

Содержание

№ п/п	Наименование	Страница
I	Целевой раздел	3
1.1	Пояснительная записка	3
1.1.2	<i>нормативно – правовые документы</i>	3
1.1.3	<i>сроки реализации программы</i>	3
1.1.4	<i>цели и задачи</i>	3
1.1.5	<i>принципы построения программы</i>	3
1.1.6	<i>психолого – педагогическая характеристика особенностей психофизиологического развития детей 3 – 7 лет</i>	4
1.1.7	<i>педагогическое обследование освоения детьми образовательной области «Физическая культура»</i>	9
1.1.8	<i>результаты диагностического обследования на начало учебного года</i>	11
1.2	Целевые ориентиры освоения воспитанниками образовательной программы	11
II	Содержательный раздел	18
2.1	Организация образовательной деятельности	18
2.2	Рекомендации к одежде при проведении спортивных занятий	18
2.3	Цветовое распределение футболок по возрастным группам	20
2.4	Планирование образовательной нагрузки	20
2.5	Учебный план	21
2.6	Расписание НОД на 2022 – 2023 учебный год	21
2.7	Формы организации детских видов деятельности в ДОУ	22
2.8	Особенности организации педагогической деятельности с детьми с ОВЗ	23
2.9	Циклограмма деятельности инструктора по физической культуре	24
2.10	Информационно – методическое обеспечение реализации программы	25
III	Организационный отдел	26
3.1	Мероприятия, приуроченные к государственным праздникам или знаковым дням в жизни детского сада	26
3.2	Спортивные мероприятия	27
3.3	Выставки, конкурсы, тематические занятия, акции	27
3.4	Модель оптимального двигательного режима	28
3.5	Поддержка детской инициативы и самостоятельности	30
3.6	Элементы предметно-пространственной среды, направленные на индивидуализацию и социализацию детей	31
3.7	Взаимодействие с социальными партнерами по реализации ООП ДО	32
3.8	Система взаимодействия с семьями воспитанников	33
	Приложение	
1.	Примерное перспективное комплексно-тематическое планирование	
2.	Календарный план воспитательно-образовательной работы	

3.	План работы с одаренными детьми	
4.	Взаимодействие с профильными специалистами	

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

1.1.2. Нормативно-правовые документы

Рабочая программа разработана в исполнение и в соответствии с Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» и определяет содержание образования определенного уровня и направленности.

Программа представляет собой нормативно-управленческий документ, характеризующий специфику содержания образования и особенности организации воспитательно-образовательного процесса в образовательной области «Физическое развитие».

Основными документами, регламентирующими ценностно-целевые и методологические основы данной Программы являются:

- Закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ)
- Закон «Об образовании в Архангельской области» (от 02.07.2013 № 712 -41 – 03)
- Федеральный государственный образовательный стандарт (приказ от 17.10.2013г. № 155)
- Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.4.3648-20 ,

Рабочая программа образовательной области «Физическое развитие» локальный акт образовательного учреждения, разрабатываемый на основе образовательной программы МАДОУ, обязательный педагогический документ, обеспечивающий систему образовательной работы с детьми по реализации образовательной программы дошкольного образования.

1.1.3. Срок реализации программы – с сентября 2022 по август 2023 г.г.

1.1.4. Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение **целей** формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических **задач**:

- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации).
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями).
- Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

1.1.5. Эффективность решения данных задач зависит от правильного подбора принципов, подходов, методов в воспитании и развитии детей.

Принципы построения программы:

1. Принцип полноценного проживания ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития.
2. Принцип построения образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом дошкольного образования.

3. Принцип содействия и сотрудничества детей и взрослых, признания ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.
4. Принцип поддержки инициативы детей в различных видах деятельности.
5. Принцип сотрудничества с семьей.
6. Принцип приобщения детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.
7. Принцип формирования познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности.
8. Принцип возрастной адекватности дошкольного образования (соответствия условий, требований, методов возрасту и особенностям развития).
9. Принцип учета этнокультурной ситуации развития детей

Кроме принципов, выделяются методы физического развития и воспитания. Традиционно различаются три группы **методов**.

1. *Наглядные методы*, к которым относятся:

- имитация (подражание);
- демонстрация и показ способов выполнения физкультурных упражнений, которому следует привлекать самих воспитанников;
- использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, видеофильмы, презентации и т.д.);
- использование зрительных ориентиров, звуковых сигналов: первые побуждают детей к деятельности, помогают им уточнить представления о разучиваемом движении, овладеть наиболее трудными элементами техники, а также способствуют более эффективному развитию воссоздающего воображения; вторые применяются для освоения ритма и регулирования темпа движений, а также как сигнал для начала и окончания действия, чувства ритма и музыкальных способностей.

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

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

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

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

1.1.6. Характеристика возрастных особенностей развития детей дошкольного возраста

Вторая младшая группа (3 – 4 года)

- Четвёртый год жизни ребёнка характеризуется особенностью развития дыхательной системы, и к 3 – 4 годам устанавливается лёгочный тип дыхания, но строение лёгочной ткани не завершено, поэтому лёгочная вентиляция ограничена.

- В 3 – 4 года у ребёнка многие движения резки и угловаты, низка выносливость мышечной системы. Из – за этого статическое напряжение мышц кратковременно, и малыш не может сидеть или стоять, не меняя позы.
- Вес – ростовые показатели физического развития между девочками и мальчиками почти одинаковы: рост составляет 92 – 99 см, масса тела 14 – 16 кг.
- На четвёртом году жизни ребёнок владеет большим объёмом двигательных навыков, способен совершать достаточно сложные двигательные действия, соблюдая определённую последовательность.
- Детей характеризует большая осознанность восприятия показа движений и словесного пояснения, что положительно сказывается на качестве выполнения упражнения. Однако, отмечается ещё недостаточная слаженность в работе разнообразных мышечных групп (плечевого пояса, туловища, ног), не сформирована произвольность движений.
- В этот период высока потребность ребенка в движении (его двигательная активность составляет не менее половины времени бодрствования). Ребенок начинает осваивать основные движения, обнаруживая при выполнении физических упражнений стремление к целеполаганию (быстро пробежать, дальше прыгнуть, точно воспроизвести движение и др.).

Средняя группа (4 – 5 лет)

- Пятый год жизни ребёнка характеризуется дисбалансом в развитии дыхательного аппарата: при относительной мощности лёгких пока ещё узок просвет верхних воздухоносных путей (полости носа, гортани) и слабы дыхательные мышцы. Вместе с тем размах грудной клетки при вдохе и выдохе значительно шире, вследствие чего жизненная ёмкость лёгких у пятилетнего ребёнка значительно больше, чем у 3 – 4 летнего. Дыхательные пути сравнительно узки, что вызывает преобладание брюшного типа дыхания, при котором главной дыхательной мышцей является диафрагма. С четырёх лет у детей уже довольно хорошо развиты миндалины, и они легко гипертрофируются. В этом возрасте обычно учащаются ангины, и в миндалинах нередко формируется очаг хронической инфекции. Малыши страдают аденоидами, и дыхание их через нос затруднено.
- Интенсивно развивается кровеносная система. Сердечно – сосудистая система, при условии соблюдения адекватности нагрузок, сравнительно лучше приспособлена к потребностям растущего организма, чем дыхательная.
- В течение пятого года жизни происходит значительный сдвиг в развитии мускулатуры, в том числе - нервно-психической регуляции и её функций, возрастают сила и работоспособность мышц. Мелкие мышцы (пальцев, кистей, стоп) ещё недостаточно развиты в сравнении с крупной мускулатурой, из-за чего детям даются движения всей рукой, а не её мелкими мышечными группами. Кроме того, сила мышц-сгибателей больше силы мышц - разгибателей, что определяет особенности поз ребёнка – голова слегка наклонена вперёд, живот выпячен, ноги согнуты в коленных суставах.
- Быстро вырабатываются условные рефлексы, но закрепляются не сразу, поэтому навыки ребенка, вначале непрочны и легко разрушаются. Процессы возбуждения и торможения в коре головного мозга легко распространяются, поэтому внимание детей неустойчиво, ответные реакции носят эмоциональный характер и дети быстро утомляются. Дошкольникам свойственна большая отвлекаемость внимания, им обычно трудно сконцентрироваться на решении какой – нибудь задачи.
- Тем не менее, на пятом году жизни движения ребёнка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает всё более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятие, развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движения, выделять их элементы. У них появляется интерес к результатам движения, потребность выполнять его в соответствии с образом. Всё это позволяет педагогу приступить к обучению техники основных движений, отработке их качества.

