

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ПЛАТОНОВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД**

ПРИНЯТО

На заседании педагогического совета
МБДОУ Платоновского детского сада
Протокол №1 от 01.09.2023г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ
Платоновским детским садом
В.В. Ткаченко



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**Образовательная область:
Физическое развитие**

**Вид организованной образовательной
деятельности: физическая культура**

Возрастная группа: 6-7 лет

**Сведения о разработчиках:
Ивлева А.Е., воспитатель**

2023-2024 учебный год

Пояснительная записка

Забота о всестороннем развитии подрастающего поколения постоянно находится в центре внимания российской Федерации. Очень важной, составной частью гармоничного развития личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание всех качеств должно начинаться с детства.

В процессе обучения дошкольников физической культуре в дошкольном образовательном учреждении происходит повышение функциональных возможностей детского организма, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные навыки.

Рабочая программа по физическому развитию детей 6-7 лет (далее – Программа) разработана на основе Основной образовательной программы дошкольного образования МБДОУ Платоновского детского сада, которая составлена в соответствии с:

- Федеральной образовательной программой дошкольного образования (ФОП ДО - приказ Минпросвещения России от 25.11.2022 № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования»),

- Федеральными государственными образовательными стандартами дошкольного образования (ФГОС ДО - приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2022 г. № 874 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 2 ноября 2022 г., регистрационный № 70809),

- особенностями образовательного учреждения, региона и муниципалитета,

- образовательными потребностями воспитанников и запросами родителей (законных представителей).

Рабочая программа определяет содержание и организацию образовательного процесса для детей 6-7 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по физическому развитию.

Данная Программа разработана с учетом следующих нормативных документов:

• Федерального закона «Об образовании в РФ» от 29 декабря 2012 г. № № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 53, ст. 7598; 2022, № 41, ст. 6959).

• Приказа Министерства просвещения РФ от 30 сентября 2022 г. № 874 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 2 ноября 2022 г., регистрационный № 70809).

• Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 (зарегистрировано Министерством юстиции 2 Пункт 21 статьи 2 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 53, ст. 7598). Российской Федерации 29 января 2021 г., регистрационный № 62296), действующим до 1 марта 2027 года. СанПиН 1.2.3685-21 – Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

• Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 (зарегистрировано Министерством юстиции 2 Пункт 21 статьи 2 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 53, ст. 7598). Российской Федерации 29 января 2021 г., регистрационный № 62296), действующим до 1 марта 2027 года. СанПиН 1.2.3685-21 – Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

• Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 18 декабря 2020 г, регистрационный № 61573), действующим до 1 января 2027 года. СП 2.4.3648-20

«Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

- Устава МБДОУ Платоновского детского сада.

Цель Программы: формирование физической культуры детей дошкольного возраста, культуры здоровья, первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека в соответствии с целостным подходом к здоровью, как единству физического, психологического и социального благополучия. Реализация данной цели связана с решением следующих задач:

- 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;
- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;
- формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;
- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха
- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;
- закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

Программа направлена на: приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает: воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека. Формирование у ребенка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни. Становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам. Воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств. Приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития. Формирование у ребенка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

Принципы построения программы:

- Полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- Построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- Поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- Приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- Формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;

- Возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- Учет этнокультурной ситуации развития детей;
- Сотрудничество ДОО с семьей.

Рабочая программа соответствует:

1. Принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребёнка.
2. Сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (содержание программы должно соответствовать основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики, при этом иметь возможность реализации в массовой практике дошкольного образования).
3. Соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяет решать поставленные цели и задачи только на необходимом и достаточном материале, максимально приближаться к разумному "минимуму").
4. Обеспечивает единство воспитательных, развивающих, обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации, которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста.
5. Строится с учётом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей.
6. Основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса.
7. Предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.
8. Предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми.

