействует со сверстниками в совместных играх;  - у ребенка развита крупная и мелкая моторика;  -ребенок может контролировать свои движения и управлять ими. |

**Апрель**

|  |  |
| --- | --- |
| Календарные сроки | Содержание деятельности |
| 1 неделя (два занятия) | Тема первой недели «школа мяча» |
| 2 неделя (два занятия) | Тема второй недели; «Будь ловким» |
| 3 неделя (два занятия) | Тема третьей недели: «Тренировочный поход», «Развитие физических качеств. Сила» |
| 4 неделя (два занятия) | Тема четвертой недели «Развитие физических качеств. Выносливость». «Подвижные игры» |

**Организация двигательного режима**

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

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

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

1 неделя (Два занятия, первое на освоение, второе – на повторение)

Нумерация занятий 1,2

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задачи. | Тема | Виды и формы совместной  образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры |
| **Физическое развитие.**  **Цель:**  создание условий для осознанной потребности в двигательной активности и физическом совершенствова-нии.  **Задача:**  освоить основные движения: бросание, ловля, метание. | **«Школа мяча».**  Краткое содержание:  - прокатывание мяча;  - бросание мяча;  - отбивание мяча;  - ловля мяча;  - метание мяча. | **Коммуникативная.**  Беседа о правилах бросания, лови и метания мяча.  **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения и основные движения по теме недели.  Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений.  Бросание мяча вверх, о землю.  Ловля мяча двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой – 4-6 раз подряд.  Отбивание мяча на месте и в движении 10 раз подряд.  Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами.  Метание в горизонтальную и вертикальную цель.  Метание вдаль.  **Игровая.**  Подвижная игра «Брось мяч в стену». | Участие в беседе.  Самостоятельное прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений,  бросание мяча вверх, о землю, ловля мяча двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4-6 раз подряд.  Приобретение навыков отбивания мяча на месте и в движении, перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами.  Закрепление навыков метания в горизонтальную и вертикальную цель, вдаль. | - ребенок умеет поддержать беседу;  - умеет выполнять разнообразные движения с мячом: прокатывание мяча, бросание мяча, отбивание мяча, ловля мяча, метание мяча;  - проявляет необходимый самоконтроль и самооценку в двигательной деятельности. |

2 неделя (Два занятия, первое – освоение, второе – повторение, закрепление)

Нумерация занятий 3,4

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задачи. | Тема | Виды и формы совместной  образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры |
| **Физическое развитие.**  **Цель:**  создание условий для осознанной потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.  **Задача:**  освоить основные движения: ползание, лазание. | **«Будь ловким».**  Краткое содержание:  - беседа;  - ползание;  - лазание. | **Коммуникативная.**  Беседа о безопасности ползания и лазания.  **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения (по выбору педагога) и основные движения по теме недели.  Ползание на четвереньках.  Передвижение вперед с помощью рук и ног сидя на бревне.  Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна).  Лазание по гимнастической стенке.  Лазание по веревочной лестнице, канату свободным способом.  **Игровая.**  Подвижные игры «Кто скорее до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье». | Участие в беседе.  Самостоятельное выполнение двигательных упражнений, включающих в себя ползание и лазание.  Участие в подвижных играх «Кто скорее до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье». | - ребенок самостоятельно выполняет двигательные упражнения;  - в двигательной деятельности проявляет выносливость, быстроту, координацию, гибкость;  - активно взаимодействует со сверстниками в совместных играх. |

3 неделя (Два занятия, каждое занятие имеет свою тематику)

