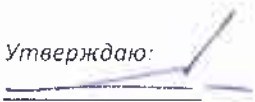


**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ НОВОСИБИРСКОЙ
ОБЛАСТИ – ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ,
МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ ДЕТЯМ
«ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР ДИАГНОСТИКИ И КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ»**

Рассмотрена и одобрена
на заседании педагогического
совета ГБУ НСО «ОЦДК»
Протокол № 13/1 от 29.06.22

Утверждаю:


Директор ГБУ НСО «ОЦДК»
Самуйленко С.В.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по физическому развитию детей
раннего и дошкольного возраста.

Срок реализации 1 год

Васильева Юлия Николаевна,
руководитель физического воспитания

г. Новосибирск, 2022

Содержание

№	Наименование разделов	Стр.
I	Целевой раздел	
1.	Пояснительная записка	2
1.1	Цели и задачи Программы	3
1.2	Принципы и подходы к реализации Программы	5
1.3	Характеристика возрастных особенностей детей раннего возраста	6
1.5	Особенности организации образовательного процесса	8
II	Содержательный раздел	
2.1	Содержание образовательной области «Физическая культура»	8
2.2	Описание вариативных методов и форм проведения занятий по физкультуре.	10
2.3	Календарно-тематическое планирование	10
2.4	Содержание образовательной деятельности	12
2.5	Взаимодействие с семьями воспитанников	15
III	Организационный раздел	
3.1	Описание образовательной деятельности	23
3.2	Организация развивающей предметно-пространственной среды	24
3.3	Материально-техническое обеспечение образовательной деятельности	25
3.4	Планируемые результаты освоения Программы	25
3.5	Методическое обеспечение образовательной деятельности	26
IV	Приложение	
4.1	Индивидуальная карта развития ребенка раннего возраста	
4.2	Диагностика физического развития детей от 1 до 3 лет.	
4.3	Диагностический инструментарий оценки уровня развития (ранний возраст)	

I Целевой раздел

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по физическому развитию детей раннего и дошкольного возраста разработана с учетом специфики дошкольного образования в соответствии с:

1. Федеральным законом Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года №273-ФЗ;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ МОиН РФ от 17.10.2013 № 1155);
3. Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26) с изменениями и дополнениями от 27.08.2015г.
4. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", (утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28).
5. **С учётом принципов и подходов**

Актуальность

Современная наука признает ранний и дошкольный возраст, как период, имеющий огромное значение для всей последующей жизни человека. Очень важной, составной частью гармоничного развития личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание всех этих качеств должно начинаться с детства. Поэтому физическое развитие дошкольников является одним из приоритетных направлений.

Занятия физкультурой помогают детям, и детям с ограниченными особенностями здоровья (ЗПР, РАС, ТНР, УО) в частности, развиваться физически и личностно, формируют волевые качества и навыки адаптации к условиям жизнедеятельности; благотворно влияют на психоэмоциональную и психофизиологическую сферу ребёнка, повышают общий тонус; дают большие возможности для коррекции и совершенствования моторики индивида.

Неуклонное увеличение детей с различными отклонениями в развитии и соответственно рост числа родителей, которые не в силах справиться с возникшими проблемами ставит перед учреждением проблему создания специальных условий для коррекционной работы.

Раннее выявление и комплексная коррекция отклонений в развитии, начатые с первых лет жизни ребенка, позволяют предупредить появление вторичных и третичных нарушений, скорректировать уже имеющиеся трудности и в результате значительно снизить степень социальной недостаточности детей с отклонениями в развитии. Эти факты приводят к необходимости разрабатывать и внедрять программы физического развития детей раннего возраста. Оказывать им необходимую помощь в профилактике нарушений развития и успешной адаптации в социуме.

Всем детям, а детям с ограниченными возможностями (ТНР, ЗПР, РАС, УО) особенно, важны регулярные физические упражнения, которые тренируют сердце, нормализуют артериальное давление, повышают силу и выносливость, гибкость и координацию движений. Физическое воспитание открывает резервные возможности организма ребёнка

что способствует компенсации нарушений в области социальной адаптации. Даже маленькие победы принесут положительные результаты, и придадут ребёнку с ограниченными возможностями уверенность в себе.

Адресная группа – Рабочая программа предназначена для работы с детьми раннего и дошкольного возраста, как с нормой, так и с особенностями в развитии.

Форма обучения – очная.

Форма занятий – фронтальная.

1.1. Цели и задачи Программы

Цель программы: создание условий для полноценного развития организма детей, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья; сохранения и укрепления их здоровья, совершенствование двигательных навыков на основе индивидуально-дифференцированного подхода, формирование интереса к физической культуре.

Возраст от 1 года до 2 лет

Задачи обучения и воспитания

Развитие и коррекция основных движений, разнообразных двигательных навыков:

- создавать условия, побуждающие к двигательной активности: ходить по прямой дорожке, перелезть через препятствие, проползть под препятствием, перешагивать через предмет, лазать по лестнице вверх с помощью взрослого;
- учить прыгать на двух ногах на месте, спрыгивать с небольшого препятствия.

Совершенствование тонкой ручной моторики и зрительно-двигательной координации:

- учить целенаправленно действовать с предметами (бросать мяч в руки взрослого, в цель, катать мяч);
- развивать ручную моторику с помощью дидактических пособий с пуговицами, молниями, замочками, шнуровками.

Развитие способности к сотрудничеству со взрослыми и детьми:

- побуждать к совместным игровым действиям со взрослым и сверстником в подвижных играх.

Возраст 2 - 3 года

Задачи обучения и воспитания

Развитие и коррекция основных движений, разнообразных двигательных навыков:

- совершенствовать самостоятельные двигательные навыки (ходьба, ходьба с предметом по невысокой скамейке, перешагивание через палочку, скакалку без поддержки, прыжки на месте, прыжки через предмет, бег по прямой дорожке и по кругу, ползание внутри туннеля и т.д.);
- учить бросать мяч в цель (корзина, ведро, коробка и др.).

Развитие способности к сотрудничеству со взрослыми и детьми:

- воспитывать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях в малой группе (2-3 ребенка).

Возраст 3 - 4 года

Задачи обучения и воспитания

Развитие и коррекция основных движений, двигательных навыков:

- учить ходить и бегать друг за другом, сохраняя координацию движений рук и ног.

- учить, отталкиваясь ногами, правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте, с продвижением вперед.
- продолжать учить ловить мяч двумя руками. Закреплять умение отталкивать мяч при бросании, катании.
- обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.
- учить реагировать на сигналы «беги», «стой», «2 лови» и др.; выполнять правила в подвижных играх.

Возраст 4 - 5 года

Задачи обучения и воспитания

Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

- Формировать правильную осанку.
- Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног.
- Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).
- Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве.
- Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).

Возраст 5 - 6 лет

Задачи обучения и воспитания

- Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.
- Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.
- Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.
- Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Возраст 6 - 7 лет

Задачи обучения и воспитания

- Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.
- Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.
- Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.
- Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.
- Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.
- Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.

1.2. Принципы и подходы к реализации Программы.

Представляется целесообразным выделить несколько групп принципов формирования программы:

Принципы, сформулированные на основе требований ФГОС ДО:

✓ Ключевые положения возрастной психологии и дошкольной педагогики (учет зоны ближайшего развития ребенка, произвольности психических процессов, сенситивных/оптимальных периодов для развития новых качеств психики и личности дошкольника и др.).

✓ Принцип развивающего обучения, целью которого является развитие ребенка. Сочетание принципа научной обоснованности и практической применимости. Детям представляется научно выверенный материал, который можно применить в практической деятельности.

✓ Полноты, необходимости и достаточности. Знания даются в системе в соответствии с требованиями Программы.

✓ Единство воспитательных, развивающих, обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста.

✓ Принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей.

✓ Комплексно-тематический принцип построения образовательного процесса. Каждое занятие дети знакомятся с определенной темой через разные виды деятельности.

