

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №58
комбинированного вида Фрунзенского района г. Санкт-Петербурга
192212 г. Санкт-Петербург, пр. Славы д. 12 корп. 3 литера А тел/факс 360-87-00, 361-50-15

ПРИНЯТО
на заседании Педагогического совета
Протокол № 1
от «29» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ № 58
_____/О.А. Рачковская /
Приказ № _____
от «30» сентября 2024 г.

Рабочая программа инструктора по физической культуре

Автор: инструктор по физической
культуре
высшей квалификационной категории
В.Н. Капитанова

Санкт-Петербург
2024 г.

ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

Пояснительная записка

Рабочая программа по физическому развитию детей дошкольного возраста разработана на основе образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ детского сада № 58 комбинированного вида Фрунзенского района Санкт-Петербурга.

Программа определяет содержание и организацию образовательной и воспитательной деятельности по физическому развитию детей вторых младших групп №№ 1,2, средних гр. №№ 1,2 старших групп №№ 1,2 и подготовительных групп №№ 1,2 на 2023 – 2024 уч. год.

Цели Программы			
Название раздела ФОП ДО		пункты	страницы
II. Целевой раздел ФОП ДО		п.14.1.	стр.4
Целью программы является разностороннее развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций.			
Задачи Программы			
Название раздела ФОП ДО		пункты	страницы
II. Целевой раздел ФОП ДО		п.14.2.	стр.4-5
1	обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;		
2	приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям российского народа – жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей;		
3	построение (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;		
4	создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;		
5	охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;		
6	обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;		
7	обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности;		
8	достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования.		
Принципы дошкольного образования, установленные ФГОС ДО и используемые в Программы			
ФГОС ДО	Название раздела ФОП ДО	пункты	страницы
	II. Целевой раздел ФОП ДО	п.14.3.	стр.5
При нумерации принципов используется знак /; первая цифра обозначает нумерацию принципов ФГОС ДО, вторая цифра обозначает нумерацию принципов ФОП ДО.			
1	полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возрастов), обогащение (амплификация) детского развития;		
2	построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания		

	своего образования, становится субъектом образования;	
3	содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;	3 содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников (далее вместе – взрослые);
		4 признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
4/5	поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;	
5/6	сотрудничество ДОО с семьей;	
6/7	приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;	
7/8	формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;	
8/9	возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);	
9/10	учет этнокультурной ситуации развития детей.	

Планируемые результаты освоения/реализации Программы

Планируемые результаты освоения Программы представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка дошкольного возраста на разных возрастных этапах и к завершению дошкольного образования.

Степень выраженности возрастных характеристик возможных достижений может различаться у детей одного возраста по причине высокой индивидуализации их психического развития и разных стартовых условий освоения образовательной программы. Обозначенные различия не должны быть констатированы как трудности ребенка в освоении Программы и не подразумевают его включения в соответствующую целевую группу.

Планируемые результаты реализации Программы представлены в соответствии с возрастными характеристиками списочного состава обучающихся дошкольного образовательного учреждения.

Название раздела ФОП ДО	пункты	страницы
II. Целевой раздел ФОП ДО	п.15	стр.5-17
к четырём годам	15.3.1.	стр. 8-10
к пяти годам	15.3.2.	стр. 10-12
к шести годам	15.3.3.	стр. 12-15
на этапе завершения освоения Программы (к концу дошкольного возраста)	15.4	стр. 15-17

Материалы по данному разделу представляются в ПРИЛОЖЕНИИ 5(гиперссылка) «Материалы педагогической диагностики» и включают: описание структуры «Карты развития обучающегося», описание инструментария педагогической диагностики.

СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

I. Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития

3 - 4	4 - 5	5 - 6	6 – 7
<p>Обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре.</p>	<p>Обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр.</p>	<p>Обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки.</p>	<p>Обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки. Требуется добавить: освоение новых элементов спортивных игр и совершенствование сформированных умений и навыков в предыдущих возрастных периодах.</p>
<p>Развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал.</p>	<p>Формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), ориентировку в пространстве, развивать координацию, меткость,</p>	<p>Развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, равновесие, координацию, мелкую моторику, точность и меткость.</p>	<p>Развивать психофизические качества (точность, меткость, глазомер, мелкая моторика), ориентировку в пространстве, самоконтроль, самостоятельность, творчество.</p>
	<p>Воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений.</p>	<p>Воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде.</p>	<p>Поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при ее организации, партнерское взаимодействие в команде.</p>

		Воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха.	Воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха.
Формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность.	Продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта.	Продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов.	Формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта.
Укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.	Укреплять здоровье ребенка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания.	Укреплять здоровье ребенка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания.	Сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания,
Закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни	Формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности	Расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха.	Расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах

			безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий.
		Воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.	Воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.

II. Содержание образовательной деятельности.			
3 - 4	4 - 5	5 - 6	6 – 7
Педагог формирует умение: организовано выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях.	Педагог формирует и закрепляет: двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при: выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр.	Педагог формирует, закрепляет и совершенствует: двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживает детскую инициативу.	Педагог создает условия для дальнейшего совершенствования и закрепления основных движений, развития психофизических качеств и способностей, общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений и их комбинаций, спортивных упражнений, освоения элементов спортивных игр, игр-эстафет.
Педагог формирует умение организовано выполнять по показу общеразвивающие, музыкально - ритмические упражнения; создает условия для активной двигательной деятельности и положительного эмоционального состояния детей.	Помогает: точно принимать исходное положение, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками,	Поощряет стремление выполнять упражнения технично, рационально, экономно, выразительно, в соответствии с разнообразным характером музыки, ритмом, темпом, амплитудой.	

<p>1. Педагог воспитывает/ формирует умение слушать и следить за показом, умение выполнять предложенные задания сообща, действуя, в общем, для всех темпе.</p>	<p>Педагог воспитывает/ формирует: умение слышать и выполнять указания, умение ориентироваться на словесную инструкцию; Поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений</p>	<p>Закрепляет умение осуществлять самоконтроль за соблюдением техники выполнения упражнений; самоконтроль оценку качества выполнения упражнений другими детьми;</p>	<p>В процессе организации разных форм физкультурно-оздоровительной работы педагог обучает детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль давать оценку качества выполнения упражнений.</p>
<p>Организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре.</p>	<p>Поддерживает стремление соблюдать правила в подвижной игре; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.</p>	<p>Создает условия для освоения элементов спортивных игр, использует игры-эстафеты; Поощряет осознанное выполнение упражнений и соблюдение правил в подвижных играх: поддерживает предложенные детьми варианты их усложнения; поощряет проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками.</p>	<p>Поддерживает стремление творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности; на занятиях гимнастикой; самостоятельно организовывать и придумывать подвижные игры; общеразвивающие упражнения; комбинировать их элементы, импровизировать.</p>
<p>Педагог продумывает и организует активный отдых</p>	<p>Начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм,</p>	<p>Организует для детей и родителей (законных представителей) туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги. с соответствующей тематикой</p>	<p>Поддерживает интерес к физической культуре, спорту и туризму, активному отдыху,</p>
<p>Приобщает детей к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности,</p>	<p>Формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности</p>	<p>Способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности.</p>	