Нумерация занятий 5,6

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задачи. | Тема | Виды и формы совместной  образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры |
| **Физическое развитие.**  Занятие 5.  **Цель:**  создание условий для приобретения социального опыта в тренировочном походе.  **Задача:**  формирование основ безопасного поведения в природе. | **«Тренировоч-ный поход».**  Краткое содержание:  - беседа;  - общеразвивающие упражнения;  - подвижная игра. | **Коммуникативная.**  Беседа о правилах безопасного поведения в природе.  **Двигательная.**  Построение в шеренгу.  Обычная ходьба в колонне друг за другом.  Ходьба змейкой между деталями конструктора.  Прыжки с левой ноги на правую с продвижением вперед (с кочки на кочку).  Приседания.  **Игровая.**  Подвижная командная игра «Волки и медведи».  Упражнения на восстановление дыхания. | Участие в беседе.  Самостоятельное выполнение двигательных упражнений.  Участие в подвижной игре.  Приобретение социального опыта в тренировочном походе. | - ребенок может контролировать свои движения и управлять ими;  - имеет развитую потребность бегать, прыгать;  - участвует в совместных играх;  - соблюдает правила и социальные нормы. |
| Занятие 6.  **Цель:**  создание условий для развития физических качеств.  **Задача:**  освоить программные упражнения для развития силы. | **«Развитие физических качеств. Сила».**  Краткое содержание:  - беседа;  - упражнения с диском «Здоровье». | **Коммуникативная.**  Беседа о безопасном выполнении упражнений с диском «Здоровье».  **Двигательная.**  Стоя на диске на одной ноге (другая на полу) вращения влево – вправо.  Стоя на диске на одной ноге, отталкиваясь другой от пола, вращаться по кругу.  Сидя на диске, руки в упоре сзади, ноги согнуты в коленях, отталкиваясь руками и ногами, передвигаться влево – вправо.  **Игровая.**  Подвижная игра «Маятник». | Участие в беседе.  Освоение программных упражнений для развития силы с диском «Здоровье».  Участие в подвижной игре. | - ребенок гармонично физически развит;  - проявляет стойкий интерес к двигательным упражнениям с диском «Здоровье»;  - уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выполняет упражнения. |

4 неделя (Два занятия, каждое занятие имеет свою тематику)

Нумерация занятий 7,8

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задачи. | Тема | Виды и формы совместной  образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры |
| **Физическое развитие.**  Занятие 7.  **Цель:**  создание условий для развития физических качеств.  **Задача:**  освоить программные упражнения для развития выносливости. | **«Развитие физических качеств.** Выносливость».  Краткое содержание:  - беседа;  - бег;  - подвижные игры. | **Коммуникативная.**  Беседа о значении развития выносливости в жизни человека.  **Двигательная.**  Бег двух отрезков на расстояние (по указанию педагога).  Медленный бег на расстояние (по указанию педагога).  Бег в медленном темпе по пересеченной местности (по выбору).  **Игровая.**  Подвижные игры «Позвони в колокольчик», «Самолеты». | Участие в беседе о значении развития выносливости в жизни человека.  Самостоятельное выполнение программных упражнений для развития выносливости.  Участие в подвижных играх. | - ребенок может поддержать беседу;  - освоил программные упражнения для развития выносливости;  - активно взаимодействует со сверстниками в совместных играх. |
| Занятие 8.  **Цель:**  создание условий для подготовки заданий мониторинга по развитию двигательных качеств.  **Задача:**  подготовить игровые задания для мониторинга эффективности по развитию двигательных качеств. | **«Подвижные игры».**  Выбор подвижных игр состоит из пройденного программного игрового материала за месяц. | Выбор подвижных игр состоит из пройденного программного игрового материала за месяц. | Участие в подвижных играх. | - у ребенка сформирован интерес и ценностное отношение к занятиям физической культурой. |

**Май**

|  |  |
| --- | --- |
| Календарные сроки | Содержание деятельности |
| 1 неделя (два занятия) | Тема первой недели: «Быстрые движения. Сила и скорость» Итоговый мониторинг. |
| 2 неделя (два занятия) | Тема второй недели: »Силачи», «Баскетбол». |
| 3 неделя (два занятия) | Тема третьей недели: «Пловцы». |
| 4 неделя (два занятия) | Тема четвертой недели: «Малая летняя олимпиада». |