- Важным показателем развития внимания является то, что к пяти годам появляется действие по правилу - первый необходимый элемент произвольного внимания. Именно в этом возрасте дети начинают активно играть в подвижные игры и игры с правилами. В среднем дошкольном возрасте интенсивно развивается память ребенка.

Старшая группа (5 – 6 лет)

- Шестой год жизни ребёнка характеризуется замедлением скорости роста тела. Тело растёт неравномерно – длина ног и верхней части тела растёт медленно, а скорость роста длины рук и диаметра тела увеличивается. Развитие опорно-двигательной системы ребёнка ещё незавершенно (скелет, суставно – связочный аппарат, мускулатура).
- Позвоночный столб ребёнка шестого года жизни чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, связок. При излишней массе тела, а также при неблагоприятных условиях, например при частом поднятии ребёнком тяжестей, нарушается осанка. У ребёнка преобладает тонус мышц – разгибателей, что не даёт возможности при длинном статическом положении долго удерживать спину прямой. Сердечно – сосудистая система ещё не достигает полного развития.
- Общее физическое развитие и динамика функциональной зрелости системы дыхания идёт неравномерно. У детей возрастает осознанность освоения более сложных основных движений. Это позволяет повысить требования к качеству их выполнения, больше внимания уделять развитию физических и морально – волевых качеств (быстрота, ловкость, выносливость, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений (умение приходить на помощь товарищу, сопереживать его успехам и неудачам, быть заботливым и внимательным друг к другу).
- Более совершенной становится крупная моторика. Ребенок этого возраста способен к освоению сложных движений, наблюдаются различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков - более порывистые, девочек — мягкие, плавные, уравновешенные), в общей конфигурации тела в зависимости от пола ребенка.
- Внимание детей становится более устойчивым и произвольным. Они могут заниматься не очень привлекательным, но нужным делом в течение 20—25 минут вместе со взрослым. Ребенок этого возраста уже способен действовать по правилу, которое задается взрослым. Объем памяти изменяется не существенно, улучшается ее устойчивость. При этом для запоминания дети уже могут использовать несложные приемы и средства.

Подготовительная группа (от 6 до 8 лет)

- Седьмой год жизни ребёнка характеризуется продолжением активного формирования осанки и свода стопы. Так как костная ткань богата органическими элементами, то скелет старших дошкольников всё ещё эластичен и подвержен деформации. Это может стать причиной травм не только конечностей, но и позвоночника. К семи годам у ребёнка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по – прежнему слабы мелкие мышцы. У детей ярко выражен грудной тип дыхания. Лёгочная ткань имеет большое количество лимфатических сосудов и респираторных бронхиол, поэтому для детей этого возраста характерны болезни, связанные с воспалительными процессами в лёгких.
- Резервные возможности сердечно – сосудистой и дыхательной системы у детей достаточно высоки. Динамика нервной системы облегчает освоение детьми движений, физических упражнений, улучшается качество двигательной деятельности дошкольников. Движения ребёнка становятся более координированными и точными. Основой проявления двигательной деятельности является развитие устойчивого равновесия.

- Продолжается дальнейшее развитие моторики ребенка, наращивание и самостоятельное использование двигательного опыта. Расширяются представления о самом себе, своих физических возможностях, физическом облике. Совершенствуются ходьба, бег, шаги становятся равномерными, увеличивается их длина, появляется гармония в движениях рук и ног. Ребенок способен быстро перемещаться, ходить и бегать, держать правильную осанку. По собственной инициативе дети могут организовывать подвижные игры и простейшие соревнования со сверстниками.
- В этом возрасте продолжается развитие наглядно-образного мышления, которое позволяет ребенку решать более сложные задачи с использованием обобщенных наглядных средств (схем, чертежей и пр.) и обобщенных представлений о свойствах различных предметов и явлений. Действия наглядно-образного мышления ребенок этого возраста, как правило, совершает уже в уме, не прибегая к практическим предметным действиям даже в случаях затруднений.
- Группу № 14 посещает **Кошелев Родион** - ребенок-инвалид. Диагноз – сахарный диабет. **Группа здоровья – 3, физгруппа – подготовительная.** Занимается по расписанию группы. Занятие проводится с учетом индивидуальных особенностей, с уменьшением нагрузки во время бега. Во время выполнения физических упражнений особое внимание обращать на кожные покровы ребенка, дыхание.
Перед каждым занятием необходимо узнавать уровень сахара, т.к. заниматься можно в пределах 5 – 11 ммоль/л. Занятия в данной группе проводятся утром сразу после завтрака.

Группа компенсирующей направленности детей с тяжелым нарушением речи (6-7 лет)

К этой группе дошкольников относятся дети, имеющие отклонения в развитии речи при нормальном слухе и сохраненном интеллекте. Общее недоразвитие речи может быть выражено в разной степени: от полной невозможности соединять слова во фразы или от произнесения вместо слов отдельных звукоподражательных комплексов («му-му», «ав», «ту-ту») до развернутой речи с элементами фонетико-фонематического и лексико-грамматического несовершенства. Но в любом случае нарушение касается всех компонентов языковой системы: фонетика, лексика и грамматика. Отсюда и название дефекта – общее недоразвитие речи.

Имеют три уровня речевого развития. В основном в логопедические группы для детей с ОНР набираются дети, имеющие третий уровень речевого развития и диагноз «нерезко выраженное общее недоразвитие речи» (НОНР). Неполноценная речевая деятельность накладывает отпечаток на формирование у детей сенсорной, интеллектуальной и аффективно-волевой сфер. Отмечается недостаточная устойчивость внимания, ограниченные возможности его распределения. При относительно сохранной смысловой, логической памяти у детей снижена вербальная память, страдает продуктивность запоминания. Они забывают сложные инструкции, элементы и последовательность заданий.

Наряду с соматической ослабленностью и замедленным развитием локомоторных функций им присуще и некоторые отставания в развитии двигательной сферы, которая характеризуется плохой координацией движений, неуверенностью в выполнении дозированных движений, снижением скорости и ловкости выполнения. Наибольшие трудности выявляются при выполнении движений по словесной инструкции.

Дети с ОНР отстают от нормально развивающихся сверстников в воспроизведении двигательного задания по пространственно-временным параметрам, нарушают последовательность элементов действия, отпускают его составные части. Например, перекатывание мяча с руки на руку, передача его с небольшого расстояния, удары об пол с попеременным чередованием; прыжки на правой и левой ноге, ритмические движения под музыку.

Отмечаются недостаточная координация пальцев, кисти руки, недоразвитие мелкой моторики. Обнаруживается замедленность, застревание на одной позе.

У детей с ОНР наблюдается отставание психомоторного развития по различным параметрам:

- Развитие физических качеств. Низкий уровень ловкости и быстроты. По выносливости, силе и гибкости отставаний не выявлено;
- Степень форсированности двигательных навыков. Отсутствие автоматизации движений и низкая обучаемость. Эти особенности сопряжены с низким уровнем развития когнитивных процессов (восприятия, внимания, памяти).

1.1.7. Педагогическое обследование освоения детьми образовательной области «Физическая культура»

Экспересс - диагностика направлена на выявление основных показателей готовности к усвоению программы и степени её освоения.

Оценка физических качеств

Физические (двигательные) качества - отдельные качественные стороны двигательных возможностей человека: быстрота, сила, гибкость, выносливость и ловкость.

Для тестирования физических качеств дошкольников используются контрольные упражнения в игровой или соревновательной форме.

Быстрота – способность выполнять двигательные действия в минимальный срок, которая определяется скоростью реакции на сигнал и частотой многократно повторяющихся действий.

Предварительная работа. На беговой дорожке отмечают линии старта и финиша. На расстоянии 5 - 7 м впереди от финиша устанавливают яркий ориентир, чтобы дети не снижали скорость задолго до финишной линии. Готовят флажок для взмаха, секундомер. 2 попытки с перерывом в 5 минут.

Методика обследования. Инструктор проводит несколько разогревающих упражнений. После разминки детям 4-5 лет инструктор предлагает добежать до игрушки, а детям 6 -7 лет - до яркой стойки как можно быстрее. Инструктор с секундомером и протоколом занимает позицию на финише и фиксирует количественные и качественные показатели. Педагог вызывает на старт двух детей. На старте дети принимают удобную им позу. Воспитатель подает команды: «Внимание» (поднимает флажок), «Марш» (опускает его). На старт возвращаются шагом и делают вторую попытку. В протокол заносится лучшее время.