Интеграция образовательной области «Физическая развитие» с образовательными областями

Образовательная область	Задачи
«Социально-коммуникативное развитие»	Приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности. Формирование трудовых умений, навыков, воспитание трудолюбия, осмысленному отношению к точности и правильности выполнения движений; Знакомство с правилами безопасного поведения, предупреждение фактов травматизма
«Речевое развитие»	Совершенствование навыков общения в процессе спортивных игр, соревнований, развитие диалогической и монологической речи. Развитие свободного общения со взрослыми и детьми в части необходимости двигательной активности и физического совершенствования. Использование художественной литературы в качестве ознакомительного и развивающего момента, приобщение к устному фольклору

«Познавательное развитие»	Формирование представлений о здоровье, об организме, его потребностях, роли закаливания и правильного питания, освоение спортивной терминологии, знакомство с различными видами спорта, освоение двигательных навыков
«Художественно-эстетическое развитие»	Развитие творческих навыков при ознакомлении с различными видами спорта. Использование музыкальных произведений в качестве сопровождающего элемента, приобщение к различным музыкальным жанрам, знакомство с музыкальными произведениями спортивного характера (марш, песня-марш), развитие музыкально-ритмических навыков.

Возрастные и индивидуальные особенности детей 6-7 лет

Двигательная деятельность ребенка становится все более многообразной. Дети уже достаточно хорошо владеют основными движениями, им знакомы различные гимнастические упражнения, подвижные игры; начинается освоение разнообразных способов выполнения спортивных упражнений многих видов. Возрастают проявления самостоятельности, возникают творческие поиски новых способов действий, их комбинаций и вариантов. Начинают создаваться небольшие группировки по интересу к тому или иному виду упражнений.

На шестом году жизни ребенка его движения становятся все более злыми и носят преднамеренный характер. Развивается способность понимать задачу, поставленную воспитателем, самостоятельно выполнять указания педагога.

Дети обращают внимание на особенности разучиваемых упражнений, пытаются выяснить, почему следует проделывать их так, а не иначе. Во время объяснения у ребенка возникает мысленное представление о движении, его направлении, последовательности составных частей. Дети постепенно овладевают умением планировать свои практические и игровые действия, стремятся к их результативности.

Оценка ребенком движений, как своих, так и товарищей, приобретает более развернутый и обоснованный характер, что обуславливает большую ее объективность. Стремясь к правильной оценке, дети начинают понимать связь между способом движения и полученным результатом.

Дети начинают упражняться в движениях по своей инициативе, многократно повторять их без напоминаний воспитателя, пытаюсь освоить то, что не получается. При этом они довольно настойчиво преодолевают трудности. Растет уровень физической подготовленности дошкольников, создаются прочные психологические и физиологические основания для повышения их работоспособности путем целенаправленного развития двигательных качеств.

В результате регулярных занятий физической культурой, организованных воспитателем и самостоятельных, а также благодаря двигательной активности детей в повседневной жизни и играх повышается уровень развития их физических сил и возможностей, двигательных качеств и работоспособности. Это, с одной стороны, обуславливает дальнейшее совершенствование умений и навыков, усвоение новых способов сложнокоординированных действий и комбинаций движений (например, прыжков с разбега, разнообразных действий с мячом, торможений во время спусков с гор на лыжах и др.). С другой стороны, создаются предпосылки для целенаправленного воспитания у детей разнообразных физических качеств, в первую очередь ловкости и общей выносливости, скоростно-силовых, а также гибкости, координированной и точности действий. Вместе с ними у ребенка развивается способность поддерживать равновесие тела в условиях изменяющейся обстановки и нарастания напряженности усилий в процессе повторения действий с целью упражнения, тренировки. Для старших дошкольников характерно стремление к совершенствованию в двигательной деятельности. При разумной педагогической направленности оно оказывает большое влияние на развитие личностных качеств ребенка.

В двигательной деятельности у дошкольников складываются более сложные формы общения со взрослыми и между собой. У ребенка развивается чувство уважения к старшим, стремление подражать им, появляется желание помочь другому, чему-то научить. При этом существенное значение имеет направленность на достижение коллективного результата движения, игры.