**Организация двигательного режима**

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

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

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

1 неделя (Два занятия, каждое занятие имеет свою тематику)

Нумерация занятий 1,2. Итоговый мониторинг

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задачи. | Тема | Виды и формы совместной  образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры |
| **Физическое развитие.**  Занятие 1.  **Цель:**  создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.  **Задача:**  закрепить умения в двигательной деятельности для развития быстроты движений в процессе выполнения мониторинговых заданий. | **«Быстрые движения».**  Краткое содержание:  - упражнения на развитие быстроты реакции;  - темп движения;  - игры на развитие быстроты. | **Коммуникативная.**  Беседа о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений.  **Двигательная.**  Общеразвивающие упражнения (по выбору педагога) и основные движения по теме недели  Ходьба и упражнения в равновесии (по выбору педагога)  Мониторинговые задания  Упражнения на развитие быстроты реакции: бег со старта из разных исходных положений, ходьба – бег быстрый, бег медленный – бег с ускорением.  Темп движения: бег на дистанцию 25 метров.  Бег с ускорением.  **Игровая.**  Игры на развитие быстроты «Перемена мест», «Кто быстрее», «Бег наперегонки». | Участие в беседе о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений.  Самостоятельное выполнение упражнений на развитие быстроты реакции.  Участие в играх на развитие быстроты. | - у ребенка сформирована потребность в ежедневной двигательной деятельности; - ребенок может поддержать беседу;  - самостоятельно выполняет упражнения для развития быстроты реакции;  - проявляет самоконтроль и самооценку. |
| Занятие 2.  **Цель:**  создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.  **Задача:**  закрепить умения в двигательной деятельности для развития скоростно - силовых качеств в процессе выполнения мониторинговых заданий. | **«Сила и скорость».**  Краткое содержание:  - беседа;  - бег и прыжки;  - ходьба;  - упражнения с набивными мячами;  - подвижные игры. | **Коммуникативная.**  Беседа о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений.  **Двигательная.**  Бег и прыжки через препятствие (количество препятствий 5-6).  Ходьба в полуприседе, глубоком приседе.  Упражнения с набивными мячами (вес 500-600 гр.)  Прыжки вокруг мяча и через него.  Упражнения с мячом сидя (мяч в руках, наклоны вперед).  **Игровая.**  Подвижные игры «Парашютики», «Лягушки и цапли». | Участие в беседе о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений.  Самостоятельное выполнение упражнений на развитие скоростно - силовых качеств.  Участие в подвижных играх. | - ребенок может поддержать беседу;  - проявляет самостоятельность при выполнении упражнений на развитие скоростно - силовых качеств;  - у ребенка сформирована потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании. |

2 неделя (Два занятия. Каждое занятие имеет свою тематику)

Нумерация занятий 3,4. Итоговый мониторинг

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задачи. | Тема | Виды и формы совместной  образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры |
| **Физическое развитие.**  Занятие 3.  **Цель:**  создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.  **Задача:** закрепить умения в двигательной деятельности в процессе выполнения упражнений для развития силы в процессе выполнения мониторинговых заданий. | **«Силачи».**  Краткое содержание:  - беседа;  - упражнения с кистевым и плечевым эспандером;  - упражнения на тренажере «Беговая дорожка». | **Коммуникативная.**  Беседа о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений.  **Двигательная.**  Сжимание кистевого эспандера.  Растягивание упругих резинок в положении стоя, сидя, лежа.  Упражнения с детским плечевым эспандером.  Упражнение на тренажере «Беговая дорожка». | Участие в беседе о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений.  Самостоятельное выполнение упражнений для развития силы. | - ребенок может поддержать беседу;  - проявляет самостоятельность при выполнении упражнений на развитие силы;  - проявляет стойкий интерес к упражнениям на тренажерах. |
| Занятие 4.  **Цель:**  создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.  **Задача:** закрепить умения и навыки в процессе выполнения игровых движений с мячом в процессе выполнения мониторинговых заданий. | **Спортивные игры. «Баскетбол»**  Краткое содержание:  - беседа;  - перебрасывание мяча;  - забрасывание мяча. | **Коммуникативная.**  Беседа о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений.  **Двигательная.**  Перебрасывание мяча друг другу от груди.  Ведение мяча правой и левой рукой.  Забрасывание мяча в корзину двумя руками.  Игра по упрощенным правилам.  **Игровая.**  Подвижная игра «Передай мяч». | Участие в беседе.  Самостоятельное выполнение игровых движений с мячом: перебрасывание мяча друг другу от груди,  ведение мяча правой и левой рукой, забрасывание мяча в корзину двумя руками.  Закрепление игровых умений игры по упрощенным правилам.  Участие в подвижной игре. | - ребенок может поддержать беседу;  - проявляет самостоятельность при выполнении упражнений на развитие ловкости при игре с мячом;  - у ребенка сформирована потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании. |