✓ Принцип осознанности и активности направлен на воспитание у ребенка осмысленного отношения к физическим упражнениям и подвижным играм.

✓ Принцип активности предполагает в ребенке высокую степень самостоятельности, инициативы и творчества.

✓ Принцип систематичности и последовательности.

✓ Принцип повторения двигательных навыков (в результате многократных повторений образуются двигательные навыки, вырабатываются динамические стереотипы).

✓ Принцип постепенности (включение вариантных изменений в стереотипы выполнения движений).

✓ Принцип наглядности — предназначен для связи чувствительного восприятия с мышлением.

✓ Принцип доступности и индивидуализации (предполагает необходимость учета функциональных возможностей, типологических особенностей ребенка).

✓ Принцип постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий (постепенное увеличение нагрузок).

✓ Принцип цикличности (повторяющаяся последовательность занятий);

Основной формой взаимодействия с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности является игра.

1.3. Характеристика возрастных особенностей физического развития детей раннего возраста от 1 года до 3 лет.

Период развития ребенка от 1 года до 3 лет классифицируется, как ранний возраст. И этот период является стадией активного физического развития малыша: значительное увеличение показателей веса и роста, совершенствование внутренних органов и их работы, укрепление мышечной системы, проявление бурной двигательной активности. Опорно-двигательный аппарат у ребенка раннего возраста становится все крепче, в этот возрастной период интенсивно протекает процесс окостенения мягких костных тканей и хрящей. Этот процесс будет продолжаться еще много лет, но уже сейчас тело ребенка приобретает устойчивость в вертикальном положении.

К характеристикам физического развития детей до 3-х лет относится и укрепление мышечного аппарата. Дети раннего возраста все больше начинают выполнять сложных движений, которые требуют определенных силовых затрат, например, ходьба по ступенькам, залезание на лестницу и спуск с нее. Они пытаются лазить на стулья, столы. Их интересует возможность забраться на подоконник, в ванну, раковину и в любые другие прежде недоступные места. Ребенку все хочется взять в руки, потрогать, рассмотреть. Дети стараются придать способность двигаться и предметам, лишенным этой возможности. Поэтому толкают, тащат и волочат большинство своих игрушек, например, куклу, домик, пирамидку и т. п. Они не только бросают и толкают мяч, но и пытаются поймать и удержать его. Возрастной период от 2-х до 3-х лет характеризуется пиком двигательной активности ребенка.

Характеристика возрастных особенностей физического развития от 3 до 4 лет.

3-хлетний ребенок владеет основными жизненно важными движениями (ходьба, бег, лазание, действия с предметами). Дети испытывают свои силы в более сложных видах деятельности, но вместе с тем им свойственно неумение соизмерять свои силы со своими возможностями.

Моторика выполнения движений характеризуется более или менее точным воспроизведением структуры движения, его фаз, направления и т.д. К 4-м годам ребенок может без остановки пройти по гимнастической скамейке, руки в стороны; ударять мяч об пол и ловить его двумя руками (3 раза подряд); перекладывать по одному мелкие предметы (пуговицы, горошины и т.п. – всего 20 шт.) с поверхности стола в небольшую коробку (правой рукой).

Начинает развиваться самооценка при выполнении физических упражнений, при этом дети ориентируются в значительной мере на оценку воспитателя.

Характеристика возрастных особенностей физического развития от 4 до 5 лет.

В этом возрасте продолжается рост всех органов и систем, сохраняется потребность в движении. Двигательная активность становится целенаправленной, отвечает индивидуальному опыту и интересу, движения становятся осмысленными, мотивированными и управляемыми. Сохраняется высокая эмоциональная значимость процесса деятельности для ребенка, неспособность завершить ее по первому требованию. Появляется способность к регуляции двигательной активности. У детей появляется интерес к познанию себя, своего тела, его строения, возможностей. У детей возникает потребность действовать совместно, быстро, ловко, в едином для всех детей темпе; соблюдать определенные интервалы во время передвижения в разных построениях, быть ведущим. Уровень функциональных возможностей повышается.

Позитивные изменения наблюдаются в развитии моторики. Дошкольники лучше удерживают равновесие перешагивая через небольшие преграды.

Характеристика возрастных особенностей физического развития от 5 до 6 лет.

В этот период 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. У них обычно отсутствуют лишние движения, которые наблюдаются у детей 3-5 лет. 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).

Характеристика возрастных особенностей физического развития от 6 до 7 лет.

К 7 годам скелет ребенка становится более крепким, поэтому он может выполнять различные движения, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует усиленный рост ног. Ноги и руки становятся более выносливыми, ловкими, подвижными. В этом возрасте дети уже могут совершать довольно длительные прогулки, долго бегать, выполнять сложные физические упражнения.

У семилетних детей отсутствуют лишние движения. Ребята уже самостоятельно, без специальных указаний взрослого, могут выполнить ряд движений в определенной последовательности, контролируя их, изменяя (произвольная регуляция движений).

Ребенок уже способен достаточно адекватно оценивать результаты своего участия в подвижных и спортивных играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом доставляет ребенку радость и поддерживает положительное отношение к себе и своей команде («мы выиграли, мы сильнее»).

Имеет представление о своем физическом облике (высокий, толстый, худой, маленький и т.п.) и здоровье, заботиться о нем.

Характеристика детей с ограниченными возможностями здоровья

Картина двигательных нарушений, у этих детей, мозаична и разнообразна. Характеризуя своеобразие двигательной сферы детей с нарушениями развития, следует отметить, что у них отмечаются нарушения пространственных и временных представлений, координации, точности движений, равновесия; отсутствие пластичности, эмоциональной выразительности; снижение способности к запоминанию и концентрации внимания, овладению двигательными действиями. У детей отмечается двигательная расторможенность или, наоборот, гиподинамия, они малоподвижны, не любят бегать, прыгать, предпочитают игру другим видам деятельности. Для этих детей характерно нарушение формирования зрительно-слуховой ориентации в пространстве. Движения у них не соразмерны, они затрудняются в бросании мяча, в выполнении тонких дифференцированных движений пальцами рук. Особые затруднения возникают при выполнении согласованных движений рук и ног. Освоение новых видов двигательной деятельности многим детям дается с трудом, особенно детям старшего возраста. Как

отмечает Д. Н. Исаев (1998), это происходит из-за недостаточной "пластичности" центральной нервной системы, сложившихся двигательных стереотипов, малого жизненного опыта. Следует отметить, что все имеющиеся нарушения у детей данной категории, рассматриваются не как болезнь, а как несформированность двигательной сферы. В связи с этим, физическое воспитание - это одно из эффективных, действенных средств гармоничного развития личности ребенка, имеющего стойкие и тяжелые нарушения в развитии.

1.4. Особенности организации образовательного процесса.

Особенности образовательного процесса предполагают различные виды и формы работы с детьми: физические упражнения, подвижные игры, игровые упражнения, игровые, сюжетные задания, дыхательные гимнастики.

Разумеется, игры должны быть доступны детям, вызывать у них интерес и радость. Очень важно предварительно знакомить детей с содержанием и правилами игры. При этом объяснение должно быть на простом языке, понятном ребенку, которое необходимо сочетать с показом движений: как правильно бегать, метать, прыгать.

II. Содержательный раздел

2.1. Содержание образовательной области «Физическое развитие»

С целью приобретения детьми опыта в двигательной деятельности, развития у них основных движений, становления целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере педагог:

- привлекает детей к упражнениям в ходьбе, беге, прыжках, равновесии, лазанье, ползании, подлезании, а также катании, бросании, метании;
- побуждает детей к движениям, обеспечивающим нагрузку на разные группы мышц.