Приобщает детей к здоровому образу жизни.	Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни.	Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образе жизни.	Педагог продолжает приобщать детей к здоровому образу жизни: расширяет и уточняет представления о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, оздоровительных мероприятиях
Формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки.	Формирует и закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.		
Воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.			
III. Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения)			
3.1. Основные виды движения			
3.1.1. Бросание, катание, ловля, метание			
3-4	4-5	5-6	6-7
катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; -прокатывание мячей в прямом направлении, друг другу, в ворота, бросание мячей воспитателю*	прокатывание мяча между* линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см; скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет;	прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой); прокатывание набивного мяча;	катание мяча правой и левой ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу; - прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей - Прокатывание мяча между предметами;* - прокатывание набивного мяча;**
подбрасывание мяча вверх и ловля его;	подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол; подбрасывание и ловля мяча не менее 3 - 4 раз подряд;	подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4 - 5 раз подряд;	-подбрасывание мяча вверх и ловля его в прыжке**

бросание мяча о землю и ловля его; бросание и ловля мяча в парах	бросание и ловля мяча в паре; бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; бросание мяча двумя руками из-за головы сидя; - бросание вдаль	- бросание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы: бросать вдаль предметы разного веса; -сидя бросать двумя руками из-за головы набивной мяч;**	-бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд, одной рукой не менее 10 раз;
бросание мяча вверх и о землю и ловля его*	отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд;	отбивание мяча об пол на месте 10раз	передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую;
бросание мяча воспитателю и ловля его обратно*	передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях;	перебрасывание мяча из одной руки в другую;	
- перебрасывание мяча, стоя парами лицом друг другу;**	перебрасывание мяча друг другу в кругу;	перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях;	перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; одной рукой от плеча;
перебрасывание мяча через сетку;	перебрасывание мяча через сетку;	перебрасывание мяча через сетку	- перебрасывание мяча через сетку
		ведение мяча 5 - 6 м;	ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу; -ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому);
произвольное прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от педагога	- прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога; - прокатывание обруча друг другу в парах;	- прокатывание обруча, бег за ним и ловля;	- совершенствование навыков владения обручем*
бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой; бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребенка, с расстояния 1,5 м;	-попадание мячом в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2 - 2,5 м.	-метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); -забрасывание его в баскетбольную	метание в цель из положения стоя на коленях и сидя; метание вдаль, метание в движущуюся цель; забрасывание мяча в баскетбольную корзину;

метание вдаль;		корзину.	
3.1.2. Ползание, лазанье			
3-4	4-5	5-6	6-7
ползание на четвереньках на расстояние 4 - 5 - 6 м до кегли (взять ее, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой);	ползание на четвереньках "змейкой" между расставленными кеглями	-ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени); -ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3 - 4 м), "змейкой" между кеглями	
ползание по гимнастической скамейке за катящимся мячом	ползание на четвереньках по наклонной доске по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками	ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад; на животе и на спине, отталкиваясь руками и ногами;	
проползание на четвереньках под 3- 4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м)	проползание в обручи, под дуги	проползание под скамейкой;	
ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске;	ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони	-ползание на животе; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по скамейке назад;	
влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее;	влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек;	лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом.	влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименным и разноименным
	переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1 - 2 рейки,		
-подлезание под дугу, не касаясь руками пола;	-подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком.	-переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле;	перелезание с пролета на пролет по диагонали; пролезание в обруч разными способами;
		-лазанье по веревочной лестнице; выполнение упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками);	
			влезание по канату на доступную

			высоту
3.1.3. Ходьба			
3-4	4-5	5-6	6-7
ходьба в заданном направлении небольшими группами, друг за другом, парами друг за другом	ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа движения	ходьба обычным шагом, в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты.	ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед; -ходьба выпадами, с закрытыми глазами, приставными шагами назад; -ходьба в приседе, с различными движениями рук, в различных построениях;
- ходьба по ориентирам (по прямой, по кругу; ходить, обходя предметы, враспынную, "змейкой"; ходьба с поворотом и сменой направления); ходьба на носках; - ходьба, высоко поднимая колени	- ходьба на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; - ходьба в противоположную сторону; - ходьба со сменой ведущего	- ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, на внешней стороне стопы - ходьба приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3 - 4 м;	- ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, на внешней стороне стопы
- ходьба, перешагивая предметы	- ходьба, перешагивая предметы; - ходьба, чередуя мелкий и широкий шаг, "змейкой"	- ходьба, перешагивая предметы; - ходьба, чередуя мелкий и широкий шаг, "змейкой", без ориентиров.	
- ходьба в разных направлениях; -ходьба с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше)	- ходьба в сторону, назад, на месте; - ходьба с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной).		
- ходьба по наклонной доске	- ходьба по наклонной доске с выполнением заданий		
- ходьба в чередовании с бегом;	- ходьба в чередовании с бегом, прыжками; - ходьба приставным шагом вперед, с остановкой по сигналу		
3.1.4. Бег			
3-4	4-5	5-6	6-7

-бег группами и по одному за направляющим, врассыпную, со сменой темпа; - бег по кругу, в парах; - бег по кругу, держась за руки	- бег в колонне по одному, высоко поднимая колени; - бег на месте; - бег в парах; - бег по кругу, держась за руки;	-бег в колонне по одному "змейкой", бег с пролезанием в обруч; - бег, высоко поднимая колени; - бег группами, оббегая предметы;	бег в колонне по одному, врассыпную, парами, тройками, четверками
- бег, оббегая предметы, между двух или вдоль одной линии;	- бег, оббегая предметы	-бег между расставленными предметами;	-бег, перешагивая рейки и другие невысокие препятствия**
- бег со сменой направления, с остановками; -бег мелким шагом; -бег на носках; -бег в чередовании с ходьбой; - бег убегающие от ловящего, ловля убегающего;	- бег со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; -бег мелким шагом; -бег на носках; -бег в чередовании с ходьбой; -бег врассыпную с ловлей и увертыванием.	- бег в заданном темпе; -бег мелким шагом и широким шагом; -бег на носках; -бег с ловлей и увертыванием, догоняя убегающих, и убегающая от ловящих;	- бег с остановкой по сигналу, в сочетании с прыжками (с линии на линию, из кружка в кружок) -бег мелким шагом и широким шагом; -бег на носках; -бег с ловлей и увертыванием, догоняя убегающих, и убегающая от ловящих;
- бег в течение 50 - 60 сек; - быстрый бег 10 - 15 м; - медленный бег 120 - 150 м	- непрерывный бег 1 - 1,5 мин; - медленный бег 150 - 200 м; - бег на скорость 20 м; - бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; - пробегание 30 - 40 м в чередовании с ходьбой 2 - 3 раза; - челночный бег 2x5	- непрерывный бег 1,5 - 2 мин; - медленный бег 250 - 300 м; - быстрый бег 10 м 2 - 3 - 4 раза; - бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; - челночный бег 2 x 10 м, 3 x 10 м; - пробегание на скорость 20 м;	- медленный бег до 2 - 3 минут; -быстрый бег 20 м 2 - 3 раза с перерывами; - бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; - челночный бег 3x10 м; - бег наперегонки; - бег по пересеченной местности; - бег 10 м с наименьшим числом шагов;
-перебегание подгруппами по 5 - 6 человек с одной стороны площадки на другую;		- бег с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих;	
		- бег под вращающейся скакалкой;	- бег со скакалкой;