Сила- это способность преодолевать внешнее сопротивление, противодействовать ему посредством мышечного напряжения. Проявление силы обеспечивается в первую очередь силой и концентрацией нервных процессов, регулирующих деятельность мышечного аппарата.

Сила рук измеряется специальным ручным динамометром.

Скоростно- силовые возможности мышц ног можно измерить расстоянием, на которое прыгает ребенок в длину с места.

Прыжок в длину с места.

Предварительная работа. В зале кладут мат и сбоку мелом наносят разметку (через каждые 10 см на дистанции 2 м).

Методика обследования. С целью предупреждения травм сначала проводится разминка, которая позволяет разогреть мышцы стоп, голени, бедра.

Детям 4-5 лет предлагают попрыгать, как зайчики (прыжки с продвижением вперед); дети 6-7 лет выполняют имитационное упражнение «Лыжник». «Надели одну лыжу, другую (стопы поставили параллельно на расстоянии 15 см), взяли в руки одну, вторую палку (руки согнуты в локтях), поехали (ноги полусогнуты, движение согнутых рук вперед, назад), приготовились к прыжку с трамплина (ноги параллельны, полусогнуты, руки отведены назад, туловище наклонено вперед), прыгают (полет, приземление: ноги на ширине плеч, руки вперед).

Инструктор, стоя рядом с разметкой, фиксирует расстояние от черты до места приземления пятками (количественные показатели), а также качественные показатели. Каждый ребенок делает три попытки, записывается в протокол лучшая.

Прыжок в высоту с места, стоя лицом к планке. Ноги параллельно ширине ступни. Взмах руками вверх. Оттолкнуться двумя ногами вверх и чуть вперед. В полете резко согнуть в коленях ноги, приблизив их к груди, руки опускаются вперед. К концу полета ноги опускаются вниз.

Ловкость - способность быстро овладеть новыми движениями, быстро и точно перестраивать свои умения в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки.

Методика обследования. Ловкость можно оценить по результатам бега на дистанцию 10 м: она определяется как разница во времени, за которое ребенок пробегает эту дистанцию с поворотом (5 м + 5 м) и по прямой. Ребенку дается две попытки с перерывами между ними. Для повышения интереса и результативности действий задание лучше выполнять в условиях соревнования.

Выносливость - способность противостоять утомлению в какой-либо деятельности. Выносливость определяется функциональной устойчивостью нервных центров, координацией функций двигательного аппарата и внутренних органов. Выносливость можно оценить по результату непрерывного бега в равномерном темпе: 100 м – для детей 4 лет, 200 м – для детей 5 лет, 300 м – для детей 6 лет, 1000 м – для детей 7 лет.

Тест считается выполненным если ребенок пробежал всю дистанцию без остановки.

Гибкость – морфофункциональные свойства опорно-двигательного аппарата, определяющие степень подвижности его звеньев. Гибкость характеризует эластичность мышц и связок.

Гибкость оценивается при помощи наклон туловища вперед, стоя на гимнастической скамейке.

Предварительная работа. Готовят гимнастическую скамейку, сантиметровую ленту, флажок.

Методика обследования. С целью повышения подвижности в суставах в качестве разминки используют упражнения, выполняемые из разных исходных положений с большой амплитудой.

Затем инструктор предлагает ребенку встать на гимнастическую скамейку (высотой не менее 20- 25 см) так, чтобы сомкнутые носки ног касались ее края, и, не сгибая колени, попытаться взять флажок. Во время выполнения задания воспитатель поддерживает ребенка за колени, а инструктор измеряет величину наклона от края скамейки до третьего пальца опущенных рук. Ребенок делает две попытки.

Метание мешочка с песком вдаль

Предварительная работа. На спортивной площадке мелом (или флажками) размечают дорожку (каждый метр на дистанции 10-20 м). Готовят три мешочка с песком весом 200 г, мел.

Методика обследования. После разминки инструктор предлагает ребенку (из и.п.: стоя, одна нога впереди, другая на расстоянии шага, рука с мешочком за головой) произвести три броска каждой рукой.

Возрастно – половые показатели развития двигательных качеств у детей дошкольного возраста

Пол	Бег 30м,с	Бег 10 м,с	Метание мешочка с песком вдаль, см		Прыжок в длину с места, см	Прыжок в высоту с места, см	Статическое равновесие, с	Сила кисти рук, кг	
			Правая	левая				Правая	Левая
4 года									
Мальчики	10.5-8.8.	3.3-2.4	2.5-4.1	2.0-3.4	60-90	14-18	3.3-5.1	3.9-7.5	3.5-7.1
Девочки	10.7-8.7	3.4-2.6	2.4-3.4	1.8-2.8	55-93	12-15	5.2-8.1	3.1-6.0	3.2-5.6
5 лет									
Мальчики	9.2-7.9	2.5-2.1	3.9-5.7	2.4-4.2	100-110	20-26	7.0-11.8	6-9	6-8
Девочки	9.8-8.3	2.7-2.2	3.0-4.4	2.5-3.5	95-104	20-25	9.4-14.2	6-8	5-7
6 лет									
Мальчики	7.8-7.0	2.2-2.0	6.7-7.5	5.8-6.0	116-123	22-25	40-60	11	10.5
Девочки	7.8-7.5	2.4-2.2	4.0-4.6	4.0-4.4	111-123	21-24	50-60	10	9

1.1.8 Результаты диагностического обследования на начало учебного года (см. « Журнал педагогической диагностики»)

1.2. Целевые ориентиры освоения воспитанниками образовательной программы

Вторая младшая группа

Содержание образовательной деятельности

Порядковые упражнения. Построения и перестроения: свободное, в рассыпную в полукруг, в колонну по одному, по два (парами), в круг в колонну, парами, находя свое место в пространстве. Повороты на месте переступанием.

Общеразвивающие упражнения. Традиционные двухчастные общеразвивающие упражнения с одновременными и однонаправленными движениями рук, ног, с сохранением правильного положения тела, с предметами и без предметов в различных положениях (стоя, сидя, лежа). Начало и завершение выполнения упражнений по сигналу.

Основные движения. Ходьба. Разные способы ходьбы (обычная, на носках, на месте с высоким подниманием бедра, с заданиями). Ходьба, не опуская головы, не шаркая ногами, согласовывая движения рук и ног. Ходьба «стайкой», в колонне по одному, парами, в разных направлениях, за ведущим по ориентирам; с заданиями: ходьба по кругу, «змейкой», с остановками, с приседанием, с изменением темпа; ходьба между линиями, шнурами, по доске, ходьба и бег со сменой темпа и направления. Бег, не опуская головы. Прыжки. Прыжки в длину с места, в глубину (спрыгивание), одновременно отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь на две ноги; подскоки на месте с продвижением вперед, из круга в круг, вокруг предметов и между ними. Катание, бросание, метание. Прокатывание мячей, отбивание и ловля мяча кистями рук, не прижимая его к груди; бросание предметов одной и двумя руками вдаль, в горизонтальную и вертикальную цели. Лазание по лестнице-стремянке и вертикальной лестнице приставным шагом, перелезание и пролезание через и под предметами, не касаясь руками пола.

Спортивные упражнения: катание на трехколесном велосипеде; ступающий шаг и повороты на месте на лыжах; скольжение по ледяным дорожкам с помощью взрослых.

Подвижные игры. Основные правила в подвижных играх.

Результаты образовательной деятельности. Достижения ребенка

- Ребенок с желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен.
- При выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, подвижность в суставах, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое.
- Уверенно выполняет задания, действует, в общем, для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх.
- Проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре.
- С удовольствием применяет культурно-гигиенические навыки, радуется своей самостоятельности и результату.

Средняя группа

Содержание образовательной деятельности

Двигательная деятельность

Порядковые упражнения. Построение в колонну по одному по росту. Перестроения из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего, самостоятельное перестроение в звенья на ходу по зрительным ориентирам. Повороты переступанием в движении и на месте направо, налево и кругом на месте.

Общеразвивающие упражнения. Традиционные четырехчастные общеразвивающие упражнения с четким сохранением разных исходных положений в разном темпе (медленном, среднем, быстром), выполнение упражнений с напряжением, с разными предметами с одновременными и поочередными движениями рук и ног, махами, вращениями рук; наклоны вперед, не сгибая ноги в коленях, наклоны (вправо, влево), повороты.