№	Блоки	Содержание
1	Ходьба	Ходьба подгруппами и всей группой, парами, по кругу, взявшись за руки, с изменением темпа, с переходом на бег и наоборот, с изменением направления, в рассыпную (после 2 лет 6 месяцев), обходя предметы, приставным шагом вперед, в стороны, парами. Ходьба по прямой дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 м) с перешагиванием через предметы (высота 10-15 см); по доске, гимнастической скамейке, бревну (ширина 20-25 см). Кружение в медленном темпе (с предметом в руках).
2	Бег	Бег подгруппами и всей группой в прямом направлении, друг за другом, в колонне по одному, в медленном темпе в течение 30-40 секунд (непрерывно), с изменением темпа, змейкой, по кругу, на носках. Бег между двумя шнурами, линиями (расстояние между ними 25-30 см).
3	Ползание и лазанье	Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 3-4-10м); по доске, лежащей на полу; по наклонной доске, приподнятой одним концом на высоту 20-30 см; по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Подлезание под воротца, веревку (высота 30-40-50 см), перелезание через бревно, гимнастическую

		скамейку. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке вверх и вниз (высота 1,5 м) удобным для ребенка способом.
4	Прыжки	Прыжки на двух ногах на месте, слегка продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах через шнур (линию); через две параллельные линии (10-30 см). Прыжки вверх с касанием предмета, находящегося на 10-15 см выше поднятой руки ребенка. Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочередно) на месте, продвигаясь вперед. Прыжки через скакалку.
5	Бросание, ловля, метание	Катание мяча двумя руками и одной рукой педагогу, друг другу, под дугу, стоя и сидя (расстояние 50-100 см); бросание мяча вперед двумя руками снизу, от груди, из-за головы, через шнур, натянутый на уровне груди ребенка, с расстояния 1-1,5 м, через сетку, натянутую на уровне роста ребенка. Метание мячей, набивных мешочков, шишек на дальность правой и левой рукой; в горизонтальную цель — двумя руками, правой (левой) рукой с расстояния 1 м. Ловля мяча, брошенного на 100 м. Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками.
Подвижные игры		
	С ходьбой и бегом	«Догони мяч!», «Через ручеек», «Кто тише?», «Перешагни через палку», «Догоните меня!», «Воробышки и автомобиль», «Солнышко и дождик», «Птички летают», «Кошка и мышки», «Снежная баба», «Дождик», «Рыбаки и рыбки».
	С ползанием	«Доползи до погремушки», «Проползти в воротца», «Не переползай линию!».
	С бросанием и ловлей мяча	«Мяч в кругу», «Прокати мяч», «Лови мяч», «Попади в воротца», «Целься точнее!», «Догони мяч».
	С подпрыгиванием	«Мой веселый звонкий мяч», «Птички в гнздышках», «Через ручеек», «Удочка», «Перелетные птицы».
	На ориентировку в пространстве	«Самолеты», «Птички в гнздышках», «Солнышко и дождик», «Кошка и мышки», «Беги ко мне».
	Движение по музыку и пение	«Поезд», «Зайнка», «Мы цветочки в руки взяли», «Ты похлопай вместе с нами», «Солнце», «Снежинки и мороз».

2.2. Описание вариативных методов и форм проведения занятий по физкультуре.

При работе с детьми используются следующие методы и приемы обучения:

Наглядные:

- ✓ наглядно - зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физкультурного оборудования, зрительные ориентиры);
- ✓ тактильно - мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора);

Словесные:

- ✓ объяснения, пояснения, указания;
- ✓ подача команд, распоряжений, сигналов;
- ✓ образный сюжетный рассказ, беседа;
- ✓ словесная инструкция;
- ✓ слушание музыкальных произведений;

Практические:

- ✓ выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- ✓ выполнение упражнений в игровой форме;

Формы:

- ✓ Занятия по традиционной схеме.
- ✓ Игровые занятия (состоящие из подвижных игр)
- ✓ Контрольно-проверочные занятия
- ✓ Интегрированные занятия.

2.3. Календарно-тематическое планирование в группе раннего возраста от 1 года до 3 лет.

Учебный год разделен на 3 цикла, и реализуются в 3 этапа:

1. Организационный этап для родителей: на первых занятиях родители знакомятся с правилами, необходимыми для проведения эффективного занятия.
2. Адаптационный этап для детей: дети знакомятся друг с другом, с новой спортивной средой и деятельностью.
3. Основной этап: интенсивная совместная подвижная деятельность педагога, детей и родителей, консультирование родителей по созданию предметно-развивающей среды дома.
4. Итоговый этап: написание динамики и характеристик на детей и рекомендаций для родителей.

Таблица 1

Календарно-тематическое планирование ранний возраст

Месяц	Неделя	Тема
Сентябрь	07.09.	«Солнышко и дождик»
	09.09.	«Тучка»
	14.09.	Осень в гости к нам пришла
	16.09.	«Сбор урожая» (овощи)
	21.09.	«Варим куклам суп»
	23.09.	«Сбор урожая»
	28.09.	«Варенье для куклы»
30.09.	«Репка»	
Октябрь	05.10.	«Листопад»

	07.10.	«Ежик»
	12.10.	«Ежик и грибы»
	14.10.	«В гостях у белочки»
	19.10.	«Орешки для белочки»
	21.10.	«Три медведя»
	26.10.	«У медведя во бору»
	28.10.	«Путешествие в осенний лес»
Ноябрь	02.11.	«Зайчик»
	04.11.	«Зайчик и лиса»
	09.11.	«Лисичка сестричка»
	11.11.	«Сердитый волк»
	16.11.	«Волк и зайцы»
	18.11.	Домики для зверей
	23.11.	Лесная сказка
	25.11.	Итоговое занятие «Лесные звери»
	30.11.	«Колобок»
Декабрь	02.12.	«Зима пришла»
	07.12.	«Зимние забавы»
	09.12.	«День рождения Снеговика»
	14.12.	«Путешествие снеговика»
	16.12.	«Елочка»
	21.12.	«Наряд для елочки»
	23.12.	Новогодний утренник
Январь	18.01.	Вводное занятие «Знакомство»
	20.01.	Путешествие на ферму. Корова
	25.01.	Путешествие на ферму. Лошадка
	27.01.	Путешествие на ферму. Поросенок
Февраль	03.02.	Три поросенка и серый волк
	08.02.	Приключения кошки Мурки
	10.02.	Собака и щенок
	15.02.	Угощение для котенка и щенка
	17.02.	Куручка и цыплята
	22.02.	Итоговое занятие «Домашние животные»
	24.02.	«Где моя мама?»
Март	01.03.	Матрешка
	03.03.	Матрешка
	10.03.	Бусы для мамы
	15.03.	Кукла Катя в гости к нам пришла
	17.03.	Репка
	22.03.	Веселый грузовичок
	24.03.	Волшебный теремок
Апрель	12.04.	В гости к солнышку
	14.04.	Маленькая птичка
	19.04.	Птичка и птенцы
	21.04.	Тучка (Весенняя прогулка)
	26.04.	Цветочная полянка
	28.04.	Разноцветные шары
Май	05.05.	Бабочка
	12.05.	Божья коровка
	17.05.	Жираф

	19.05.	Слон
	26.05.	Озорная обезьянка
	28.05.	Лягушка-квакушка
Июнь	02.06.	Улитка
	07.06.	Черепаша
	09.06.	Морское путешествие
	16.06.	Рыбка
	21.06.	Игрушки
	23.06.	Заключительное занятие «Колобок»