			<ul style="list-style-type: none"> - бег в сочетании с прыжками; - бег, высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук - бег с захлестыванием голени назад; - бег, выбрасывая прямые ноги вперед; - бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению, сидя по-турецки, лежа на спине, головой к направлению бега);
3.1.5. Прыжки			
3-4	4-5	5-6	6-7
<ul style="list-style-type: none"> - прыжки на двух и на одной ноге; - прыжки на месте, 	<ul style="list-style-type: none"> прыжки на двух ногах на месте, прыжки на двух ногах на месте с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь; прямой галоп; 	<ul style="list-style-type: none"> подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь; на одной ноге; подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной; подпрыгивание с ноги на ногу, 	<ul style="list-style-type: none"> прыжки на месте и с поворотом кругом; прыжки смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук; подпрыгивания вверх из глубокого приседа; прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек;
<ul style="list-style-type: none"> прыжки, продвигаясь вперед на 2 - 3 м; 	<ul style="list-style-type: none"> подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2 - 3 м; 	<ul style="list-style-type: none"> - прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3 - 4 м; - прыжки на одной ноге (правой и левой) 2 - 2,5 м; 	
<ul style="list-style-type: none"> -прыжки через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону); - прыжки через 2 линии (расстояние 25 - 30 см), 	<ul style="list-style-type: none"> - прыжки через 4 - 6 линий (расстояние между линиями 40 - 50 см); - прыжки из обруча в обруч (плоский) по прямой; 	<ul style="list-style-type: none"> - прыжки, продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок; - прыжки из обруча в обруч (плоский) по прямой; - перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); - прыжки в длину с места (от 50 см и более, с учётом индивидуальных 	

<ul style="list-style-type: none"> - прыжки через 4 - 6 параллельных линий (расстояние 15 - 20 см); - прыжки из обруча в обруч (плоский) по прямой; - прыжки в длину с места (не менее 40 см); 	<ul style="list-style-type: none"> - прыжки в длину с места (не менее 40-50 см.) 	<ul style="list-style-type: none"> возможностей) 		
<ul style="list-style-type: none"> - спрыгивание (высота 10 - 15 см), 	<ul style="list-style-type: none"> - спрыгивание со скамейки (высота 15-20 см) 	<ul style="list-style-type: none"> - спрыгивание с высоты (высота 20-25 см) в обозначенное место; 		
		<ul style="list-style-type: none"> - впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами; 	<ul style="list-style-type: none"> - впрыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага; 	
	<ul style="list-style-type: none"> - прыжки стараясь достать предмет, подвешенный над головой; 	<ul style="list-style-type: none"> - прыжки в высоту с разбега; - прыжки в длину с разбега. 	<ul style="list-style-type: none"> прыжки в длину и в высоту с места и с разбега на соревнование 	
	<ul style="list-style-type: none"> - выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; 	<ul style="list-style-type: none"> - подпрыгивание на месте 30 - 40 раз подряд 2 раза; - подпрыгивание на одной ноге 10 - 15 раз; 	<ul style="list-style-type: none"> - подпрыгивания на двух ногах 30 раз в чередовании с ходьбой, 	
	<ul style="list-style-type: none"> - попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой 	<ul style="list-style-type: none"> - прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3 - 5 см); - перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом; - прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку. 	<ul style="list-style-type: none"> - прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них; - прыжки с ноги на ногу; - бег со скакалкой; - прыжки через обруч, вращая его как скакалку; - прыжки через длинную скакалку - пробегание под вращающейся скакалкой, прыжки через вращающуюся скакалку с места; - вбегание под вращающуюся скакалку - прыжок - выбегание; 	

			-пробегание под вращающейся скакалкой парами.
3.1.6. Упражнения в равновесии			
3-4	4-5	5-6	6-7
<p>- ходьба по прямой и извилистой дорожке (ширина 15 - 20 см, длина 2 - 2,5 м), обычным и приставным шагом;</p> <p>- ходьба на носках, с остановкой.</p> <p>-ходьба с выполнением заданий (присесть, встать и продолжить движение);</p>	<p>ходьба по доске до конца и обратно с поворотом;</p> <p>ходьба по доске, (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны);</p>	<p>ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой;</p>	<p>педагог способствует совершенствованию двигательных навыков детей;</p> <p>стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза;</p>
<p>- ходьба по гимнастической скамье</p>	<p>ходьба по гимнастической скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны);</p>	<p>- стойка на гимнастической скамье на одной ноге;</p> <p>- поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье;</p> <p>- пробегание по скамье;</p>	<p>- ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием посередине палки, пролезанием в обруч, приседанием и поворотом кругом;</p> <p>- ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку скамейки;</p> <p>- ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок</p>
ходьба с перешагиванием рейки лестницы, лежащей на полу		ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком;	
ходьба по шнуру, плоскому обручу, лежащему на полу, приставным шагом;	ходьба по шнуру с мешочком на ладони вытянутой вперёд на ладони руки;**	ходьба по шнуру с песочным мешочком на голове***	ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони;
-ходьба по ребристой доске; - ходьба по наклонной доске;	ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней;	-ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске;	- ходьба по наклонной доске вверх и вниз;

		<p>ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой);</p> <p>- ходьба по наклонной доске вверх и вниз;</p> <p>- стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе;</p> <p>- пробегание по наклонной доске вверх и вниз;</p>	<p>- стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе;</p> <p>- пробегание по наклонной доске вверх и вниз</p>
		приседание после бега на носках, руки в стороны;	
- кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны.		- кружение парами, держась за руки; - "ласточка".	- кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы;
			- кружение после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение "ласточки".
			<p>- прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колене другой ноги мешочек с песком;</p> <p>- подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя (прокатывая) перед собой набивной мяч;</p> <p>- стойка на носках</p>
3.2. Общеразвивающие упражнения			
3.2.1. Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса			
3-4	4-5	5-6	6-7
поднимание и опускание прямых рук вперед;	- основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед	- поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно,	- поднимание и опускание рук (одновременное, поочередное и последовательное) вперед, в

	грудью);	последовательно	сторону, вверх
основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью);		- поднимание рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь ее затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине; - сгибание и разгибание рук; - круговые движения вперед и назад;	
отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно);		поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь);	
перекладывание предмета из одной руки в другую		перекладывание предмета из одной руки в другую впереди /перед собой и сзади себя /за спиной	
хлопки над головой и перед собой;		хлопки впереди / перед собой и сзади себя / за спиной ;	
махи руками;	сгибание и разгибание рук, махи руками;	махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя	махи и рывки руками
упражнения для кистей рук	сжимание и разжимание кистей рук, вращение кистями;	сжимание и разжимание кистей	сжимание пальцев в кулак и разжимание;
выполнение упражнений пальчиковой гимнастики;	выполнение упражнений пальчиковой гимнастики;		
	-повороты головы вправо и влево, наклоны головы	повороты головы вправо и влево, наклоны головы*	
3.2.2. Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника:			
3-4	4-5	5-6	6-7
потягивание, приседание, обхватив руками колени	- приседания на всей стопе и на носках, держа ноги вместе или разведя колени в стороны, с различным исходным положением рук (руки вперед, к плечам, в стороны)** - совершенствование полученных ранее навыков**		
наклоны вперед и в стороны	наклоны вперед, вправо, влево,	наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево	наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя
повороты со спины на живот и обратно	повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя		повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений
сгибание и разгибание ног из положения сидя		сгибание и разгибание и скрещивание их из исходного положения лежа на спине	