Основные движения. Представления о зависимости хорошего результата в упражнении от правильного выполнения главных элементов техники: в беге — активного толчка и выноса маховой ноги; в прыжках — энергичного толчка и маха руками вперед — вверх; в метании — исходного положения, замаха; в лазании — чередующегося шага при подъеме на гимнастическую стенку одноименным способом. Подводящие упражнения. Ходьба с сохранением правильной осанки, заданного темпа (быстрого, умеренного, медленного). Бег. Бег с энергичным отталкиванием мягким приземлением и сохранением равновесия. Виды бега: в колонне по одному и парами, соразмеряя свои движения с движениями партнера, «змейкой» между предметами, со сменой ведущего и темпа, между линиями, с высоким подниманием колен; со старта из разных исходных позиций (стоя, стоя на коленях и др.); на скорость (15—20 м, 2—3 раза), в медленном темпе (до 2 мин), со средней скоростью 40—60 м (3—4 раза); челночный бег (5×3=15), ведение колонны. Бросание, ловля, метание. Ловля мяча с расстояния 1,5 м, отбивание его об пол не менее 5 раз подряд. Правильные исходные положения при метании. Ползание, лазание. Ползание разными способами; пролезание между рейками лестницы, поставленной боком; ползание с опорой на стопы и ладони по доске, наклонной лестнице, скату; лазание по гимнастической стенке, подъем чередующимся шагом, не пропуская реек, перелезание с одного пролета лестницы на другой вправо, влево, не пропуская реек. Прыжки. Прыжки на двух ногах с поворотами кругом, со сменой ног; ноги вместе — ноги врозь; с хлопками над головой, за спиной; прыжки с продвижением вперед, вперед-назад, с поворотами, боком (вправо, влево); прыжки в глубину (спрыгивание с высоты 25 см); прыжки через предметы высотой 5—10 см; прыжки в длину с места; вверх с места (вспрыгивание на высоту 15—20 см). Сохранение равновесия после вращений или в заданных положениях: стоя на одной ноге, на приподнятой поверхности.

Подвижные игры: правила; функции водящего. Игры с элементами соревнования. Подвижные игры и игровые упражнения на развитие крупной и мелкой моторики рук, быстроты реакции, скоростно-силовых качеств, координации, гибкости, равновесия.

Спортивные упражнения. Ходьба на лыжах — скользящий шаг, повороты на месте, подъемы на гору ступающим шагом и полуелочкой, правила надевания и переноса лыж под рукой. Скольжение по ледяным дорожкам на двух ногах самостоятельное. Катание на санках (подъем с санками на горку, скатывание с горки, торможение при спуске; катание на санках друг друга). Катание на двух- и трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, «змейкой», с поворотами.

Ритмические движения: танцевальные позиции (исходные положения); элементы народных танцев; разный ритм и темп движений; элементы простейшего перестроения по музыкальному сигналу, ритмичные движения в соответствии с характером и темпом музыки.

Результаты образовательной деятельности. Достижения ребенка

- В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость.

- Уверенно и активно выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, хорошо развита крупная и мелкая моторика рук.
- Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности.
- Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.
- Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна.
- Ребенок проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.
- С интересом стремится узнать о факторах, обеспечивающих здоровье, с удовольствием слушает рассказы и сказки, стихи о здоровом образе жизни, любит рассуждать на эту тему, задает вопросы, делает выводы.
- Может элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания.
- Стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации.
- Умеет в угрожающих здоровью ситуациях позвать на помощь взрослого.

Старшая группа

Содержание образовательной деятельности

Двигательная деятельность

Порядковые упражнения: порядок построения в шеренгу, из шеренги в колонну, в две колонны, в два круга, по диагонали, «змейкой» без ориентиров, способы перестроения в 2 и 3 звена. Сохранение дистанции во время ходьбы и бега. Повороты направо, налево, на месте и в движении на углах.

Общеразвивающие упражнения: четырехчастные, шестичастные традиционные общеразвивающие с одновременным последовательным выполнением движений рук и ног, одноименной и разноименной координацией. Освоение возможных направлений и разной последовательности действий отдельных частей тела. Способы выполнения общеразвивающих упражнений с различными предметами, тренажерами. Подводящие и подготовительные упражнения.

Представление о зависимости хорошего результата в основных движениях от правильной техники выполнения главных элементов: в скоростном беге — выноса голени маховой ноги вперед и энергичного отталкивания, в прыжках с разбега — отталкивания, группировки и приземления, в метании — замаха и броска. Ходьба. Энергичная ходьба с сохранением правильной осанки и равновесия при передвижении по ограниченной площади опоры. Бег. На носках, с высоким подниманием колен, через и между предметами, со сменой темпа. Бег в медленном темпе 350 м по пересеченной местности. Бег в быстром темпе 10 м (3—4 раза), 20—30 м (2—3 раза), челночный бег 3×10 м в медленном темпе (1,5—2 мин). Прыжки. На месте: ноги скрестно — ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге 4—5 м. Прыжки через 5—6 предметов на двух ногах (высота 15—20 см), вспрыгивание на предметы: пеньки, кубики, бревно (высотой до 20 см). Подпрыгивание до предметов, подвешенных на 15—20 см выше поднятой руки. Прыжки в длину с места (80—90 см), в высоту (30—40 см) с разбега 6—8 м; в длину (на 130—150 см) с разбега 8 м. Прыжки в глубину (30—40 см) в указанное место. Прыжки через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад. Бросание, ловля и метание. «Школа мяча» (разнообразные движения с мячами). Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами. Бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4—6 раз подряд. Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5—6 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю). Метание вдаль (5—9 м) в горизонтальную и вертикальную цели (3,5—4 м) способами прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за

спины через плечо. *Ползание и лазание*. Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 40—50 см). Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом с разноименной координацией движений рук и ног, лазание ритмичное, с изменением темпа. Лазание по веревочной лестнице, канату, шесту свободным способом. Подвижные игры с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием на развитие физических качеств и закрепление двигательных навыков. Игры- эстафеты. Правила в играх, варианты их изменения, выбора ведущих. Самостоятельное проведение подвижных игр. *Спортивные игры*. Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5—6 м) и полукона (2—3 м). Баскетбол: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам. Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с воспитателем. Футбол: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; обведение мяча между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3—5 м); игра по упрощенным правилам. *Спортивные упражнения*: скользящий переменный лыжный ход, скольжение по прямой на коньках, погружение в воду, скольжение в воде на груди и на спине, катание на двухколесном велосипеде и самокате, роликовых коньках.

Результаты образовательной деятельности. Достижения ребенка

- Двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих, спортивных упражнений).
- В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.
- В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.
- Ребенок проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений.
- Имеет представления о некоторых видах спорта.
- Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений.
- Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру.
- Мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей.
- Умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.
- Готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью).

Подготовительная группа

Содержание образовательной деятельности

Двигательная деятельность

Порядковые упражнения. Способы перестроения. Самостоятельное, быстрое и организованное построение и перестроение во время движения.

Перестроение четверками.

Общеразвивающие упражнения. Четырехчастные, шестичастные, восьмичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одноименными, разноименными, разнонаправленными, поочередными движениями рук и ног, парные упражнения. Упражнения в парах и подгруппах. Выполнение

упражнений активное, точное, выразительное, с должным напряжением, из разных исходных положений в соответствии с музыкальной фразой или указаниями с различными предметами. Упражнения с разными предметами, тренажерами.