2.4. Содержание образовательной деятельности

Таблица 2

Сентябрь			
Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя
Планируемые результаты Программы: умеет ходить на месте; умеет ходить прямо, сохраняя заданное направление инструктором; ползает на четвереньках; может прокатывать мяч, перебирая руками; проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях.			
Вводная часть	Учить детей ходить и бегать всей группой в прямом направлении за инструктором. Ходьба с высоким подниманием колен.		
ОРУ	Без предметов	Без предметов	Без предметов
Основные виды движений	1. Ходьба по дорожке (мягкий модуль), гимнастической скамейке, сохраняя равновесие. 2. Пролезть через дугу. 3. Учить катать мяч, перебирая двумя руками.	1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Мягкий модуль «Горка» (2 шт.) 3. Перелезть через препятствие.	1. Прыжки из обруча в обруч. 2. Подлезание под шнур. 3. Пробежать змейкой.
Подвижные игры	«Солнышко и дождик»	«Собираем урожай»	«Солнышко и дождик»

Содержание организованной образовательной деятельности.				
Октябрь				
Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Планируемые результаты Программы: умеет ходить и бегать прямо, сохраняя равновесие, меняя направление по указанию инструктора; может катать мяч в заданном направлении; умеет отталкиваться в прыжках на двух ногах; проявляет положительные эмоции при физической активности.				
Вводная часть	Ходьба и бег друг за другом по кругу, с изменением направления, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя. Ходьба широким и мелким шагом.			
ОРУ	С листочками	С листочками	Без предметов	Без предметов
Основные виды движений	1. Учить катать мяч, перебирая руками. 2. Упражнение на	1. Прокатывание мяча через ворота (дуга). 2. Перебрасывание	1. Ходьба по канату приставным шагом.	1. Проползти через туннель. 2. Мягкий модуль «Горка» (2 шт.)

	фитболе «Пружинка».	мяча друг другу (мама – ребенок)	2. Прыжки из обруча в обруч. 3. Игр.упр. «Перенеси кегли»	3. Пройти через обруч
Подвижные игры	«Листопад»	«Беги за мной»	«Листопад»	«У медведя во бору»

Содержание организованной образовательной деятельности.

Ноябрь

Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
<u>Планируемые результаты Программы:</u> при ходьбе и беге по ограниченной плоскости сохраняет равновесие; ходит в заданном направлении по указанию инструктора; может ползать на четвереньках; умеет прыгать на двух ногах; проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях; умеет взаимодействовать со сверстниками.				
Вводная часть	Ходьба колонной по одному, ходьба на носках; бег по кругу, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу. Ходьба гусиным шагом.			
ОРУ	С ленточками	Без предметов	С ленточками	Без предметов
Основные виды движений	1. Пролезть через дугу. 2. Ходьба по гимнастической скамейке. 3. Прыжки из обруча в обруч.	1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Прыжки из обруча в обруч. 3. Пролезть через туннель.	1. Ходьба между конусами змейкой. 2. Перешагивание через препятствие (мягкие модули) 3. Игр.упр. «Собери мячи».	1. Перебрасывание мяча друг другу (мама-ребенок). 2. Прокатывание мяча через ворота (дуга).
Подвижные игры	«Лиса и зайцы»	«Солнышко и дождик»	«Волк и зайцы»	«Самолет»

Содержание организованной образовательной деятельности.

Декабрь

Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
<u>Планируемые результаты Программы:</u> ходит, сохраняя равновесие, а заданном направлении по указанию инструктора; умеет бросать мяч в цель, прокатывать его, перебирая руками; может ползать на четвереньках; стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения и просьбы инструктора.				
Вводная часть	Ходьба на месте; ходьба и бег в колонне друг за другом; ходьба на носочках; останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу инструктора.			
ОРУ	Без предметов	С мячом	Без предметов	Со снежинками
Основные виды движений	1. Бросание мячей в цель 2. Прокатывание мяча по гимнастической скамейке.	1. Перелезание через бревно. 2. Ходьба между конусами змейкой. 3. Прыжки из обруча в обруч.	1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Мягкий модуль «Горка» (2 шт.) 3. Перелезть через препятствие.	1. Перешагивание через препятствие. 2. Ходьба по канату приставным шагом. 3. Проползти через дуги.
Подвижные игры	«Снежинки и мороз»	«Самолет»	«Карусели»	«Снежинки и мороз»

Содержание организованной образовательной деятельности.

Январь				
Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Планируемые результаты Программы: ходит и бегает, сохраняя равновесие, в заданном инструктором направлении; прыгает, отталкиваясь двумя ногами; ползает на четвереньках; умеет перелезть через препятствие; катает мяч, перебирая руками в определенном направлении; проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать со сверстниками в совместной игре.				
Вводная часть	Ходьба на месте; ходьба и бег в колонне друг за другом; ходьба на носочках, пяточках; останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу инструктора. Бег в разном направлении.			
ОРУ	Без предметов	Со снежинками	Без предметов	С лентами
Основные виды движений	1. Проползти по гимнастической скамейке. 2. Ходьба между конусами змейкой. 3. Пройти через препятствие.	1. Прокатить мяч, перебирая руками. 2. Упражнение на фитболе. «Пружинка».	1. Ходьба по канату приставным шагом. 2. Перелезть через препятствие. 3. Проползти через дуги.	1. Ходьба между конусами змейкой. 2. Мягкий модуль «Горка» (2 шт.) 3. Прыжки из обруча в обруч.
Подвижные игры	«Паровоз»	«Снежинки и мороз»	«Снежинки и ветер»	«Карусели»

Содержание организованной образовательной деятельности.

Февраль

Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Планируемые результаты Программы: умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями инструктора, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, умеет держать мяч двумя руками и бросать его.				
Вводная часть	Ходьба друг за другом в колонне, ходьба на носочках, пяточках; бег в колонне друг за другом; прыжки на месте. Ходьба широким и мелким шагом.			
ОРУ	Без предметов	Со снежинками	Без предметов	С мячом
Основные виды движений	1. Перешагнуть через препятствие. 2. Пройти по гимнастической скамейке, руки в стороны. 3. Ходьба по канату приставным шагом.	1. Пройти по узкой дорожке. 2. Проползти через дуги. 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи. (3 шт)	1. Прыжки из обруча в обруч. 2. Ходьба между конусами змейкой. 3. Перебрасывание мяча друг другу (ребенок – мама)	1. Проползти по гимнастической скамейке. 2. Перелезть через препятствие. 3. Пройти по канату приставным шагом.
Подвижные игры	«Кошки – мышки»	«Самолеты»	«Наседка и цыплята»	«Паровоз»

Содержание организованной образовательной деятельности.

Март

Этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
-------	----------	----------	----------	----------

занятий				
Планируемые результаты Программы: умеет бегать, изменяя темп и направление бега по указанию инструктора; может прыгать на двух ногах; ходит, сохраняя равновесие, по ограниченной плоскости; реагирует на просьбу, сигнал, команду; владеет соответствующими возрасту основными движениями.				
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег в колонне друг за другом.			
ОРУ	Без предметов	С лентами	Без предметов	С мячом
Основные виды движений	1.Пройти по гимнастической скамейке. 2.Перешагнуть через препятствие. 3.Прокатить мяч по указанной дорожке.	1.Игровое упр. «По дорожке». 2. Прокатить мяч в ворота.	1. Ходьба по канату приставным шагом. 2. Прыжки через препятствие на двух ногах.	1. Ходьба между конусами змейкой. 2. Мягкий модуль «Горка» (2 шт.) 3.Прыжки из обруча в обруч.
Подвижные игры	«Собери матрешку»	«Волк и зайцы»	«Солнышко и дождик»	«Карусели»

Содержание организованной образовательной деятельности.

Апрель

Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Планируемые результаты Программы: умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может катать мяч; умеет действовать совместно в подвижных играх.				
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег в колонне друг за другом; бег с изменением направления и темпа движения.			
ОРУ	Без предметов	С лентами	Без предметов	С листочками
Основные виды движений	1. Ходьба по канату приставным шагом. 2. Проползти через туннель. 3. Перебрасывание мяча друг другу.	1. Прыжки из обруча в обруч. 2. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи. (3 шт) 3. Перебрасывание мяча через обруч.	1.Проползти через дугу. 2.Перелезть через препятствие. 3. Лазание по гимнастической стенке. 4. Игр.упр. «Перенеси кегли»	1.Ходьба между конусами змейкой. 2.Перешагнуть через препятствие. 3.Пройти по «Веселой дорожке»
Подвижные игры	«Самолеты»	«Догони солнышко»	«Карусели»	«Цветочная поляна»

Содержание организованной образовательной деятельности.