3 неделя (Два занятия, первое – освоение, второе – повторение, закрепление)

Нумерация занятий 5,6.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задачи. | Тема | Виды и формы совместной  образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры |
| **Физическое развитие.**  **Цель:**  создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.  **Задача:**  освоить простейшие навыки плавания и поведения на воде. | **Плавание. «Пловцы».**  Краткое содержание:  Беседа;  - скольжение по воде на груди;  - скольжение по воде на спине;  - движение ногами;  - произвольное плавание. | **Коммуникативная.**  Беседа о правилах поведения на воде.  **Двигательная.**  Скольжение по воде на груди.  Скольжение по воде на спине.  Движение ногами вверх – вниз.  Произвольное плавание. | Участие в беседе.  Самостоятельное выполнение движений по скольжению в воде на груди и на спине.  Самостоятельное выполнение движений ногами в воде.  Самостоятельное произвольное плавание на расстояние 10 метров. | - ребенок может поддержать беседу;  - проявляет самостоятельность при выполнении движений в воде;  - знает правила поведения в воде;  - у ребенка сформирована потребность в двигательной активности. |

4 неделя (Два занятия. Первое – подготовка. Второе - проведение малой летней олимпиады)

Нумерация занятий 7,8. Итоговый мониторинг

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область. Цель. Задачи. | Тема | Виды и формы совместной  образовательной деятельности | Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность | Целевые ориентиры |
| **Физическое развитие.**  **Цель:**  создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.  **Задача:**  провести мониторинг эффективности по развитию двигательных качеств в виде спортивного соревнования «Малая летняя олимпиада». | **«Малая летняя олимпиада».**  Содержание олимпиады состоит из пройденных программных спортивных и подвижных игр, упражнений. Олимпиада включает в себя интегрированное содержание образовательных областей «Социально – коммуникативное развитие», «Речевое развитие», «Художественно – эстетическое развитие», «Познавательное развитие». | «Малая летняя олимпиада».  Содержание олимпиады состоит из пройденных программных спортивных и подвижных игр, упражнений. Олимпиада включает в себя интегрированное содержание образовательных областей «Социально – коммуникативное развитие», «Речевое развитие», «Художественно – эстетическое развитие», «Познавательное развитие». | Участие в летней олимпиаде. | -ребенок самостоятельно выполняет двигательные упражнения;  - в двигательной деятельности проявляет выносливость, быстроту, координацию, гибкость;  - активно взаимодействует со сверстниками в совместных играх;  - у ребенка развита крупная и мелкая моторика;  -ребенок может контролировать свои движения и управлять ими. |