Основные движения. Соблюдение требований к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазания по лестнице и канату: в беге — энергичная работа рук; в прыжках — группировка в полете, устойчивое равновесие при приземлении; в метании — энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании — ритмичность приподъеме и спуске. Подводящие и подготовительные упражнения. Ходьба. Разные виды и способы: обычная, гимнастическая, скрестным шагом; выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами. Упражнения в равновесии. Сохранение динамического и статического равновесия в сложных условиях. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; неся мешочек с песком на спине; приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием предметов, приседанием, поворотами кругом, перепрыгиванием ленты. Ходьба по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком. Стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее; прыгать, продвигаясь вперед на двух ногах по наклонной поверхности. Стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх. Балансировать на большом набивном мяче (вес 3 кг). Кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру. Бег. Сохранение скорости и заданного темпа, направления, равновесия. Через препятствия — высотой 10—15 см, спиной вперед, со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну, из разных стартовых положений (сидя, сидя по-турецки, лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т. п.). Сочетать бег с ходьбой, прыжками, подлезанием; с преодолением препятствий в естественных условиях. Пробегать 10 м с наименьшим числом шагов. Бегать в спокойном темпе до 2—3-х минут. Пробегать 2—4 отрезка по 100—150 м в чередовании с ходьбой. Пробегать в среднем темпе по пересеченной местности до 300 м. Выполнять челночный бег (5×10 м). Пробегать в быстром темпе 10 м 3—4 раза с перерывами. Бегать наперегонки; на скорость — 30 м. Прыжки. Ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления. Подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом; смещая ноги вправо — влево; сериями по 30—40 прыжков 3—4 раза. Прыжки, продвигаясь вперед на 5—6 м; перепрыгивание линии, веревки боком, с зажатым между ног мешочком с песком, с набитым мячом; через 6—8 набивных мячей (вес 1 кг) на месте и с продвижением вперед. Выпрыгивание вверх из глубокого приседа. Подпрыгивание на месте и с разбега с целью достать предмет. Впрыгивать с разбега в три шага на предметы высотой до 40 см, спрыгивать с них. Прыжки в длину с места (не менее 100 см); в длину с разбега (не менее 170—180 см); в высоту с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бег со скакалкой. Прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, перепрыгивание через нее с места, вбегание под вращающуюся скакалку, перепрыгивание через нее; пробегание под вращающейся скакалкой парами. Прыжки через большой обруч, как через скакалку. Метание. Отбивать, передавать, подбрасывать мячи разного размера разными способами. Метание вдаль и в цель (горизонтальную, вертикальную, кольцеброс и др.) разными способами. Точное поражение цели. Лазание. Энергичное подтягивание на скамейке различными способами: на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; проползание под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд. Быстрое и ритмичное лазание по наклонной и вертикальной лестнице; по канату (шесту) способом «в три приема». Подвижные игры. Организовать знакомые игры с подгруппой сверстников. Игры-эстафеты. Спортивные игры. Правила спортивных игр. Городки: выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит. Баскетбол: забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении. Контролировать свои действия в соответствии с правилами. Вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы. Футбол: способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр. Настольный теннис, бадминтон: правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола. Хоккей: ведение шайбы клюшкой, умение забивать в ворота. В подготовительной к школе группе особое значение приобретают подвижные игры и упражнения, позволяющие преодолеть излишнюю медлительность некоторых детей: игры со сменой темпа движений, максимально

быстрыми движениями, на развитие внутреннего торможения, запаздывательного торможения. Спортивные упражнения. Ходьба на лыжах: скользящий попеременный двухшаговый ход на лыжах с палками, подъемы и спуски с горы в низкой и высокой стойке. Катание на коньках: сохранять равновесие, «стойку конькобежца» во время движения, скольжение и повороты. Катание на самокате: отталкивание одной ногой. Катание на велосипеде: езда по прямой, по кругу, «змейкой», уметь тормозить. Катание на санках. Скольжение по ледяным дорожкам: после разбега стоя и присев, на одной ноге, с поворотами. Скольжение с невысокой горки.

Результаты образовательной деятельности. Достижения ребенка

- Двигательный опыт ребенка богат; результативно, уверенно, мягко, выразительно с достаточной амплитудой и точно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные).
- В двигательной деятельности ребенок успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость.
- Осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом.
- Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.
- Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, к самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.
- Имеет начальные представления о некоторых видах спорта.
- Имеет представления о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его.
- Владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может определять состояние своего здоровья.
- Может оказать элементарную помощь самому себе

Группа компенсирующей направленности для детей с тяжелым нарушением речи

Содержание образовательной деятельности

Двигательная деятельность

Порядковые упражнения. Совершенствовать умение рассчитывать по порядку, на первый-второй, равняться в колонне, в шеренге; размыкаться и смыкаться в колонне, в шеренге приставным шагом, прыжком, бегом; выполнять повороты направо, налево, кругом на месте и в движении переступанием, прыжком, по разделением

Общеразвивающие упражнения. Упражнения для кистей рук и плечевого пояса (поднимать руки вверх, в стороны, вставая на носки, отставляя ногу на носок; поднимать и опускать плечи; отводить локти назад; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками). Упражнения для укрепления туловища и ног (поднимать обе ноги из упора сидя; садиться из положения лежа на спине и снова ложиться, закрепив ноги; поднимать ноги из положения лежа на спине и стараться коснуться лежащего за головой предмета; прогибаться, лежа на спине; из упора присев переходить в упор на одной ноге; умение приседать, держать руки за головой; выполнять выпад вперед, в сторону).

Основные движения. Ходьба. Совершенствовать навыки ходьбы, сформированные в предыдущих группах. Обучать ходьбе приставным шагом вперед и назад, скрестным шагом, выпадами вперед, спиной вперед, притоптывающим шагом. Развивать навыки бега, сформированные в предыдущих группах. Формировать навыки бега на скорость и выносливость. Учить бегать, сильно сгибая ноги в коленях, широкими шагами, спиной вперед; из разных исходных положений; бегать наперегонки парами и группами, со скакалкой; бегать на скорость в играх-эстафетах.

Прыжки Формировать умение выполнять прыжки с зажатым между ног мешочком с песком, через набивные мячи (5-6 последовательно).

Формировать навыки выполнения прыжков вверх из глубокого приседа, вверх с места; на мягкое покрытие с разбега, в длину с места и разбега, в высоту с разбега. Совершенствовать умение прыгивать в упражнениях с другими видами движений (высота предметов – не более 30-40 см). совершенствовать навыки выполнения прыжков через короткую и длинную скакалки, через большой обруч. Лазание. Совершенствовать и закреплять навыки разнообразных способов ползания и лазания. Совершенствовать навык ползания на четвереньках по гимнастической скамейке и по бревну; на животе и скольжению на спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами, держа ноги неподвижными. Закрепить навыки пролезания в обруч и подлезания под дугу разными способами, гимнастическую скамейку, несколькими дугами подряд (h=35-50 см). Продолжать развивать умение лазать по вертикальным и наклонным лестницам, используя одноименные и разноименные движения рук иног. Закреплять умение переходить с пролета на пролет гимнастической стенки, поднимаясь и спускаясь по диагонали. Формировать умения лазания и спуск по канату индивидуально со страховкой педагога.

Метание Совершенствовать и закреплять навыки всех способов катания, бросания и ловли, метания вдаль и цель. Совершенствовать навыки перебрасывания мяча друг другу из-за головы, снизу, от груди, сверху, из положения сидя, на месте и во время передвижения в парах, через сетку; бросания мяча о землю и ловли его двумя руками, одной рукой, с хлопком, с поворотами; отбивания мяча на месте и с продвижением вперед, «змейкой» между предметами. Формировать навыки ведения мяча в разных направлениях, перебрасывания набивных мячей; метания из разных положений в вертикальную, горизонтальную, движущуюся цели, вдаль

Спортивные упражнения. Игра в хоккей (элементы). Сформировать навык скольжения по ледяной дорожке. Ходьба на лыжах.

Спортивные игры Совершенствовать навыки игры в футбол (элементы), баскетбол (элементы), бадминтон (элементы), городки (элементы).

Подвижные игры. Игры с бегом; игры с прыжками; игры с метанием, бросанием; игры с лазанием; словестные игры; игровые поединки.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Организация непрерывной образовательной деятельности

Площадь спортивного зала 72,6 квадратных метров, норма детской наполняемости – 18 детей (на 1 ребенка – 4 квадратных метра).

Занятия проводятся с подгруппой – не более 10 детей, фронтально.

На улице – площадь спортивного участка 242 квадратных метра, норма на 1 ребенка – 8 квадратных метров, общий состав группы – 30 человек.