Май

Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Планируемые результаты Программы: умеет ходить прямо, сохраняя заданное воспитателем направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить двумя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов				

соблюдать элементарные правила в совместных играх.				
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, ходьба колонной по одному; бег в колонне друг за другом; бег с изменением направления и темпа движения, ходьба гусиным шагом.			
ОРУ	Без предметов	С цветами	Без предметов	С обручами
Основные виды движений	1. Мягкий модуль «Горка» (2 шт.) 2. Ползание между предметами. 3. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками.	1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Подлезание под шнур, не касаясь пола. 3. Перелезть через препятствие.	1. Ходьба по узкой дорожке. 2. Пролезть под дугой. 3. Пройти по мягким модулям. 4. Игр. Упр. «Собери мячи»	1. Прокатить мяч по указанной дорожке. 2. Прокатить мяч по гимнастической скамейке. 3. Бросание мяча в обруч.
Подвижные игры	«Волк и зайцы»	«Цветочная поляна»	«Солнышко и дождик»	«Мой веселый звонкий мяч»

Содержание организованной образовательной деятельности.

Июнь

Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
<u>Планируемые результаты Программы:</u> умеет бегать и ходить, сохраняя равновесие, в заданном направлении, может ползать на четвереньках, бросать мяч двумя руками в цель, катает мяч в заданном направлении, отталкивается в прыжках на двух ногах, умеет действовать совместно в подвижных играх.				
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег в колонне друг за другом; бег с изменением направления и темпа движения.			
ОРУ	Без предметов	С листочками	С обручами	С мячом
Основные виды движений	1. Перешагнуть через препятствие. 2. Проползти через туннель. 3. Прокатить мяч по гимнастической скамейке.	1. Проползти через дуги. 2. Перелезть через препятствие. 3. Игровое упр. «Собери мячи»	1. Бросание мяча в обруч. 2. Проползти через туннель. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубик.	1. Ходьба между конусами змейкой. 2. Прыжки из обруча в обруч. 3. Игровое упр. «Собери кегли»
Подвижные игры	«Карусели»	«Догони меня»	«Паровоз»	«Самолеты!»

Календарно-тематическое планирование (4-5 лет)

Содержание организационной образовательной деятельности		
1 неделя		
Этапы занятий	1 занятие	2 занятие
<p><u>Планируемые результаты Программы:</u> владеет основными видами движений и выполняет команды: вперед, назад, вверх, вниз; умеет строиться в колонне по одному и ориентироваться в пространстве;</p> <p>Владеет умением прокатывать мяч в прямом направлении.</p>		
Вводная	Ходьба и бег в колонне друг за другом; ходьба на носочках с поднятыми руками, на пяточках.	Ходьба и бег в колонне друг за другом; ходьба на носочках с поднятыми руками, на пяточках
ОРУ	Без предметов	Без предметов
Основные виды движений	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на двух ногах до конуса. ▪ Ползание на четвереньках с подлезанием под дугу. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ходьба по гимнастической скамейке, держа руки в стороны. ▪ Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.
Подвижные игры	«Лиса в курятнике», «Солнце»	«Листья и ветер», «Дождь».
Нетрадиционные формы	Дыхательное упражнение «Одуванчик»	Дыхательное упражнение «Одуванчик»
2 неделя		
Этапы занятий	1 занятие	2 занятие
<p><u>Планируемые результаты Программы:</u> умеет прыгать на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия; владеет техникой перебрасывания мяча; выполняет команды: вперед, назад, вверх, вниз, кругом при ходьбе; умеет соблюдать правила игры.</p>		
Вводная	Ходьба и бег в колонне друг за другом; ходьба на носочках с поднятыми руками, на пяточках; ходьба, высоко поднимая ногу, руки на поясе.	Ходьба и бег в колонне друг за другом; ходьба на носочках с поднятыми руками, на пяточках; ходьба, высоко поднимая ногу, руки на поясе.
ОРУ	Без предметов	Без предметов
Основные виды движений	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. ▪ Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Перебрасывание мяча друг другу двумя руками. ▪ Передача мяча друг другу стоя в колонне.
Подвижные игры	«Солнце», «Листья и ветер»	«Дождь», «Перелетные птицы»
Нетрадиционные формы	Дыхательное упражнение «Паровоз»	Дыхательное упражнение «Паровоз»
3 неделя		

Этапы занятий	1 занятие	2 занятие
<u>Планируемые результаты Программы:</u> умеет передвигаться между предметами; умеет выполнять дыхательные упражнения; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега;		
Вводная	Ходьба и бег между предметами; Ходьба приставным шагом, на носочках, пятках. Бег с остановкой по сигналу.	Ходьба и бег между предметами; Ходьба приставным шагом, на носочках, пятках. Бег с остановкой по сигналу.
ОРУ	С лентами	С лентами
Основные виды движений	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ходьба по гимнастической скамейке, держа руки в стороны. ▪ Прыжки со скамейки, из обруча в обруч. ▪ Перебрасывание мяча друг другу двумя руками. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ходьба между конусами на носках, поставленными в один ряд. ▪ Подлезание под дугу, не касаясь руками пола. ▪ Отбивание мяча об пол.
Подвижные игры	«Акула», «Раз, два, три, беги!»	«Раз, два, три, беги!», «Дождь»
Нетрадиционные формы	Дыхательное упражнение «Осенние листья»	Дыхательное упражнение «Осенние листья»
4 неделя		
Этапы занятий	1 занятие	2 занятие
<u>Планируемые результаты Программы:</u> соблюдает правила подвижных игр; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега; умеет слышать и выполнять команды; умеет подбрасывать и отбивать мяч.		
Вводная	Ходьба и бег в колонне друг за другом; ходьба на носочках с поднятыми руками, на пяточках; ходьба, высоко поднимая ногу, руки на поясе. Ходьба «в горочку», бег «с горочки».	Ходьба и бег в колонне друг за другом; ходьба на носочках с поднятыми руками, на пяточках; ходьба, высоко поднимая ногу, руки на поясе. Ходьба «в горочку», бег «с горочки».
ОРУ	С лентами	С лентами
Основные виды движений	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Отбивание мяча от пола. ▪ Подбрасывание мяча вверх двумя руками. ▪ Метание мячей в цель. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Подбрасывание мяча вверх двумя руками. ▪ Передача мяча друг другу стоя в колонне и шеренге.
Подвижные игры	«Лиса в курятнике», «Солнце»	«Сова», «Акула»
Нетрадиционные формы	Дыхательное упражнение «Одуванчик»	Дыхательное упражнение «Одуванчик»
5 неделя		
Этапы занятий	1 занятие	2 занятие
<u>Планируемые результаты Программы:</u> умеет соблюдать дистанцию при построении и движении; умеет держать равновесие; умеет лазать по гимнастической стенке.		
Вводная	Ходьба и бег в колонне друг за другом; ходьба на носочках с поднятыми руками, на пяточках; ходьба, приставным шагом.	Ходьба и бег в колонне друг за другом; ходьба на носочках с поднятыми руками, на пяточках; ходьба, приставным шагом.