**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 5 - 6 лет**

|  |  |
| --- | --- |
| Основные движения | Показатель |
| Ходьба и бег, равновесие | Ходьба и равновесие с ненапряженным положением туловища и головы. Ходьба на пятках, на носках, в полуприсяде. Ходьба с перешагиванием через предметы (высота 20 – 25 сантиметров), по наклонной доске (высота 35 сантиметров) по шнуру и бревну. Ходьба с поворотами, с кружением, по пенькам, спиной вперед.  Бег. На носках, через предметы и между ними, бег в медленном темпе (100метров), в быстром темпе (3раза по 10 метров). |
| Прыжки | Прыжки на месте, прыжки через 4 - 5 предметов. Прыжки в длину с места - 75 – 80 сантиметров, в высоту – 30 – 35 сантиметров, с разбега в длину – 100 - 110 сантиметров. |
| Метание, бросание, ловля | Бросание мяча вверх, о землю, ловля – не менее 8 раз. Метание предмета на дальность (расстояние 5 - 6 метров), в горизонтальную цель (2 метра), в вертикальную цель (расстояние 2 метра). |
| Лазание | Ползание на четвереньках между предметами. Подтягивание на скамейке с помощью рук. Подлезание под дуги. |

**Возрастно-половые показатели развития двигательных качеств у детей 5 - 6 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 рас-  стояие, 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 | 2,5- 2,1 | 9,2- 7,9 | - | 187 - 270 | 3,9 - 5,7 | 2,4 – 4,2 | 100 - 110 | 20 - 26 | 7,0 – 11,8 | 6 - 9 | 6 - 8 | 18 - 25 |
| Девочки | 2,7- 2,2 | 9,8- 8,3 | - | 138 - 221 | 3,0 – 4,4 | 2,5 – 3,5 | 95 - 104 | 20 - 25 | 9,4 – 14,2 | 6 - 8 | 5 - 7 | 14 - 20 |

\*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 |  |  |  |  |  |  |
| Андрей С. | м | 4 | 5 | 3 |  | 4 |
| Борис К. | м |  |  |  |  |  |
| Дмитрий Ш. | м |  |  |  |  |  |
| И т.д. |  |  |  |  |  |  |
| Средний балл по группе мальчиков |  | 4,6 | 4,8 | 4,4 |  | 4,6 |
| Алиса Р. | д | 5 | 4 | 4 |  | 4,3 |
| Маргарита М. | д |  |  |  |  |  |
| Дарья В. | 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 (примерное)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Задачи | Игрушки | Игровое  оборудование | Дидактические  материалы | Виды деятельности |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| **Физическое развитие** | | | | |
| Развитие физических качеств - координации, гибкости и др. | Куклы-спортсмены  Игры 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 | Игровая  Коммуникативная  Трудовая  Двигательная  Речевая  Познавательно – исследовательская  Художественно – эстетическая  Физическое развитие |
| Формирование опорно-двигательной системы организма, развитие равновесия, крупной и мелкой моторики обеих рук, обучение правильному, не наносящему ущерба организму, выполнению основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны). | 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. | Игровая  Коммуникативная  Трудовая  Двигательная  Речевая  Познавательно – исследовательская  Художественно – эстетическая  Физическое 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». | Игровая  Коммуникативная  Трудовая  Двигательная  Речевая  Познавательно – исследовательская  Художественно – эстетическая  Физическое развитие |
| Овладение подвижными играми с правилами | Игры типа «Твистер», «Дартс» и т.п. | Мяч резиновый,  мяч - попрыгун, набор для гольфа, набор для игры в мини - футбол и т.п. | Примечание: для решения данной задачи не предусмотрено использование дидактического материала | Игровая  Коммуникативная  Трудовая  Двигательная  Речевая  Познавательно – исследовательская  Художественно – эстетическая  Физическое развитие |
| Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере | Игра - городки, кольцеброс, движущиеся игрушки | Игровой центр с горкой, набор для игры в мини - футбол, набор боксерский. | Примечание: для решения данной задачи не предусмотрено использование дидактического материала | Игровая  Коммуникативная  Трудовая  Двигательная  Речевая  Познавательно – исследовательская  Художественно – эстетическая  Физическое развитие |

**Стандартное оборудование для занятий по физической культуре для детей 5 – 6 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. Список литературы**

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., 2000 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»,1998.
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., 1975
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!