Однако нередко поведение детей этого возраста обуславливают возникающие мотивы соперничества, соревнования. Возможны даже случаи негативного отношения детей к тем, кто хуже справляется с выполнением задания. Развитие моральных и волевых качеств детской личности — важная сторона педагогического руководства двигательной деятельностью в процессе физического воспитания.

Достижимый в старшей группе уровень развития детей в большой мере определяет готовность к учению в школе и перспективы дальнейшего совершенствования.

Задачи работы с детьми 6-7 лет

1. Учить детей анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей;
2. 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;
3. Развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;
4. Воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;
5. Укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
6. Расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;
7. 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.

Планируемые результаты реализации программы

Конечным результатом Образовательной программы является сформированность интегративных качеств ребенка (физических, интеллектуальных, личностных).

Физические качества: ребёнок физически развитый, овладевший основными культурно – гигиеническими навыками. У ребёнка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.

К пятилетнему возрасту при успешном освоении программы ожидается следующий уровень развития физических качеств ребенка.

- Может прокатывать мяч по гимнастической скамейке, прокатывание обруча, бег за ним и ловля; прокатывание набивного мяча; передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях; ведение мяча 5-6 м;
- Умеет метать в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метать вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и др.); перебрасывание мяча из одной руки в другую; подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд; перебрасывание мяча через сетку, забрасывание его в баскетбольную корзину.
- Может ползать 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; переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в

туннеле.

- Умеет бегать «змейкой», с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих; бег с пролезанием в обруч; непрерывный бег 1,5-2 мин; медленный бег 250-300 м; быстрый бег 10 м 2-3-4 раза; челночный бег 2x10 м, 3x10 м; пробегание на скорость 20 м.
- Может строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу, по росту; перестроение в колонну по три, в две шеренги на месте и при передвижении; размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком; ходьба «змейкой», расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары.
- Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол.
- Может скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 м).
- Ходит на лыжах скользящим шагом; умеет повороты на месте (направо и налево) с переступанием; подъем на склон прямо «ступаящим шагом», «полуелочкой» (прямо и наискось).
- Умеет кататься на санках: по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки.
- Может кататься на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с разворотом, с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила безопасного передвижения.
- Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.

К 7 годам при успешном освоении программы ожидается следующий уровень развития физических качеств ребенка.

- Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.
- Может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку.
- Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м). Владеет школой мяча.
- Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- Может подпрыгивать на двух ногах 30 раз в чередовании с ходьбой, на месте и с поворотом кругом; смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук; подпрыгивания вверх из глубокого приседа; прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек; прыжки в длину и в высоту с места и с разбега на соревнование.
- Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.
- Может выполнять упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений, наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя; поочередное поднятие и опускание ног лежа на спине.
- Ходит на лыжах скользящим шагом по лыжне, попеременным двухшажным ходом (с палками); повороты переступанием в движении; поднятие на горку «лесенкой», «елочкой».
- Умеет кататься на самокате: по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость.
- Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.

**Режим реализации программы
ООД «Физическая культура»**

Дошкольный возраст	Общее количество образовательных ситуаций в год	Количество образовательных ситуаций в неделю	Длительность образовательной ситуации	Форма организации образовательного процесса
5-6 лет	108	3	15 минут	групповая

Организация двигательного режима

Виды двигательной активности в режиме дня	Объем нагрузки
Утренняя гимнастика	Ежедневно
Гимнастика, стимулирующая деятельность речевых центров	Ежедневно, 2-3 мин
Физические упражнения и игровые задания	Ежедневно
Физкультминутки	Ежедневно, 2-3 мин
Подвижные игры на прогулке (утром) - сюжетные - бессюжетные - игры-забавы - эстафеты	Ежедневно
День Здоровья	1 раз в год

Дозированный бег	Ежедневно
Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно

**Тематический план
ООД «Физическая культура»**

Темы развивающих образовательных ситуаций на игровой основе	Объем учебной нагрузки (часы)
Ходьба	20
Бег	16
Прыжки	18
Катание, бросание и ловля, метание	26
Ползание и лазанье	17