	Ходьба «в горочку», бег «с горочки».	Ходьба «в горочку», бег «с горочки».
ОРУ	С мячом	С мячом
Основные виды движений	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубик. ▪ Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягивая себя руками. ▪ Лазание по гимнастической стенке. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом. ▪ Прыжки в длину с места.
Подвижные игры	«Раз, два, три, беги!», «Удочка»	«Солнце», «Сова»
Нетрадиционные формы	Дыхательное упражнение «Паровоз»	Дыхательное упражнение «Паровоз»
6 неделя		
Этапы занятий	1 занятие	2 занятие
<u>Планируемые результаты Программы:</u> умеет ходить по гимнастической скамейке, соблюдая правила безопасности; умеет отбивать и подбрасывать мяч; умеет ориентироваться в пространстве; соблюдает правила подвижных игр.		
Вводная	Ходьба и бег между предметами; Ходьба приставным шагом, на носочках, пятках. Бег с остановкой по сигналу.	Ходьба и бег между предметами; ходьба приставным шагом, на носочках, пятках. Бег с остановкой по сигналу.
ОРУ	С мячом	С мячом
Основные виды движений	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом. ▪ Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Отбивание мяча от пола. ▪ Подбрасывание мяча вверх двумя руками. ▪ Передача мяча в шеренге и колонне друг другу.
Подвижные игры	«Удочка», «Перелетные птицы»	«Раз, два, три, беги!», «Дождь»
Нетрадиционные формы	Дыхательное упражнение «Осенние листья»	Дыхательное упражнение «Осенние листья»

Календарно-тематическое планирование (5-7 лет)

Содержание организационной образовательной деятельности		
1 неделя		
Этапы занятий	1 занятие	2 занятие
<u>Планируемые результаты Программы:</u> умеет ходить и бегать по одному, соблюдая дистанцию, на носочках и пятках; умеет прыгать на двух ногах с продвижением вперед; умеет держать равновесие.		

Вводная	Ходьба и бег друг за другом по одному, на носках, пятках, по сигналу поворот в другую сторону.	Ходьба и бег друг за другом по одному, на носках, пятках, по сигналу поворот в другую сторону.
ОРУ	Без предметов	Без предметов
Основные виды движений	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ходьба по канату приставным шагом. ▪ Прыжки на двух ногах с продвижением вперед через предметы. ▪ Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом. ▪ Прыжки через гимнастические палки на двух ногах. ▪ Подлезание под дугу не касаясь пола.
Подвижные игры	«Вода! Суша!», «Перелетные птицы», «Волшебная варежка»	«Солнце», «Волшебная варежка», «Акула»
Нетрадиционные формы	Дыхательное упражнение «Шарик»	Дыхательное упражнение «Шарик»
2 неделя		
Этапы занятий	1 занятие	2 занятие
<u>Планируемые результаты Программы:</u> умеет строиться в колонну и шеренгу по команде; умеет подбрасывать мяч вверх двумя руками, отбивать мяч об пол; соблюдает правила подвижных игр.		
Вводная	Ходьба и бег друг за другом по одному, на носках, пятках; ходьба с высоким подниманием коленей; бег с поворотом по сигналу;	Ходьба и бег друг за другом по одному, на носках, пятках; ходьба с высоким подниманием коленей; бег с поворотом по сигналу;
ОРУ	С мячом	С мячом
Основные виды движений	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ведение мяча в ходьбе, перебирая руками до конуса и обратно. ▪ Перебрасывание мяча друг другу в шеренге. ▪ Отбивание мяча об пол одной рукой. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ходьба по гимнастической скамейке, держа мяч двумя руками за головой. ▪ Подлезание под дугу с мячом в руках.
Подвижные игры	«Собери мячи», «Мышеловка», «Мороз Красный нос»	«Перелетные птицы», «Мороз Красный нос», «Самолеты»
Нетрадиционные формы	Дыхательное упражнение «Кошечка», «Паровоз».	Дыхательное упражнение «Кошечка», «Паровоз».
3 неделя		
Этапы занятий	1 занятие	2 занятие
<u>Планируемые результаты Программы:</u> умеет ходить и бегать на носочках; умеет прыгать на одной ноге, на двух ногах с продвижением вперед; умеет бегать по сигналу; ориентируется в пространстве, выполняет команды «вперед», «назад».		
Вводная	Ходьба и бег друг за другом по одному, на носках, пятках; бег на	Ходьба и бег друг за другом по одному, на носках, пятках; бег на

	носочках; ходьба приставным шагом;	носочках; ходьба приставным шагом;
ОРУ	С лентами	С лентами
Основные виды движений	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Прыжки на правой и левой ноге до конуса. ▪ Прыжки к координационную лестницу. ▪ Прыжки на фитболах до предмета и обратно. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Прыжки к координационную лестницу. ▪ <i>Игровое упражнение.</i> «Челнок»
Подвижные игры	«Съедобное – несъедобное», «Волк и зайцы», «Волшебный платок».	«Вода! Суша!», «Солнце», «Собери мячи».
Нетрадиционные формы	Дыхательное упражнение «Кошечка»	Дыхательное упражнение «Кошечка»
4 неделя		
Этапы занятий	1 занятие	2 занятие
<u>Планируемые результаты Программы:</u> умеет передвигаться в рассыпную; владеет основными видами движений согласно возрасту; умеет выполнять команды по сигналу; умеет подбрасывать мяч и ловить его одной и двумя руками;		
Вводная	Ходьба и бег в рассыпную, в колонне по одному, с изменением направления движения, ходьба с выполнением заданий на внимание.	Ходьба и бег в рассыпную, в колонне по одному, с изменением направления движения, ходьба с выполнением заданий на внимание.
ОРУ	Без предметов	Без предметов
Основные виды движений	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Перепрыгивание через бруски толчком обеих ног ▪ Ползание под дугами на животе. ▪ Подбрасывание мяча одной рукой, ловля двумя руками. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Лазание по гимнастической стенке. ▪ Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом. ▪ Подбрасывание мяча и ловля его правой и левой рукой.
Подвижные игры	«Рыбаки и рыбки», «Снежная баба», «Эстафета с мячами».	«Удочка», «Волшебный платок», «Самолеты»
Нетрадиционные формы	Дыхательное упражнение «Шарик»	Дыхательное упражнение «Шарик»
5 неделя		
Этапы занятий	1 занятие	2 занятие
<u>Планируемые результаты Программы:</u> владеет основными видами движений согласно возрасту (прыжки, лазанье, подлезание под дугу, метание); умеет прыгать через канат, скакалку, соблюдает правила в подвижных играх.		
Вводная	Ходьба и бег в колонне друг за другом; ходьба на носочках с поднятыми руками, на пяточках;	Ходьба и бег в колонне друг за другом; ходьба на носочках с поднятыми руками, на пяточках;

	ходьба, приставным шагом. Ходьба «в горочку», бег «с горочки».	ходьба, приставным шагом. Ходьба «в горочку», бег «с горочки».
ОРУ	С кубиками	С кубиками
Основные виды движений	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ходьба по канату боком, приставным шагом. ▪ Ходьба по канату спиной вперед, руки в стороны. ▪ Прыжки через канат на двух ногах. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Прыжки через канат на двух ногах. ▪ Лазание по гимнастической стенке. ▪ Прыжки через скакалку.
Подвижные игры	«Раз, два, три, беги!», «Акула», «Собери мячи»	«Волк и зайцы», «Мороз красный нос», «Мышеловка»
Нетрадиционные формы	Дыхательное упражнение «Паровоз»	Дыхательное упражнение «Паровоз»
6 неделя		
Этапы занятий	1 занятие	2 занятие
<p><u>Планируемые результаты Программы:</u> держит равновесие при выполнении развивающих упражнений; следит за осанкой при ходьбе; умеет ходить предложенным способом; следит за ритмом и счетом при выполнении упражнений.</p>		
Вводная	Ходьба и бег между предметами; с высоко поднятыми коленями; в полуприседе; бег «Лошадка».	Ходьба и бег между предметами; с высоко поднятыми коленями; в полуприседе; бег «Лошадка».
ОРУ	С мячом	С мячом
Основные виды движений	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через бруски. ▪ Ползание по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками. ▪ Перебрасывание мяча друг другу и ловля после отскока от пола. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Прыжки к координационную лестницу. ▪ <i>Игровое упражнение.</i> «Челнок» ▪ Забрасывание мяча в корзину.
Подвижные игры	«Рыбаки и рыбки», «Снежная баба», «Эстафета с мячами».	«Снежинки и мороз», «Лиса в курятнике», «Волшебный платок».
Нетрадиционные формы	Дыхательной упражнение «Одуванчик»	Дыхательной упражнение «Одуванчик»