поднимание и опускание ног из положения лежа	поочередное поднимание ног из положения лежа на спине, на животе, стоя на четвереньках	поднимание ног из исходного положения лежа на спине	поочередное поднимание и опускание ног лежа на спине
3.2.3. Упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса:			
3-4	4-5	5-6	6-7
поднимание и опускание ног, согнутых в коленях		поочередное поднимание и опускание ног из положения лежа на спине, руки в упоре	
<ul style="list-style-type: none"> - сгибание и разгибание ног; - отведение ноги вперед, в сторону, назад; - поднимание на носки и опускание на всю ступню; 			
приседание с предметами, поднимание на носки	приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны;	приседание, обхватывая колени руками;	приседания у стены (затылок, лопатки, ягодицы и пятки касаются стены);
выставление ноги вперед, в сторону, назад;	выставление ноги на пятку (носок);	совершенствование ранее приобретённых навыков**	
	махи ногами;		<ul style="list-style-type: none"> - махи ногами из положения стоя, держась за опору, лежа на боку, сидя, стоя на четвереньках; - выпады вперед и в сторону
	захватывание стопами и перекладывание предметов с места на место.	захватывание предметов ступнями и пальцами ног и перекладывание их с места на место	<ul style="list-style-type: none"> - захватывание предметов ступнями и пальцами ног, перекладывание их с места на место. - подошвенное и тыльное сгибание и разгибание стоп;
<ul style="list-style-type: none"> - упражнения из разнообразных исходных положений: сидя, лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги вместе, врозь; руки вниз, на поясе, перед грудью, за спиной); - упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими) 			
			<ul style="list-style-type: none"> - упражнения с разноименными движениями рук и ног, с усложнением исходных положений и техники выполнения.

3.3. Ритмическая гимнастика			
3.3.1. Музыкально-ритмические упражнения,			
3-4	4-5	5-6	6-7
- разученные на музыкальных занятиях, педагог включает в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры:	- разученные на музыкальном занятии, педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры.	- комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, некоторые из упражнений в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры.	- комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры.
3.3.2. Рекомендуемые упражнения			
3-4	4-5	5-6	6-7
ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки,	ритмичная ходьба и бег под музыку в разном темпе;	ходьба и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах	- танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками,
на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом;	на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком,	- на носках, пружинящим, топающим шагом, "с каблука", вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа легкий ритмичный бег на носках,	
- поочередное выставление ноги вперед, на пятку, притопывание, приседания "пружинки", кружение;	- выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное "выбрасывание" ног		- поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, на носок, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад в сторону, кружение,
	- прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку;	различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение);	

- имитационные движения - разнообразные упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и так далее)	движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками.	подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружение по одному и в парах, комбинации из двух-трех освоенных движений.	подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону на носок и на пятку, комбинации из двух-трех движений в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук, в сторону в такт и ритм музыки.
3.3.3. Строевые упражнения			
3-4	4-5	5-6	6-7
Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам.	Построение в колонну по одному, по два, по росту, в рассыпную.	Построение по росту, поддерживая равнение в колонне, шеренге; построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг.	Быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному и по два, в круг, в шеренгу; равнение в колонне, шеренге.
Перестроение в колонну по два, в рассыпную.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; перестроение из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении.	Перестроение в колонну по три, в две шеренги на месте и при передвижении; ходьба "змейкой", расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары.	Перестроение из одной колонны в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2 - 3); расчет на первый - второй и перестроение из одной шеренги в две.
Смыкание и размыкание обычным шагом.	Размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без них.	Размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны.	Размыкание и смыкание приставным шагом.
Повороты направо и налево переступанием.	Повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.	Повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком.	Повороты направо, налево, кругом; повороты во время ходьбы на углах площадки.
4. Подвижные игры			
3-4	4-5	5-6	6-7
Педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и	Педагог продолжает: - закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх,	Педагог продолжает закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, в	Педагог продолжает знакомить детей с подвижными играми, поощряет использование детьми в

<p>несюжетные подвижные игры</p>	<p>- поощряет желание выполнять роль водящего, развивает пространственную ориентировку, самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников.</p>	<p>играх с элементами соревнования, играх-эстафетах, оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность</p>	<p>самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр (в том числе, игр с элементами соревнования, игр-эстафет), способствующих развитию психофизических и личностных качеств, координации движений, умению ориентироваться в пространстве. 2. Педагог поддерживает стремление детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; 3. Побуждает проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность. 4. Поощряет творчество детей, желание детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать.</p>
<p>Воспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка</p>	<p>Приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре).</p>	<p>Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно - волевых качеств, самостоятельности и сплоченности,</p>	<p>Продолжает воспитывать сплоченность, взаимопомощь, чувство ответственности за успехи и достижения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности. Способствует формированию духовно-нравственных качеств,</p>

просыпается, мяукает).	потягивается,		чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.	основ патриотизма и гражданской идентичности
5. Спортивные игры				
3-4	4-5	5-6	6-7	
		Педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.		
		Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5 - 6 м) и полукона (2 - 3 м); знание 3 - 4 фигур	Городки: бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение; знание 4 - 5 фигур, выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.	
		Элементы баскетбола: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам.	Элементы баскетбола: передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча); перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди,	

			над головой, сбоку, снизу, у пола и тому подобное) и с разных сторон; забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча; ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.
		Элементы футбола: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; ведение мяча ногой между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3 - 5 м); игра по упрощенным правилам.	Элементы футбола: передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте; ведение мяча "змейкой" между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота, игра по упрощенным правилам.
		Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом.	Бадминтон: перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.
			Элементы настольного тенниса: подготовительные упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену); подача мяча через сетку после его отскока от стола.
			Элементы хоккея: (без коньков - на снегу, на траве): ведение шайбы клюшкой, не отрывая ее от

			шайбы; прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживание шайбы клюшкой; ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними; забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева); попадание шайбой в ворота, ударяя по ней с места и после ведения.
6. Спортивные упражнения			
3-4	4-5	5-6	6-7
Педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.		Педагог продолжает обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.	
6.1. Катание на санках			
3-4	4-5	5-6	6-7
по прямой, перевоза игрушки или друг друга, и самостоятельно с невысокой горки.	подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.	по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки	игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.
6.2. Ходьба на лыжах:			
3-4	4-5	5-6	6-7
по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, с поворотами переступанием.	скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору "ступаящим шагом" и "полуелочкой".	по лыжне (на расстояние до 500 м); скользящим шагом; повороты на месте (направо и налево) с переступанием; подъем на склон прямо "ступаящим шагом", "полуелочкой" (прямо и наискось), соблюдая правила безопасного	скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500 - 600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий; попеременным двухшажным ходом (с палками); повороты переступанием в движении;

		передвижения.	поднимание на горку "лесенкой", "елочкой".
6.3. Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате:			
3-4	3-4	3-4	3-4
Катание на трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.	Катание на трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.	Катание на трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.	Катание на трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.
5. Формирование основ здорового образа жизни			
3-4	3-4	3-4	3-4
Педагог поддерживает стремление ребенка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками;	Педагог поддерживает стремление ребенка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками;	Педагог поддерживает стремление ребенка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками;	Педагог поддерживает стремление ребенка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками;
Формирует первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья	Уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него	Педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе).	Приучает детей следить за своей осанкой, формирует представление о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей.
Напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не	Напоминает о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не	Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках,	Дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при

толкать товарища, не нарушать правила.	толкать товарища, бегать в колонне, не обгоня друг друга и другое).	взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок.	активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем, оборудованием), во время туристских прогулок и экскурсий.
	Формирует первичные представления об отдельных видах спорта.	Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие) и выдающихся достижений российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья	Расширять представления о разных видах спорта (санный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и другие), спортивных событиях и достижениях отечественных спортсменов

Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов

Образовательные технологии		ФОП ДО	
1	Игровые технологии		
2	Здоровьесозидающие и здоровьесберегающие технологии		
Методы, используемые при организации воспитания и обучения		ФОП ДО	
ВОСПИТАНИЕ (п.23.6, стр.150)		ОБУЧЕНИЕ (п.23.6.1, стр. 150)	
1	методы организации опыта поведения и деятельности (приучение к положительным формам общественного поведения, упражнения, воспитывающие ситуации, игровые методы)	1	традиционные методы (словесные, наглядные, практические)
		2	методы, в основе которых положен характер познавательной деятельности детей
2	методы мотивации опыта поведения и деятельности (поощрение, методы развития эмоций, игры, соревнования, проектные методы)	3	репродуктивный метод предполагает создание условий для воспроизведения представлений и способов деятельности, руководство их выполнением (упражнения на основе образца педагога, беседа, составление рассказов с опорой на предметную или предметно-схематическую модель)
Средства для реализации Программы, представленные совокупностью материальных и идеальных объектов		ФОП ДО	
1	демонстрационные и раздаточные	<i>п.23.7 стр.151</i>	
2	визуальные, аудиальные, аудиовизуальные		
Средства, используемые для развития следующих видов деятельности детей		<i>п.23.8, стр.151</i>	
вид деятельности		предлагаемое оборудование	
двигательная		оборудование для ходьбы, бега, ползания, лазанья, прыгания, занятий с мячом и другое	

2.1.2.1. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Структура образовательной деятельности в ходе образовательного процесса представлена в таблице

занятия	Образовательная деятельность в ходе режимных моментов и совместной деятельности	Образовательная деятельность в ходе совместной деятельности	Самостоятельная деятельность детей
Три раза в неделю в помещении и на улице	Утренняя гимнастика Игры Игровые упражнения	Физкультурный досуг – один раз в месяц Спортивный праздник – 1 раз в 6 месяцев	Самостоятельные подвижные игры и игровые упражнения Спортивные игры и упражнения.

		Подвижные и спортивные игры и упражнения. Гимнастика после дневного сна. Дни здоровья – 1 раз в квартал. Индивидуальные занятия с ребёнком.	
--	--	--	--

2.1.2.2. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями обучающихся

Данный раздел Программы в таблице 8 описывает на основании п.26 ФОП ДО организацию взаимодействия педагогов и родителей по проектированию и реализации содержания Программы, в части, дополняющей, поддерживающей и тактично направляющей воспитательные действия родителей (законных представителей) обучающихся раннего и дошкольного возраста и кооперирующей общие усилия на совместную образовательную деятельность по созданию условий для реализации Программы.

Таблица 8

Цели		Задачи	
<i>п.26.1., стр.161</i>		<i>п.26.3. стр.161-162</i>	
1	обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов	1	информирование родителей (законных представителей) и общественности относительно целей ДО, общих для всего образовательного пространства Российской Федерации, о мерах господдержки семьям, имеющим детей дошкольного возраста, а также об образовательной программе, реализуемой в ДОО
		2	просвещение родителей (законных представителей), повышение их правовой, психолого-педагогической компетентности в вопросах охраны и укрепления здоровья, развития и образования детей
2	обеспечение единства подходов к воспитанию и обучению детей в условиях ДОО и семьи; повышение воспитательного потенциала семьи	3	способствование развитию ответственного и осознанного родительства как базовой основы благополучия семьи
		4	построение взаимодействия в форме сотрудничества и установления партнерских отношений с родителями (законными представителями) детей младенческого, раннего и дошкольного возраста для решения образовательных задач
		5	вовлечение родителей (законных представителей) в образовательный процесс
Принципы взаимодействия (<i>п.26.4. стр.162-163</i>)			

1	приоритет семьи в воспитании, обучении и развитии ребенка	в соответствии с Законом об образовании у родителей (законных представителей) обучающихся не только есть преимущественное право на обучение и воспитание детей, но именно они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка
2	открытость для родителей (законных представителей)	должна быть доступна актуальная информация об особенностях пребывания ребенка в группе; каждому из родителей (законных представителей) должен быть предоставлен свободный доступ в ДОО; между педагогами и родителями (законными представителями) необходим обмен информацией об особенностях развития ребенка в ДОО и семье
3	взаимное доверие, уважение и доброжелательность во взаимоотношениях педагогов и родителей (законных представителей)	при взаимодействии педагогу необходимо придерживаться этики и культурных правил общения, проявлять позитивный настрой на общение и сотрудничество с родителями (законными представителями). Важно этично и разумно использовать полученную информацию как со стороны педагогов, так и со стороны родителей (законных представителей) в интересах детей
4	индивидуально-дифференцированный подход к каждой семье	при взаимодействии необходимо учитывать особенности семейного воспитания, потребности родителей (законных представителей) в отношении образования ребенка, отношение к педагогу и ДОО, проводимым мероприятиям; возможности включения родителей (законных представителей) в совместное решение образовательных задач
5	возрастосообразность	при планировании и осуществлении взаимодействия необходимо учитывать особенности и характер отношений ребенка с родителями (законными представителями), прежде всего с матерью (преимущественно для детей младенческого и раннего возраста), обусловленные возрастными особенностями развития детей

Содержание направлений деятельности педагогического коллектива по построению взаимодействия (п.26.5. стр.163)

диагностико-аналитическое	просветительское	консультационное
1	2	3
получение и анализ данных: – о запросах семьи в отношении охраны здоровья и развития ребенка; – планирование работы с семьей с учетом результатов проведенного анализа; – согласование воспитательных задач	просвещение родителей (законных представителей) по вопросам: – выбора эффективных методов обучения и воспитания детей определенного возраста; – информирование об особенностях реализуемой образовательной программы;	1. консультации, 2. медиарепортажи и интервью; 3. совместные праздники и вечера, 4. семейные спортивные и тематические мероприятия,

2.1.4. Рабочая программа воспитания

2.1.4.I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ		ссылка ФОП ДО	
		№ п.п.	стр.
Общая цель воспитания		29.2.1.1	стр.174-175
личностное развитие каждого ребенка с учетом его индивидуальности и создание условий для позитивной социализации детей на основе традиционных ценностей российского общества, что предполагает:			
1	формирование первоначальных представлений о традиционных ценностях российского народа, социально приемлемых нормах и правилах поведения;		
2	формирование ценностного отношения к окружающему миру (природному и социокультурному), другим людям, самому себе;		
3	становление первичного опыта деятельности и поведения в соответствии с традиционными ценностями, принятыми в обществе нормами и правилами.		
Общие задачи воспитания:		29.2.1.2	стр.175
1	содействовать развитию личности, основанному на принятых в обществе представлениях о добре и зле, должном и недопустимом;		
2	способствовать становлению нравственности, основанной на духовных отечественных традициях, внутренней установке личности поступать согласно своей совести;		
3	создавать условия для развития и реализации личностного потенциала ребенка, его готовности к творческому самовыражению и саморазвитию, самовоспитанию;		
4	осуществлять поддержку позитивной социализации ребенка посредством проектирования и принятия уклада, воспитывающей среды, создания воспитывающих общностей		
Направление воспитания		29.2.2.	стр.175
5	Физическое и оздоровительное направление воспитания	29.2.2.5.	стр.176
Цель		Ценности:	
формирование ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, овладение элементарными гигиеническими навыками и правилами безопасности.		жизнь и здоровье	
<i>Физическое и оздоровительное направление воспитания основано на идее охраны и укрепления здоровья детей, становления осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека.</i>			
6	Трудовое направление воспитания	29.2.2.6	стр.177
Цель		Ценность:	
формирование ценностного отношения детей к труду, трудолюбию и приобщение ребенка к труду		труд	
<i>Трудовое направление воспитания направлено на формирование и поддержку привычки к трудовому усилию, к доступному напряжению физических, умственных и нравственных сил для решения трудовой задачи; стремление приносить пользу людям. Повседневный труд постепенно приводит детей к осознанию нравственной стороны труда. Самостоятельность в выполнении трудовых поручений способствует формированию ответственности за свои действия.</i>			
Целевые ориентиры воспитания детей		29.2.3.1.	стр.178
		29.3.2.	стр.179
Направление	Ценности	Целевые ориентиры	Целевые ориентиры детей на