2.2. Рекомендации к одежде при проведении спортивных занятий

Температура воздуха (на улице - при скорости ветра 0,1-0,6 м/с)	Одежда (количество слоев) (в числителе количество слоев выше пояса, в знаменателе – ниже пояса)	Одежда и обувь
В спортивном зале		
+19-20	1/1	Футболка, трусы, спортивные шорты, спортивная обувь
На воздухе		
+20 и выше	1/1	Трусы, майка, носки, спортивные туфли.
от +15 до +19	2/2	Хлопчатобумажный трикотажный тонкий спортивный костюм, майка, трусы, носки, спортивные туфли.
от +10 до +14	2/2	Хлопчатобумажный трикотажный спортивный костюм, майка, трусы, носки, спортивные туфли (кеды).
от +3 до +9	2/2	Тренировочный костюм с начесом, майка, трусы, хлопчатобумажные носки, кроссовки или кеды, шерстяная шапочка на хлопчатобумажной подкладке.
от +2 до – 5	3/3	Тренировочный костюм с начесом, футболка с длинными рукавами, майка, трусы, колготки, шерстяные носки, шерстяная шапка на хлопчатобумажной подкладке, кроссовки или кеды.
	3/3	Тренировочный костюм с начесом,

от -6 до -11		фланелевая рубашка, майка, трусы, колготки, шерстяные носки, кроссовки или кеды, шерстяная шапка на хлопчатобумажной подкладке, варежки.
от -12 до -15	4/3	Ветровка (куртка из болоневой ткани), тренировочный костюм с начесом, фланелевая рубашка, майка, трусы, колготки, шерстяные носки, кроссовки или кеды, шерстяная шапка на хлопчатобумажной подкладке, варежки.

2.3. Цветовое распределение футболок по возрастным группам

Для эстетического восприятия, удобства в различении разновозрастных команд на соревнованиях, эстафетах дошкольники каждой возрастной группы имеют определенный цвет футболок.

Возрастная группа	Цветовой тон футболок
№ 1	Красный
№ 2	Зеленый
№ 3	Зеленый
№ 4	Голубой
№ 6	Красный
№ 7	Желтый
№ 8	Оранжевый
№ 9	Синий
№ 10	Красный
№ 11	Белый
№ 12	Белый
№ 14	Желтый

2.4. Планирование образовательной нагрузки

Планирование образовательной нагрузки при работе по пятидневной неделе разработано в соответствии с максимально допустимым объемом образовательной нагрузки для возрастной группы в соответствии с СанПин 1.2.3685-21

Возраст детей	Продолжительность непрерывной образовательной деятельности
3- 4 года	15 минут
4 - 5 лет	20 минут
5 – 6 лет	25 минут
6 -7 лет	30 минут

2.5. Учебный план

Наименование НОД	Объем образовательной нагрузки (на неделю)			
	Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
физическое развитие: <i>физкультура в зале</i>	2	1	1	1
<i>физкультура на улице</i>			1	1
Количество НОД в неделю:	2	1	2	2
Объем одного периода НОД (мин.):	15	20	25	30
Недельный объем образовательной нагрузки (час.):	0.30	0.20	0.50	1.00

2.6. Расписание НОД на 2022 - 2023 учебный год

	9	14	8	10	4	11	7	12	2
	2 мл.гр.	2 мл.гр.	ср.гр.	ср.гр.	ст.гр.	ст.гр.	подг.гр.	подг.гр.	коррекц. группа
Понедельник	9.00-9.40			9.50-10.40			11.15-11.45 улица	10.45-11.15 улица	
Вторник					9.00-10.00	10.10-11.10			11.20-11.50

Среда		9.00-9.40	9.50-10.40		10.55-11.20 улица	11.20-11.45 улица			
Четверг	9.00-9.40						9.50-10.10	10.20-10.50	11.15-11.45 улица
Пятница		9.00-9.40	9.50-10.40	10.50-11.40					

Перерывы между периодами НОД – не менее 10 минут.

В середине года (в январе и марте) для воспитанников организуются недельные каникулы, во время которых проводят НОД только эстетически-оздоровительного цикла. В летний период НОД не проводят. Предпочтение отдается спортивным и подвижным играм, спортивным праздникам, экскурсиям, увеличивается продолжительность прогулок.

НОД, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, проводят в первую половину дня и в дни наиболее высокой работоспособности детей (вторник, среда). Для профилактики утомления детей ее сочетают с образовательной деятельностью, направленной на физическое и художественно-эстетическое развитие. Общий объем образовательной нагрузки определяется дошкольным образовательным учреждением с учетом:

- действующих санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПин);
- федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования;
- типа и вида учреждения, реализующего основную образовательную программу дошкольного образования, наличия приоритетных направлений образовательной деятельности;
- рекомендаций примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования;
- специфики условий (климатических, демографических, национально-культурных и др.) осуществления образовательного процесса.

Для реализации образовательных областей в рамках образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов, разработана циклограмма.

2.7. Формы организации детских видов деятельности в ДОУ

Детская деятельность	Формы работы
Двигательная	Подвижные игры с правилами, народные подвижные игры. Игровые упражнения. Динамические паузы. Соревнования. Спортивные пробежки. Эстафеты. Физкультурные минутки.

	Занятия в спортивном зале. Игровые ситуации. Досуг. Спортивные игры и упражнения. Туристические походы. Спортивные праздники. Гимнастика (утренняя, бодрящая).
Игровая	Создание игровой ситуации по режимным моментам, с использованием литературного произведения. Игровые ситуации, игры с правилами (подвижные, народные).
Продуктивная	Реализация проектов. Выставки. Мини-музеи.
Чтение художественной литературы	Беседа. Викторины. КВН. Вопросы и ответы.
Познавательно-исследовательская	Наблюдение. Экскурсия. Решение проблемных ситуаций. Коллекционирование. Моделирование. Исследование. Реализация проекта. Игры (сюжетные, с правилами). Интеллектуальные игры (головоломки, викторины, задачи-шутки, ребусы, кроссворды, шарады). Мини-музеи. Конструирование.
Коммуникативная	Беседа. Ситуативный разговор. Речевая проблемная ситуация. Составление и отгадывание загадок. Игры (сюжетные, с правилами, театрализованные). Игровые ситуации. Логоритмика.
Трудовая	Дежурство. Поручения. Познавательные опыты и задания. Самообслуживание. Совместные действия. Экскурсия.

Одни и те же формы работы могут быть использованы для организации различных видов деятельности.

2.8 Особенности организации педагогической деятельности с детьми с ОВЗ

Особенности планирования деятельности с детьми на занятиях по физической культуре состоит в том, что тот раздел, в который входят задания по развитию общих двигательных умений и навыков, дополняется заданиями на коррекцию и исправление двигательных нарушений характерных для детей с нарушением речи. Это упражнения по развитию мелкой моторики пальцев рук, а также упражнения, регулирующие физиологическое и речевое дыхание. Элементы разминки могут включать в игровой форме упражнения по развитию артикуляционной моторики, упражнения на совершенствование мимической мускулатуры, а также элементы логоритмики, речевые игры с движениями.

Существенные изменения вносятся в раздел «Подвижные игры». Он планируется в соответствии с лексическими темами логопедических занятий и работой воспитателя. Цель такого планирования – закрепление и расширение словаря ребенка, формирование основных грамматических категорий, активизация речи детей воспитания, но и в индивидуальном подходе к каждому ребенку. Коррекция особенностей моторного развития детей осуществляется путем специальных упражнений и общепринятых способов физического воспитания. Она направлена на нормализацию мышечного тонуса, исправление неправильных поз, развитие статической выносливости, равновесия, упорядочение темпа движений, синхронного взаимодействия между

движениями и речью, запоминание серии двигательных актов, воспитание быстроты реакции на словесные инструкции, развитие тонких двигательных координаций, необходимых для полноценного становления навыка письма.