2.5. Взаимодействие с семьями воспитанников

Период	Форма работы	Содержание	Ответственный
1-2 неделя	Анкетирование	«Какое место занимает физкультура у Вас дома?»	Руководитель физ.воспит.
3 неделя	Памятка Индивидуальные беседы	«Веселая зарядка», «Роль дыхательной гимнастики для здоровья детей», «Нейроигры с мячом»	Руководитель физ.воспит.
4 неделя	Консультация	«Роль двигательной активности в физическом развитии и здоровье детей»	Руководитель физ.воспит.
5 неделя	Памятка Индивидуальные беседы	«Если хочешь быть здоров», «Комплекс упражнений для профилактики плоскостопия»	Руководитель физ.воспит.
6 неделя	Открытые занятия для родителей	«В гости к медведю» «Колобок» «Мы веселые ребята» «Цветок здоровья»	Руководитель физ.воспит. Муз.руководитель Психолог, дефектолог

1. Взаимодействие с семьями воспитанников позволяет повысить педагогическую компетентность родителей, объединить усилия учреждения и семьи в вопросах физического воспитания.

2. Ни одна, даже самая лучшая оздоровительная программа, не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется совместно с семьёй, если в дошкольном учреждении не создано детско-взрослое сообщество (дети - родители – педагоги).

3

. Взаимодействие с семьями воспитанников направлено на:

- Установление партнёрских отношений с семьёй каждого воспитанника
- Объединение усилий для развития и воспитания детей
- Создание атмосферы взаимопонимания, общности интересов, эмоциональной взаимоподдержки.
- Обогащение педагогических умений родителей.
- Поддержка их уверенности в собственных педагогических возможностях.

3.Организационный раздел.

3.1.Описание образовательной деятельности.

Продолжительность занятий по физическому развитию.

Возраст	Время занятий
1.5 – 3 года	7-10 минут
3 – 4 года	15 минут
4 – 5 лет	20 минут
5 – 6 лет	25 минут
6 – 7 лет	30 минут

В процессе физического развития детей применяются следующие педагогические технологии:

- игровые технологии;
- здоровьесберегающие технологии;
- физкультурные занятия;
- подвижные игры;
- дыхательная гимнастика;
- технологии музыкального воздействия.

3.2. Организация развивающей предметно-пространственной среды

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

Развивающая предметно - пространственная среда в физкультурном зале ГБУ НСО «ОЦДК» – это совокупность условий, оказывающих прямое и косвенное влияние на всестороннее развитие ребенка, состояние его физического и психического здоровья, успешность его физического образования; а также на деятельность всех участников образовательного процесса. Принципиальным показателем высокого качества среды физкультурного зала является ее способность обеспечивать весь комплекс потребностей детей в двигательной активности, создавать мотивацию их активной деятельности. Использование разнообразных физкультурных и спортивно-игровых пособий повышает интерес детей к выполнению различных движений, ведет к увеличению интенсивности

двигательной активности, что благотворно влияет на физическое, умственное развитие и на состояние здоровья ребенка.

3.3. Материально-техническое обеспечение

Для обучения физической культурой используются следующие средства

Таблица 3

№	Физкультурное оборудование	Количество
1.	Гимнастическая стенка (3 пролета)	1шт
2.	Гимнастическая скамейка (2.5м)	4шт
3.	Ребристая доска	1шт
4.	Гимнастические маты	2 шт
5.	Большой конструктор из мягких модулей	1шт
6.	Дуги	2шт
7.	Фитболы	3шт
8.	Мячи-улитки	5шт
9.	Мячи (30см)	10шт
10.	Гимнастические палки	8шт
11.	Обручи	14шт
12.	Массажные дорожки	2шт
13.	Кубики	12шт
14.	Флажки	3шт
15.	Малые мячи	10шт
16.	Канаты	2шт
17.	Мягкие тоннели	2шт
18.	Спортивные тренажеры	4шт
19.	Скакалки	15шт
20.	Конусы	8шт
21.	Мячи массажные разного диаметра	8шт
22.	Мяч баскетбольный	1шт
23.	Мяч волейбольный	2шт

3.4. Планируемые результаты освоения Программы.

Результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка раннего возраста.

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и непроизвольность), а также системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребенка раннего возраста конкретных образовательных достижений и обуславливают необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

Ориентиры развития к концу второго года жизни

Дети могут научиться:

- уверенно ходить самостоятельно в прямом направлении, сохраняя равновесие, перешагивать через веревочку или палку;
- прыгать на двух ногах на месте, спрыгивать с небольшого возвышения;
- удерживать мяч двумя руками, в одной руке и бросать его, катать;

- проявлять интерес к совместным игровым действиям со взрослым.

Ориентиры развития к концу третьего года жизни

Дети могут научиться:

- самостоятельно ходить, перешагивать через незначительное препятствие, уметь проползти через обруч, прыгать на двух ногах, бегать;
- бросать мяч партнеру или в цель;
- проявлять интерес к подвижным играм, слушать взрослого, действовать по сигналу.

Ориентиры развития к концу четвертого года жизни

- ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление; выполнять задания воспитателя: остановиться, присесть, повернуться.
- бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указанием воспитателя.
- сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, перешагивая через предметы.
- ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.
- катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2—3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

Ориентиры развития к концу пятого года жизни

- ходить и бегать, соблюдая правильную технику движений.
- лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек, перелезая с одного пролета на другой; ползать разными способами: опираясь на кисти рук, колени и пальцы ног, на стопы и ладони; на животе, подтягиваясь руками
- ориентироваться в пространстве, находить правую и левую стороны.
- строиться в колонну по одному, в шеренгу, в круг, парами.
- выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.

Ориентиры развития к концу шестого года жизни

- ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, ритм и темп.
- лазать по гимнастической стенке с изменением темпа.
- метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, бросать мяч вверх.
- выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.

Ориентиры развития к концу седьмого года жизни

- выполнять правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание)
- сохранять правильную осанку.
- выполнять физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, под словесную инструкцию.
- перестраиваться в в колонны, в круг; в шеренги при расчете на первый –второй, соблюдать интервал во время передвижения.

3.3.1. Методическое обеспечение образовательной деятельности

Литература по образовательной области «Физическое развитие»:

1. **Программа развития ГБУ НСО «ОЦДК» НА 2020 – 2027гг.**
1. Л. И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду» (конспекты занятий младшая, средняя, старшая, подготовительная группы), Москва, «Мозайка-синтез», 2012;
2. Т.Л. Зуева "Коррекционно-речевое направление в физкультурно-оздоровительной работе с дошкольниками", Москва, Центр педагогического образования, 2008;
3. О.Э. Аксенова, С.П. Евсеев "Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре", издательство "Советский спорт", 2004;
4. Ю.А. Кириллова "Навстречу Олимпиаде. Физкультурные досуги для детей старшего дошкольного возраста", издательство "Детство - пресс", 2012;
5. Д.А. Коляда "Комплексная программа по сохранению и укреплению здоровья младших дошкольников", Волгоград, издательство "Учитель", 2012.
6. Степаненкова Э.Я., «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка», Москва, 2001 г.
7. Смирнова Е. О. Диагностика психического развития ребенка: Младенческий и ранний возраст.

4. Приложение.