воспитания		детей раннего возраста (к трем годам)	этапе завершения освоения программы	
Физическое и оздоровительное	Здоровье, жизнь	Понимающий ценность жизни и здоровья, владеющий основными способами укрепления здоровья - физическая культура, закаливание, утренняя гимнастика, личная гигиена, безопасное поведение и другое; стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих. Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества	Понимающий ценность жизни, владеющий основными способами укрепления здоровья - занятия физической культурой, закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены и безопасного поведения и другое; стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих. Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества Демонстрирующий потребность в двигательной деятельности. Имеющий представление о некоторых видах спорта и активного отдыха.	
Трудовое	Труд	Поддерживающий элементарный порядок в окружающей обстановке. Стремящийся помогать старшим в доступных трудовых действиях Стремящийся к результативности, самостоятельности, ответственности в самообслуживании, в быту, в игровой и других видах деятельности (конструирование, лепка, художественный труд, детский дизайн и другое).	Понимающий ценность труда в семье и в обществе на основе уважения к людям труда, результатам их деятельности. Проявляющий трудолюбие при выполнении поручений и в самостоятельной деятельности.	
2.1.4.2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ			29.3	стр.181
Задачи воспитания в образовательных областях			ссылка ФОП ДО	
			<i>№ п.п.</i>	<i>стр.</i>
			29.3.4.	стр.182

Решение задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье».	7)	стр.184
<i>Для проектирования содержания воспитательной работы необходимо соотнести направления воспитания и образовательные области. Содержание Программы воспитания реализуется в ходе освоения детьми дошкольного возраста всех образовательных областей, обозначенных в ФГОС ДО.</i>		
Формы совместной деятельности в образовательной организации	29.3.5	стр.185
<p>События образовательной организации</p> <p>Событие предполагает взаимодействие ребенка и взрослого, в котором активность взрослого приводит к приобретению ребенком собственного опыта переживания той или иной ценности. Событийным может быть не только организованное мероприятие, но и спонтанно возникшая ситуация, и любой режимный момент, традиции утренней встречи детей, индивидуальная беседа, общие дела, совместно реализуемые проекты и прочее.</p> <p>Проектирование событий позволяет построить целостный годовой цикл методической работы на основе традиционных ценностей российского общества, в котором педагогическая команда проектирует работу всего учреждения, каждой группы в целом, с подгруппами детей, с каждым ребенком. Сюда относятся:</p> <ul style="list-style-type: none"> – проекты воспитательной направленности; (ваш педагогический проект, название и цель) – праздники. 		

8. Активный отдых*			
8.2. Физкультурные досуги (перспективный план Приложение)			
3-4	4-5	5-6	6-7
Досуг организуется 1 - 2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе			
Продолжительность 20 - 25 минут. Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения. (9 досугов сюда расписываем)	Продолжительность 20 - 25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения.	Продолжительность 30 - 40 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания	Продолжительность 40 - 45 минут. Содержание досуга включает: подвижные игры, в том числе, игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, творческие задания.
8.3. Физкультурные праздники (перспективный план Приложение)			
3-4	4-5	5-6	6-7
	Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1 - 1,5 часов.		
	Педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей	Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры.	Содержание праздников предусматривают сезонные спортивные упражнения, элементы соревнования, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнений.
8.4. Дни здоровья (перспективный план Приложение)			
3-4	4-5	5-6	6-7
День здоровья проводится 1 (один) раз в квартал			
В этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия).	В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.	В этот день проводятся оздоровительные мероприятия и туристские прогулки.	В этот день педагог организует оздоровительные мероприятия, в том числе физкультурные досуги, и туристские прогулки.

1.1.4. Информация о состоянии здоровья детей представлена в Приложении 1

2.2. Взаимодействие с семьями воспитанников

В целях осуществления полноценного разностороннего развития каждого ребенка осуществляю активное взаимодействие и сотрудничество с родителями воспитанников.

Месяц	Тема консультаций	Тема выступлений на родительских собраниях	Оформление наглядной информации
В течение года	Выбор вида спорта для воспитанников	Внешний вид: форма одежды, обувь. О нагрузках на занятиях по физической культуре.	Объявления на информационных стендах в группах о спортивных секциях в районе.
Февраль	Подготовка к празднику «День защитника отечества»		

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1 Организация развивающей предметно-пространственной среды

В ДОУ имеются спортивный зал, оборудованный разнообразным спортивным инвентарем и спортивными атрибутами для физического развития детей.

IV. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОСНАЩЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА (оборудование и инвентарь)			
3 - 4	4 - 5	5 - 6	6 – 7
Мячи резиновые разных размеров (20 – 22, 14 - 16, 8 – 12 см).	Мячи резиновые разных размеров (20 – 22, 14 - 16, 8 – 12 см).	Мячи резиновые разных размеров (20 – 22, 14 - 16, 8 – 12 см). Набивные мячи массой от 500 гр. до 1 кг. Мячи футбольные, баскетбольные. Мячи надувные. Шары пластмассовые и деревянные (4 – 6, 8 – 12, 14 – 16 см).	Мячи резиновые разных размеров (20 – 22, 14 - 16, 8 – 12 см). Набивные мячи массой от 500 гр. до 1 кг. Мячи футбольные, баскетбольные. Мячи надувные. Шары пластмассовые и деревянные (4 – 6, 8 – 12, 14 – 16 см).
Палки гимнастические 75 - 80 см и 40 - 55 см, палки-шесты для групповых занятий длиной 2 - 2.5 м.	Палки гимнастические 75 - 80 см и 40 - 55 см, палки-шесты для групповых занятий длиной	Палки гимнастические 75 - 80 см и 40 - 55 см, палки-шесты для групповых занятий длиной	Палки гимнастические 75 - 80 см и 40 - 55 см, палки-шесты для групповых занятий длиной 2 - 2.5