2.9. Циклограмма деятельности инструктора по физической культуре

Дни недели	Основные направления деятельности								итого час/м ин
	Подготовка к НОД	Утренняя гимнастика	НОД с детьми	Индивид. работа с детьми / инклюзивное образование	Уборка (ремонт) инвентаря	Консультац ии для педагогов	Работа с родителями	Разработка методическ. материала	

Понедельник	7.45-8.00	8.00- 8.30	9.00-11.45	11.45-12.00	12.30-12.45	12.45-13.30	8.30-9.00	13.30-14.15	6.00
Вторник	7.45-8.00	8.00- 8.30	9.00-11.50	11.50-12.00	12.30-12.45	12.45-13.30	8.30-9.00	13.30-14.15	6.00
Среда	7.45-8.00	8.00- 8.30	9.00-11.45	11.45-12.00	12.30-12.45	12.45-13.30	8.30-9.00	13.30-14.15	6.00
Четверг	7.45-8.00	8.00- 8.30	9.00-11.45	11.45-12.00	12.30-12.45	12.45-13.30	8.30-9.00	13.30-14.15	6.00
Пятница	7.45-8.00	8.00- 8.30	9.00-11.40	11.40-12.00	12.30-12.45	12.45-13.30	8.30-9.00	13.30-14.15	6.00
Итого:	1.15	2.30	13.45	1.15	1.15	3.45	2.30	3.45	30

2.10. Информационно-методическое обеспечение реализации программы

№	Образовательная область по ФГОС ДО	
1	Физическое развитие	
	Образовательные программы	
	<i>основные</i>	<i>дополнительные</i>
	«Детство» (А.Г. Гогоберидзе, Т.И. Бабаева, З.А. О.В. Солнцева и др, СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2016) Н.В. Нищева Примерная программа	Программа по обучению дошкольников плаванию «Капитошка». (Добрынина Н.В., Маслова О.И., Холмовская С.А., Северодвинск, 2012, утв.педсоветом, протокол № 5 от 15.05.2012) Программа по формированию здорового образа жизни у детей дошкольного возраста «Я – Чудо!» (О.С.Клишова 2011, утв.педсоветом , протокол № 1 от

коррекционно-развивающей работы в логопедической группе для детей с общим недоразвитием речи (с 3 до 7 лет). – СПб.: ДЕТСТВО – ПРЕСС, 2012 (используются элементы)	29.09.2011)
Педагогические методики и технологии	
<p>Алябьева Е.А. Нескучная гимнастика. Тематическая утренняя зарядка для детей 5 – 7 лет. М.:ТЦ Сфера, 2015г.</p> <p>Вареник Е.Н. Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5 – 7 лет, 2006г.</p> <p>Воронова Е.К. Игры-эстафеты для детей 5-7 лет.2009г.</p> <p>Залетаев И.П., Полиевский С.А. Общеразвивающие упражнения – М.: Физкультура и спорт, 2002.</p> <p>Картушина М.Ю. Зелёный огонёк здоровья. Старшая группа,2005г.</p> <p>Кириллова Ю.А. Физкультурные упражнения и подвижные игры на свежем воздухе для детей средней группы,2005г</p> <p>Кириллова Ю.А., М.Е.Лебедева. Интегрированные физкультурно-речевые занятия для дошкольников с ОНР 4-7 лет,2005г.</p> <p>Литвинова О.М.. Физкультурные занятия в детском саду. 2010г.</p> <p>Ноткина Н. А., Казьмина Л. И., Бойкович Н. Н. Оценка физического и нервно-психического развития детей дошкольного возраста. — СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2006.</p> <p>О.Н.Моргунова. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ, 2005г.</p> <p>Т.С. Овчинникова, О.В.Черная. Занятия, упражнения и игры с мячами, на мячах, в мячах. 2010г.</p> <p>Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. 2010г</p> <p>Подольская Е.И. Необычные физкультурные занятия для дошкольников. – Волгоград: Учитель, 2010.</p> <p>Попова М.Н. Навстречу друг другу: психолого-педагогическая технология эмоционального сближения взрослого и ребенка в процессе взаимодействия на физкультурных занятиях в ДОУ – СПб.: 2004г</p> <p>Потапчук А.А., Т.С.Овчинникова. Двигательный игротренинг для дошкольников. 2003г</p> <p>Реутский С.В. Физическое развитие ребенка. Физкультурные комплексы, растущие вместе с детьми. – М.: Сфера, 2009.</p> <p>Рыбкина О.Н., Морозова Л.Д. Фитнес в детском саду: программа и конспекты занятий с детьми 5 – 7 лет/ под ред.Н.В.Микляевой. – М.: АРКТИ, 2012. – 104с.</p> <p>Сочеванова Е.А. Комплексы утренней гимнастики для детей 3 -4 лет,2006г.</p> <p>Физкультурные сюжетные занятия с детьми 5-6 лет,2012г.</p> <p>Фисенко М.А. Физкультура. Подготовительная группа,2007г</p> <p>Фролов В.Г., Г.П.Юрко. Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста, 1983г</p>	

Реализация Программы осуществляется через вариативные формы, способы, методы и средства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов и выявленных у детей трудностей в освоении образовательной программы.

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ ОТДЕЛ

Организация традиционных событий, праздников, мероприятий на 2022 – 2023 учебный год

3.1. Мероприятия, приуроченные к государственным праздникам или знаковым дням в жизни детского сада

Месяц	Название праздника	Форма
Сентябрь	День дошкольного работника (27)	Тематические занятия, экскурсии
Октябрь	День отца в России (16)	Творческие гостиные
	Международный день пожилых людей (1)	Акции добра
Декабрь	Международный день инвалидов (3)	Познавательное занятие
Январь	Рождество	Тематические занятия
Февраль	День Защитника Отечества	Акция «Собери армейский рюкзак»
	День российской науки (8)	Познавательное занятие «Они прославляли нашу Родину»
Март	Женский день	Спортивное развлечение «Мамы разные нужны, а спортивные важны»
Апрель	День здоровья (7)	Праздник
	Всемирный день Земли (27)	Акция бережливости
Май	Международный день соседей	Развлечение
Июнь	День России (12)	Спортивный досуг

3.2. Спортивные мероприятия **СРОКИ**

Содержание	
1.	Всероссийский день бега «Кросс Нации -2023»
2.	Социально – педагогическая программа «Виктория»: - спортивный блок «Физкульт-игра!» - викторина «Будь здоров, малыш!»
3.	Зимняя Спартакиада, посвященная дню рождения ДОО, на кубок М.А. Старожилова (на уровне ОО)
4.	Городской проект социально – физкультурной направленности по инклюзивному воспитанию «Давайте дружить!»
5.	Городские соревнования «Лыжня дошколят», «Лыжня России»
6.	Городская легкоатлетическая эстафета
7.	Сдача нормативов ГТО
8.	Спортивный фестиваль по классикам среди старших дошкольников (на уровне ОО)
9.	Виртуальные Всероссийские командные соревнования среди дошкольников по роуп скиппингу (спортивной скакалке) «Прыгай с нами! Прыгай как мы! Прыгай лучше нас!»
10.	Городское спортивное мероприятие «Лыжня дошколят 2023»
11.	Городские соревнования по пионерболу «Послушный мяч»
12.	Спортивно-игровая программа (на улице) «Звездочка»
13.	

3.3. Выставки конкурсы, тематические занятия, акции

№	Содержание	Сроки	Возраст
	Квест-игра «Секретная карта» (на улице)	октябрь	
1	Спортивное развлечение «Мы такие разные»	ноябрь	2 мл.гр.
2	Зимняя Спартакиада	ноябрь	старш. дошк. гр.
3	Квест «Спорт и мы»	декабрь	старш. гр.
4	День Снеговик Неделя зимних игр и забав	январь	старш. гр
5	Развлечение «Богатыри Земли русской»	февраль	стар. дош.гр.
6	Развлечение «Быть здоровыми хотим»	март	сред.гр. подгот.гр.
7	Тематическое занятие по ОБЖ «День пожарной охраны» Создание мультфильма «Малышам о спорте»	апрель	стар.гр.

8	Спортивный досуг «Зарница»	Май	подгот.гр.
9	Спортивный фестиваль «Классики»	Апрель	стар. дош. возраст

Одним из приоритетных направлений в работе ДОО является физическое развитие и здоровье дошкольников. Реализуя данное направление, нами была разработана система физкультурно-оздоровительной работы.

3.4. Модель оптимального двигательного режима

Формы двигательной активности	Особенности организации
I. Физкультурно-оздоровительные мероприятия	
1. Утренняя гимнастика и точечный массаж	Ежедневно в зале. Весной, летом, осенью на свежем воздухе. Длительность не менее 10 минут.
2. Физминутки	Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий. Длительность 3-5 минут.
3. Подвижные игры и физические упражнения на прогулке.	Ежедневно во время прогулок 2-3 игры, длительность 15-30 минут (в зависимости от возраста)
4. Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно в первой половине дня
5. Прогулки-походы	1 раз в месяц (длительность 1 час; летом – 2 часа)
6. Дорожка здоровья	Ежедневно перед занятиями
7. Бодрящая гимнастика и дыхательная гимнастика А.Н.Стрельниковой	Ежедневно после сна. Длительность 10 –15 минут.
8. Офтальмогимнастика	Ежедневно во время занятий
II. Непосредственно организованная образовательная деятельность	
1. Физкультурные занятия в зале	Сад - 1 занятие в зале (по расписанию). Длительность 15 – 30 минут фронтально
2. Физкультурные занятия на улице	1 занятие в неделю (по расписанию) Длительность 15– 30 минут.
III. Самостоятельная двигательная деятельность	

Ежедневно под руководством воспитателя в группе и на улице. Продолжительность ее зависит от индивидуальных особенностей, двигательной активности детей.	
IV. Физкультурно-массовые мероприятия	
1. Неделя здоровья	2 раза в год
2. Спортивное развлечение	1 раз в месяц совместно со сверстниками одной или двух групп. Длительность 20-35 минут.
3. Спортивные праздники на воде и на открытом воздухе.	2 раза в год. Длительность не более 60 минут.
4. Игры-соревнования между возрастными группами, сверстниками соседних детских садов, со школьниками начальных классов.	2 раза в год. Длительность 60 минут.
5. Городские соревнования, спартакиады	3 раза в год. Участвуют дети с высоким уровнем физической подготовленности. Длительность не более 60-120 минут.
V. Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи	
Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях	Во время подготовки и проведения праздников, сдача нормативов ВФСК ГТО, недели здоровья, походов, посещения открытых занятий и др.