4.1. Индивидуальная карта развития ребенка раннего возраста (в соответствии с ФГОС ДО)

Фамилия, имя ребенка, возраст

Цикл _____ 20__ – 20__ учебный год

№ п/п	Физическое развитие (становление ценностей ЗОЖ)	Методы диагностики	Этапы мониторинга	
			Начало цикла	Завершение цикла
1	Интересуется разнообразными физическими упражнениями, действиями с физкультурными пособиями	Наблюдение		
2	Имеет представления о значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека: глаза- смотреть, уши- слышать	Диагностическое задание		
3	Ходит прямо, легко, сохраняя заданное направление	Наблюдение		
4	Бегает, ориентируясь в пространстве, меняя направление движения	Диагностическое задание		
5	Прыгает на 2-х ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места,	Диагностическое задание		
6	При выполнении упражнений демонстрирует достаточную координацию движений	Наблюдение		
7	Умеет разнообразно действовать с мячом: брать, переносить, класть, бросать, катать)	Диагностическое задание		
8	Играет в подвижные игры, выполняет простейшие правила, проявляет инициативу	Наблюдение		
9	Выполняет имитационные движения (попрыгать, поклевать зернышки, попить водичку)	Диагностическое задание		
	Итого:			

4.2. Диагностика физического развития детей от 1 до 3 лет.

Руководитель физической культуры: _____

20__-20__ учебный г

№ п/п	Фамилия, имя ребенка	Умеет ходить и бегать, не наталкиваясь на других детей		Может прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед		Умеет брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч		Умеет ползать, подлезать под натянутую веревку, перелезть через бревно, лежащее на полу		Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение)	
		Начало цикла	Конец цикла	Начало цикла	Конец цикла	Начало цикла	Конец цикла	Начало цикла	Конец цикла	Начало цикла	Конец цикла
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											
Итоговый показатель по группе (среднее значение)											

**Диагностический инструментарий оценки уровня развития (ранний возраст)
(в соответствии с ФГОС ДО)**

№ п/п	Показатели	Критерии оценки	Методика диагностики	Содержание (инструкция к детям)	Использованный материал, оборудование
Физическое развитие (формирование первичных представлений ЗОЖ)					
1	Ходит прямо, легко, сохраняя заданное направление; на носках	3 балла - ходит прямо, легко, сохраняя заданное направление; на носках 2 балла – не всегда может ходить прямо, сохраняя заданное направление 1 балл - не может ходить прямо, легко, сохраняя заданное направление; на носках	В.Г. Фролов. «Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке» Пособие для воспитателя. М.: Просвещение, 1986г.	П/и «По ровненькой дорожке», «Маленькие ножки шагают по дорожке» Выполнять движения в соответствии с текстом	Ориентиры: круги, плоские обручи, игрушки
2	Бегает, ориентируясь в пространстве, меняя направление движения	3 балла - бегают, ориентируясь в пространстве, меняет направление движения 2 балла – бегают, ориентируясь в пространстве, меняет направление движения по указанию взрослого 1 балл - не ориентируется, не может менять направление движения	Н.В. Полтавцева. «Физическая культура в дошкольном детстве»: пособие для инструкторов физкультуры и воспитателей работающих с детьми 2-3 лет. - М.: Просвещение, 2007г.	П/и «Самолеты», «Догони мяч» Выполнять бег со сменой темпа и направления.	Игрушечный самолет, мячи.
3	Прыгает на 2-х ногах на месте, продвижением вперед, в длину с места	3 балла - прыгает на 2-х ногах на месте, с продв. вперед, в длину, с места 2 балла – выполняет движения с помощью взрослого 1 балл – не выполняет прыжки	В.Г. Фролов. «Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке» Пособие для воспитателя. М.: Просвещение, 1986г.	1. П/и «Через ручеек» - перепрыгивание через канат. 2. Задание: прыгни в обручи	Обручи, канат
4	При выполнении упражнений демонстрирует достаточную координацию движений	3 балла - демонстрирует достаточную координацию движений 2 балла – координация движений недостаточна 1 балл – не координирует движения	В.Г. Фролов. «Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке» Пособие для воспитателя. М.: Просвещение, 1986г.	Задания: пройди по мостику, по дорожке, в горочку, с горочки.	Гимнастическая скамья, массажная дорожка, спортивные модули.

5	Умеет разнообразно действовать с мячом: брать, переносить, класть, бросать, катать)	3 балла – умеет брать, переносить, класть, бросать, катать мяч 2 балла – действует с мячом с помощью взрослого 1 балл – не умеет действовать с мячом	В.А. Доскин, Л.Г. Голубева. «Растем здоровыми». Пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физкультуры» М: Просвещение, 2002г.	Задания: - брось мяч в корзину, в кольцо. - прокати мяч; - ты брось мне, я - тебе	Мячи разного размера, обруч
6	Играет в подвижные игры, выполняет простейшие правила, проявляет инициативу	3 балла – умеет играть в подвижные игры, выполняет простейшие правила 2 балла – играет только с помощью взрослого 1 балл – не умеет играть в подвижные игры, выполняет простейшие правила	В.Г. Фролов. «Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке» Пособие для воспитателя. М.: Просвещение, 1986г.	П/и «Солнышко и дождик», «Птички в гнездах» Указание: по сигналу птичкам нужно спрятаться в гнездышке, спрятаться под зонтик от тучки.	Солнышко, тучка, зонт, воробушки «гнездышки» - обручи;
7	Выполняет имитационные движения (попрыгать, поклевать зернышки, попить водичку)	3 балла - выполняет имитационные движения 2 балла – редко выполняет имитационные движения 1 балл – не выполняет имитационные движения	В.А. Доскин, Л.Г. Голубева. «Растем здоровыми». Пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физкультуры» М.: Просвещение, 2002г.	П/и «Волк и зайцы» Указание: поскачите, как зайчата П/и «Наседка и цыплята» Цыплята клюют зернышки	Маски: курочка, цыплята, зайцы
8	Умеет ползать, подлезать под дугу, лазать по лесенке	3 балла – ползает, подлезает, лазает по лесенке 2 балла – выполняет движения только с помощью взрослого 1 балла – не умеет ползать, подлезать под дугу, лазать по лесенке	В.А. Доскин, Л.Г. Голубева. «Растем здоровыми». Пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физкультуры» М.: Просвещение, 2002г.	Задание: - доползи до погремушки; - пролезь под дугу, по тоннелю. - залезь на лесенку - перелезь через бревнышко	Дорожка, погремушки, дуги, лесенка, спортивные модули, тоннель.

Высокий -20 – 24

- Ребенок интересуется разнообразными физическими упражнениями, действиями с физкультурными пособиями (погремушками, ленточками, кубиками, мячами и др.);
- При выполнении упражнений демонстрирует достаточную координацию движений
- С большим желанием играет в подвижные игры, выполняет простейшие правила, проявляет инициативу
- С удовольствием выполняет основные и имитационные движения
- Стремится к самостоятельности в двигательной деятельности

Средний -14– 19

- Физические упражнения, действия с физкультурными пособиями (погремушками, ленточками, кубиками, мячами и др.) выполняет с помощью взрослого
- Координирует движения с помощью взрослого
- Малоактивен в подвижных играх, не всегда выполняет простейшие правила проявляет инициативу
- При выполнении основных и имитационных движений нуждается в значительной помощи взрослого
- Малоактивен в самостоятельной двигательной деятельности

Низкий - 8 - 13

- Ребенок не интересуется разнообразными физическими упражнениями, действиями с разными физкультурными пособиями (погремушками, ленточками, кубиками, мячами и др.
- При выполнении упражнений демонстрирует недостаточную координацию движений
- Не вступает в общение с воспитателем и другими детьми при выполнении игровых физических упражнений и в подвижных играх, не инициативен;
- Не выполняет основные и имитационные движения
- Не вступает в самостоятельную двигательную деятельность