	2 - 2.5 м.	2 - 2.5 м.	м.
Обручи гимнастические: большие диаметром 80 – 90 см, средние диаметром 60 – 75 см, малые диаметром 50 - 55 см. Обручи плоские диаметром 55 – 60 см. Кольца плоские диаметром по наружному краю от 15 см до 20 - 25 см.	Обручи гимнастические: большие диаметром 80 – 90 см, средние диаметром 60 – 75 см, малые диаметром 50 - 55 см. Обручи плоские диаметром 55 – 60 см. Кольца плоские диаметром по наружному краю от 15 см до 20 - 25 см.	Обручи гимнастические: большие диаметром 80 – 90 см, средние диаметром 60 – 75 см, малые диаметром 50 - 55 см. Обручи плоские диаметром 55 – 60 см. Кольца плоские диаметром по наружному краю от 15 см до 20 - 25 см.	Обручи гимнастические: большие диаметром 80 – 90 см, средние диаметром 60 – 75 см, малые диаметром 50 - 55 см. Обручи плоские диаметром 55 – 60 см. Кольца плоские диаметром по наружному краю от 15 см до 20 - 25 см.
Скакалки короткие длиной от 120 см до 190 – 200 см с ручками. Косички, верёвочки, шнуры длиной от 50 до 80 см. Верёвки длиной от 3 до 10 м.	Скакалки короткие длиной от 120 см до 190 – 200 см с ручками. Косички, верёвочки, шнуры длиной от 50 до 80 см. Верёвки длиной от 3 до 10 м.	Скакалки короткие длиной от 120 см до 190 – 200 см с ручками. Косички, верёвочки, шнуры длиной от 50 до 80 см. Верёвки длиной от 3 до 10 м.	Скакалки короткие длиной от 120 см до 190 – 200 см с ручками. Косички, верёвочки, шнуры длиной от 50 до 80 см. Верёвки длиной от 3 до 10 м.
Гимнастическая стенка высотой 2.5 – 2.7 метра и шириной пролёта 70 – 90 см. Лесенки-стремянки высотой 1.5 м и шириной пролёта 50 - 55 см. Приставная лестница с зацепами длиной 2 м и шириной 40 см.	Гимнастическая стенка высотой 2.5 – 2.7 метра и шириной пролёта 70 – 90 см. Лесенки-стремянки высотой 1.5 м и шириной пролёта 50 - 55 см. Приставная лестница с зацепами длиной 2 м и шириной 40 см.	Гимнастическая стенка высотой 2.5 – 2.7 метра и шириной пролёта 70 – 90 см. Лесенки-стремянки высотой 1.5 м и шириной пролёта 50 - 55 см. Приставная лестница с зацепами длиной 2 м и шириной 40 см.	Гимнастическая стенка высотой 2.5 – 2.7 метра и шириной пролёта 70 – 90 см. Лесенки-стремянки высотой 1.5 м и шириной пролёта 50 - 55 см. Приставная лестница с зацепами длиной 2 м и шириной 40 см.
Наклонная доска с зацепами длиной 2 м и шириной 20 - 25 см. Ребристая доска с зацепами длиной 1.5 м и шириной 20 см.	Наклонная доска с зацепами длиной 2 м и шириной 20 - 25 см. Ребристая доска с зацепами длиной 1.5 м и шириной 20 см.	Наклонная доска с зацепами длиной 2 м и шириной 20 - 25 см. Ребристая доска с зацепами длиной 1.5 м и шириной 20 см.	Наклонная доска с зацепами длиной 2 м и шириной 20 - 25 см. Ребристая доска с зацепами длиной 1.5 м и шириной 20 см.
Гимнастическая скамейка длиной 4 м и высотой 30 см.	Гимнастическая скамейка длиной 4 м и высотой 30 см.	Гимнастическая скамейка длиной 4 м и высотой 30 см.	Гимнастическая скамейка длиной 4 м и высотой 30 см.

		Стойки для прыжков в высоту 150 - 170 см.	Стойки для прыжков в высоту 150 - 170 см.
Навесные мишени размером 60 х 60 см с зацепами. Волейбольная сетка длиной 5 – 6 м и шириной 70 – 80 см.	Навесные мишени размером 60 х 60 см с зацепами. Волейбольная сетка длиной 5 – 6 м и шириной 70 – 80 см.	Навесные мишени размером 60 х 60 см с зацепами. Навесные баскетбольные щиты размером 60 х 70 см с кольцом диаметром 45 см и сеткой длиной 40 см. Волейбольная сетка длиной 5 – 6 м и шириной 70 – 80 см.	Навесные мишени размером 60 х 60 см с зацепами. Навесные баскетбольные щиты размером 60 х 70 см с кольцом диаметром 45 см и сеткой длиной 40 см. Волейбольная сетка длиной 5 – 6 м и шириной 70 – 80 см.
Дуги для подлезания высотой 60, 50, 40, 30 см с расстоянием между основаниями 50 см. Воротики для прокатывания мяча с расстоянием между основаниями 40, 50, 60 см.	Дуги для подлезания высотой 60, 50, 40, 30 см с расстоянием между основаниями 50 см. Воротики для прокатывания мяча с расстоянием между основаниями 40, 50, 60 см.	Дуги для подлезания высотой 60, 50, 40, 30 см с расстоянием между основаниями 50 см. Воротики для прокатывания мяча с расстоянием между основаниями 40, 50, 60 см.	Дуги для подлезания высотой 60, 50, 40, 30 см с расстоянием между основаниями 50 см. Воротики для прокатывания мяча с расстоянием между основаниями 40, 50, 60 см.
Кубики пластмассовые разного цвета с гранями размером 3х3, 5х5, 6х6 см. Кирпичики с размером основания 25х20, 20х15, 20х10 и высотой 5 см.	Кубики пластмассовые разного цвета с гранями размером 3х3, 5х5, 6х6 см. Кирпичики с размером основания 25х20, 20х15, 20х10 и высотой 5 см.	Кубики пластмассовые разного цвета с гранями размером 3х3, 5х5, 6х6 см. Кирпичики с размером основания 25х20, 20х15, 20х10 и высотой 5 см.	Кубики пластмассовые разного цвета с гранями размером 3х3, 5х5, 6х6 см. Кирпичики с размером основания 25х20, 20х15, 20х10 и высотой 5 см.
Набивные мешочки для метания в цель размером 6х9 и 7х10 см, массой 100 – 150 г и 200 – 250 г.	Набивные мешочки для метания в цель размером 6х9 и 7х10 см, массой 100 – 150 г и 200 – 250 г.	Набивные мешочки для метания в цель размером 6х9 и 7х10 см, массой 100 – 150 г и 200 – 250 г. Набивные мешочки для упражнений в равновесии размером 12х18 и 15х18 и массой 400 – 500 г.	Набивные мешочки для метания в цель размером 6х9 и 7х10 см, массой 100 – 150 г и 200 – 250 г. Набивные мешочки для упражнений в равновесии размером 12х18 и 15х18 и массой 400 – 500 г.
Кегли большие и малые, флажки цветные, ленты цветные с палочками и без	Кегли большие и малые, флажки цветные, ленты цветные с палочками и	Кегли большие и малые, гантели массой 200 – 500 г, флажки цветные,	Кегли большие и малые, гантели массой 200 – 500 г, флажки цветные,

палочек короткие и длинные, султанчики, платочки разноцветные 20x20 см.	без палочек короткие и длинные, султанчики, платочки разноцветные 20x20 см.	ленты цветные с палочками и без палочек короткие и длинные, султанчики, платочки разноцветные 20x20 см.	ленты цветные с палочками и без палочек короткие и длинные, султанчики, платочки разноцветные 20x20 см.
Гимнастические маты, дорожки для ходьбы и бега шириной 20 – 25 см и длиной от 2.5 до 5 – 6 м.	Гимнастические маты, дорожки для ходьбы и бега шириной 20 – 25 см и длиной от 2.5 до 5 – 6 м.	Гимнастические маты, дорожки для ходьбы и бега шириной 20 – 25 см и длиной от 2.5 до 5 – 6 м.	Гимнастические маты, дорожки для ходьбы и бега шириной 20 – 25 см и длиной от 2.5 до 5 – 6 м.
Атрибуты для подвижных игр (шапочки, маски, верёвки, ленточки и т.п.).	Атрибуты для подвижных игр (шапочки, маски, верёвки, ленточки и т.п.).	Атрибуты для подвижных игр (шапочки, маски, верёвки, ленточки и т.п.).	Атрибуты для подвижных игр (шапочки, маски, верёвки, ленточки и т.п.).
		Наборы для игры в бадминтон и в городки.	Наборы для игры в бадминтон и в городки. Ракетки, мячи и сетка для настольного тенниса.
Трёхколесные и двухколесные велосипеды, самокаты.	Трёхколесные и двухколесные велосипеды, самокаты.	Двухколесные велосипеды, самокаты.	Двухколесные велосипеды, самокаты.
			Футбольные ворота, хоккейные клюшки, шайбы.
Санки, лыжи.	Санки, лыжи.	Санки, лыжи.	Санки, лыжи.
			Бассейн, надувные игрушки, круги.