3.5. Поддержка детской инициативы и самостоятельности

Детская инициатива проявляется в свободной самостоятельной деятельности детей по выбору и интересам.

В развитии детской инициативы и самостоятельности педагогу важно соблюдать ряд *общих требований*:

- развивать активный интерес детей к окружающему миру, стремление к получению новых знаний и умений;
- создавать разнообразные условия и ситуации, побуждающие детей к активному применению знаний, умений, способов деятельности в личном опыте;
- постоянно расширять область задач, которые дети решают самостоятельно; постепенно выдвигать перед детьми более сложные задачи, требующие сообразительности, творчества, поиска новых подходов, поощрять детскую инициативу;
- тренировать волю детей, поддерживать желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца;
- ориентировать дошкольников на получение хорошего результата;
- своевременно обратить особое внимание на детей, постоянно проявляющих небрежность, торопливость, равнодушие к результату, склонных не завершать работу;

- дозировать помощь детям. Если ситуация подобна той, в которой ребенок действовал раньше, но его сдерживает новизна обстановки, достаточно просто намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае;
- поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества.

Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Побуждать к проявлению творчества в подвижных играх (имитации, подражание образам животных), двигательных упражнениях.	Побуждать к проявлению творчества в подвижных играх. Создавать новые возможности для развития самостоятельности в двигательной сфере.	Побуждать к проявлению творчества в подвижных играх. Постепенно совершенствуются умения дошкольников самостоятельно действовать по собственному замыслу.	Побуждать к проявлению творчества в подвижных играх. Совершенствуются умения дошкольников самостоятельно действовать по собственному замыслу, определяя способы и формы его воплощения.

3.6. Элементы предметно – пространственной среды, направленные на индивидуализацию и социализацию детей

Основные виды движения	Материалы, оборудование
Ходьба	Нарисованная разметка, различные ориентиры (кегли, конусы), скамейки, дорожки различной фактуры, мини-степер, канат
Бег	Нарисованная разметка, различные ориентиры, маски для подвижных игр, беговая дорожка
Прыжки	Прыжковая яма, гимнастические маты, скамейки, скакалки, кирпичики, мячи, стойки переносные с верёвкой, «кочки», набор «Кузнечик», обручи, батуты, фитболы, палки гимнастические, координационная лестница
Метание, бросание, ловля, катание	Мячи различных размеров и фактур (баскетбольные, волейбольные, резиновые, теннисные, с утяжелителем), мешочки с грузом,

	волейбольная сетка, щит баскетбольный навесной с корзиной, вертикальные цели, обручи, кегли, кольцеброс, кольца
Лазанье, ползание	Дуги разных размеров, тоннель, стенка гимнастическая, лестница с зацепами, доска деревянная с зацепами обручи на подставке, канат с узлами, веревочная лестница
Равновесие	Мешочки, скамейки, доски, большие кубы, обручи разных размеров, палочки, мячи утяжелённые, дорожка - балансир

Спортивные игры	Материалы, оборудование
Волейбол	Мячи, сетка
Баскетбол	Мячи, щит баскетбольный навесной с корзиной,
Флорбол	Клюшки, мячи
Футбол	Ворота, мячи
Хоккей	Клюшки, шайбы
Теннис	Мячи (для большого), ракетки, мячи (для малого)
Городки	Городки, биты, схемы
Лыжи	Лыжи
Бадминтон	Ракетки, воланчики

3.7. Взаимодействие с социальными партнерами по реализации ООП ДО

	Формы работы	Цели	Социальный партнер
В течение года	Сдача нормативов ФВСК ГТО «Готов к труду и обороне» I ступень (6-8 лет)	Использование физкультуры для укрепления здоровья, воспитания гражданственности и патриотизма, гармоничного и всестороннего развития дошкольников	Центр тестирования МБОУ СОШ 13
1 квартал	Всероссийский день бега «Кросс Нации - 2023» Соревнования социально-	Способствование обогащению эмоционального мира детей, активному развитию физических качеств, совершенствованию	МАУ «СШ «Строитель» МОУ ДОД ДЮЦ

	педагогической программы «Виктория», спортивный блок «Физкульт-игра!»	коммуникативных навыков, умения работать в команде.	(дистанционно, формат видео)
2 квартал	Городской проект социально-физкультурной направленности по инклюзивному воспитанию «Давайте дружить!»	.Создание благоприятного микроклимата для социального и личностного развития дошкольников.	ДОО города (видеоформат)
	Городское спортивное мероприятие «Лыжня дошколят 2023» Всероссийская массовая лыжная гонка «Лыжня России - 2023»	Формирование привычки здорового образа жизни и приобщение дошкольников к традициям большого спорта.	МАУ «СШ «Строитель»
3 квартал	Городская встречная легкоатлетическая эстафета	Формирование привычки здорового образа жизни и приобщение дошкольников к традициям большого спорта.	Стадион «Строитель»

3.8. Система взаимодействия с семьями воспитанников

Период	Форма, содержание	Возраст	Ответственные
В течение года	Индивидуальные рекомендации и беседы. Выступления на родительских собраниях. Привлечение родителей к разнообразным формам совместной физкультурной деятельности с детьми в детском саду и на базе социальных партнеров, способствующим возникновению ярких эмоций, развитию общения (праздники, досуги, развлечения)	Все возрастные группы	Инструктор по физической культуре
С сентября по май	Участие детей при поддержке родителей в сдаче ВФСК «Готов к труду и обороне!»	Подготовит. группы	Инструктор по физической культуре, педагоги группы
Сентябрь	Диагностика Ознакомление родителей с результатами диагностики. Индивидуальные консультации родителям по проведению	Ср., стар., подгот. группы	Инструктор по физической культуре

	Всероссийского дня бега «Кросс Нации – 2023 »	Старший дошкольный возраст	
Октябрь	Буклеты «Что такое ГТО?» Консультация для родителей на тему «Что такое ГТО? Правила поведения». «Укрепляем иммунитет осенью»	Подгот. группа Мл., сред. старш. группы	Инструктор по физической культуре
Ноябрь	Наглядная информация «7 мифов о морозной погоде» «К вершинам олимпа» Дистанционный челендж с выполнением физических упражнений среди семей воспитанников	Мл., сред. группы Стар., подгот. группы	Инструктор по физической культуре
Декабрь	Наглядная информация «Как кататься на ледянке» «Как правильно выбрать лыжи» «.....»	Мл., сред. группы Стар., подгот. группы Компен. гр.	Инструктор по физической культуре
Январь	Наглядная информация «Зимние забавы» «Учимся кататься на коньках»	2 млад. гр. Ср., стар., подгот. группы	Инструктор по физической культуре, педагоги группы
Февраль	Наглядная информация «Игры, которые лечат» День защитника Отечества (досуг совместно с родителями)	Все возраста	Инструктор по физической культуре, педагоги групп
Март	День самоуправления (родитель проводит зарядку) Спортивное развлечение «Мамы разные нужны, а спортивные важны»	Все возраста Подгот. гр.	Инструктор по физической культуре
Апрель	Наглядная информация «Активный отдых для всей семьи»	Все возраста	Инструктор по физической культуре

	«Учим ребенка кататься на велосипеде»	Ср., стар., подгот. группы	
Май	Ознакомление родителей с результатами диагностики «Чем занять детей на даче» «Физическая готовность детей к школе»	Ср., стар., подгот. группы Подгот.гр.	Инструктор по физической культуре
Июнь	Праздник «День защиты детей»	Все возрастные группы	Инструктор по физической культуре