3.2 Кадровые условия реализации Программы

Ф.И. О педагога	Дата и место рождения	Образование	Спец-сть	Пед. стаж работы	Повышение квалификации за последние 3 года (где, когда, тема, кол – во часов)
Капитанова В.Н.	11.04.1956 г. Уфа Баш. АССР	Таджикский институт физической культуры имени М.И. Калинина	Физическая культура и спорт	32 год	ЦНОИ, 2018 г. «Организация физического воспитания детей в соответствии с ФГОС ДО» в объеме 72 часов.

3.3. Особенности организации образовательного процесса

В ДОУ разработана следующая модель организации воспитательно-образовательной работы с детьми по физическому развитию
Образовательный процесс по физическому развитию выстроен на основе перспективного планирования

3.5. Расписание непрерывной непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию на 2024 – 2025 учебный год

День недели	Физкультурный зал		Улица	
	№ группы	время	№ группы	время
Понедельник	подготовительная группа «Улыбка»	9.00 – 9.30	подготовительная группа «Звездочка»	11.00 – 11.30
	вторая младшая группа «Кузнечики»	9.40 – 9.55		
	вторая младшая группа «Ладушки»	10.10 – 10.25		
	<i>Физкультурное развлечение (1 неделя месяца) подготовительная группа «Звездочка»</i>			<i>11.00 – 11.40</i>

Вторник	средняя группа «Теремок»	9.00 – 9.20	средняя группа «Радуга»	11.00 – 11.20
	вторая младшая группа «Ладушки»	9.30 - 9.45		
	старшая группа «Почемучки»	9.55 – 10.25		
	<i>Физкультурное развлечение (4 неделя месяца) средняя группа «Радуга»</i>			<i>11.00 – 11.40</i>

Среда	подготовительная группа «Звездочка»	9.00 – 9.30	средняя группа «Теремок»	11.00 – 11.20
	подготовительная группа «Улыбка»	9.40 – 10.10		
	<i>Физкультурное развлечение (3 неделя месяца) средняя группа «Теремок»</i>			<i>11.00 – 11.40</i>
	<i>Физкультурное развлечение (2 неделя месяца) вторая младшая «Кузнечики»</i>			<i>11.00 – 11.20</i>

Четверг	средняя группа «Радуга»	9.00 – 9.20		
	вторая младшая группа «Кузнечики»	9.30 – 9.45		
	старшая группа «Почемучки»	9.55-10.20		
	<i>Физкультурное развлечение (1 неделя месяца) вторая младшая группа «Ладушки»</i>			<i>11.00 – 11.20</i>

Пятница	средняя группа «Радуга»	9.00 - 9.20	подготовительная группа «Улыбка»	11.00-11.30
	средняя группа «Теремок»	9.30 – 9.50	старшая группа «Почемучки»	11.00-11.30
	подготовительная группа «Звездочка»	10.00 – 10.30		
	<i>Физкультурное развлечение (2 неделя месяца)</i>			<i>11.00-11.40</i>

	<i>подготовительная группа «Улыбка»</i>	
	<i>Физкультурное развлечение (3 неделя месяца) старшая группа «Почемучки»</i>	<i>11.00-11.30</i>

3.6. Программно – методическое обеспечение образовательного процесса

ДООУ реализует образовательную программу дошкольного образования ГБДОУ детского сада №58 комбинированного вида Фрунзенского района Санкт-Петербурга, разработанную на основе примерной образовательной программы дошкольного образования (одобрена решением федерального учебно – методического объединения по общему образованию. Протокол от 20.05.2015 г. № 2/15).

Кроме того, в своей работе активно использую различные методические пособия, парциальные программы, педагогические технологии и методики

Образовательные области	Методические пособия
Физическое развитие	<p>Методические пособия</p> <p>Анисимова Т.Г., Савинова Е.Б, Физическое развитие детей 5-7 лет.</p> <p>Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.</p> <p>Воронова Е.К. Формирование двигательной активности детей 5-7 лет.</p> <p>Горбатенко О.Ф., Кардаильская Т.А., Попова Г.П. Физкультурно-оздоровительная работа.</p> <p>Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа (3-4 года).</p> <p>Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4-5 лет).</p> <p>Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5-6 лет).</p> <p>Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет.</p> <p>Подольская Е.И. Физическое развитие детей 2-7 лет: сюжетно – ролевые занятия.</p> <p>Сборник подвижных игр / Автор-сост. Э. Я. Степаненкова.</p> <p>Сидорова Т.Б. Познавательные физкультурные занятия. Подготовительная гр.</p> <p>Фролов В.Г., Юрко Г.П. Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста.</p>
Парциальные программы	<p>Верховскина Л.Г., Заикина Л.А. Гимнастика для детей 5-7 лет. Волгоград, Учитель. 2012 г.</p> <p>Ноткина Н.А. Программа развития и воспитания детей в детском саду. СПб. Детство – Пресс, 1996 г.</p> <p>Полтавцева Н.В. Физическая культура в дошкольном детстве. М., Просвещение, 1974 г.</p>
Педагогические технологии и методики	<p>Верхозина Л.Г. Гимнастика для детей 3 – 7 лет. М., «Учитель», 2008 г.</p> <p>Соколова Л.А. Комплексы сюжетных утренних гимнастик для дошкольников. СПб. Детство – Пресс, 2013 г.</p>

Перечень нормативных документов

Федеральный закон от 29.12.2012 №273 — ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Приказ "Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 г. №373 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»

СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"

СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

СанПиН 3.3686-21 “ Санитарные требования по профилактике инфекционных болезней”

Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 №1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».

Закон «Об образовании в СПб» от 26.06.2013 г. № 461-83.

Приказ Минобнауки РФ от 17.11.2010 СЭД-26-01-21-164 «О разработке основной общеобразовательной программы дошкольного образования».

Устав ГБДОУ детского сада № 58 комбинированного вида Фрунзенского района Санкт-Петербурга.

Годовой план работы ГБДОУ детского сада № 58 комбинированного вида Фрунзенского района Санкт-Петербурга на 2022 – 2023 уч. год.

Образовательная программа дошкольного образования ГБДОУ детского сада № 58 комбинированного вида Фрунзенского района Санкт - Петербурга.

Список литературы

1. Козак О.Н. Большая книга игр для детей от 3 до 7 лет. СПб., «Союз», 2002 г.

2. Сон С.Л., Шипошина Т.В., Иванова И.В. Сказки Страны здоровья. М. «Творческий Центр Сфера», 2018 г.

* Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Конспекты занятий для работы с детьми.- М., МОЗАИКА-СИНТЕЗ,2020

** Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду: пособие для воспитателя детского сада. - М., «Просвещение»,1986

*** Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. — М.: Издательский центр «Академия», 2006