Комплексно-тематическое планирование

Вид деятельности	Тема и цели детско-взрослой деятельности					Обеспечение интеграции направлений
	1 -я неделя 01.09.23 «Здравствуй. Детский сад! Профессии в детском саду. Игрушки»	2-я неделя 04.09.23-08.09.23 «Урожай» Фрукты	3-я неделя 11.09.23-15.09.23 «Урожай» Овощи	4-я неделя 18.09.23-22.09.23 «Урожай» Лес. Грибы. Ягоды	5-я неделя 25.09.22-29.09.22 «Край родной- Тамбовская область»	
1	2	3	4	5	6	7
Сентябрь						
<p>Целевые ориентиры: у детей развита крупная и мелкая моторика; они подвижны, выносливы, владеют основными движениями, могут контролировать свои движения и управлять ими. Имеют начальные представления о ЗОЖ. Воспринимают ЗОЖ как ценность.</p>						

<p>Физическая культура</p>	<p>1. Занятие 1 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.16 2.Занятие 2 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.18 3.Занятие 3 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.19</p>	<p>1. Занятие 4 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.21 2. Занятие 5 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.23 3. Занятие 6 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.23</p>	<p>1. Занятие 7 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.25 2. Занятие 8 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.27 3. Занятие 9 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.27</p>	<p>1. Занятие 10 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.28 2. Занятие 11 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.30 3. Занятие 12 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.31</p>	<p>1. Занятие 13 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.33 2. Занятие 14 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.35 3. Занятие 15 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.35</p>	<p>Социально-коммуникативное развитие: Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Познавательное развитие: Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта.</p>
-----------------------------------	---	---	---	--	--	---

	<p>1. Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге в рассыпную; учить сохранять устойчивое равновесие, формируя правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли), в прыжках с продвижением вперед; упражнять в перебрасывании мяча.</p> <p>2. Программное содержание, как в занятии 1.</p> <p>3. Программное содержание, как в занятии 1.</p>	<p>1. Повторить ходьбу и бег между предметами; учить ходьбе на носках; обучать энергичному отталкиванию двумя ногами от пола (земли) и взмаху рук в прыжках с доставанием до предмета (в высоту); упражнять в подбрасывании мяча вверх двумя руками; бег до 1,5 мин.</p> <p>2. Программное содержание, как в занятии 4.</p> <p>3. Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в рассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; развивать ловкость в беге, не задевая за предметы; повторить упражнения в прыжках; разучить игровые упражнения с мячом.</p>	<p>1. Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1 мин; упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; разучить подбрасывание мяча вверх; развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру.</p> <p>2. Программное содержание, как в занятии 4.</p> <p>3. Упражнять детей в непрерывном беге до 1 мин (в чередовании с ходьбой); разучить игровые упражнения с прыжками; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и координацию движений и ловкость в игре «Быстро возьми».</p>	<p>1. Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за край обруча; упражнять в сохранении устойчивого равновесия и прыжках с продвижением вперед.</p> <p>2. Программное содержание, как в занятии 9.</p> <p>3. Упражнять детей в непрерывном беге в колонне по одному, в перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер, упражнять в прыжках.</p>	<p>1. Учить детей перестроению в колонну по два; упражнять в непрерывном беге до 1 мин; учить ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; упражнять в перепрыгивании через шнуры и перебрасывании мяча.</p> <p>2. Программное содержание, как в занятии 13.</p> <p>3. Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; непрерывный бег до 1,5 мин; учить прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении, вести мяч правой и левой рукой (элементы баскетбола); упражнять в прыжках.</p>	
--	--	---	---	--	--	--

Вид деятельности	Тема и цели детско-взрослой деятельности				Обеспечение интеграции направлений
	1 -я неделя 02.10.23-06.10.23 «Я - человек. Части тела. Туалетные принадлежности»	2-я неделя 09.10.23-13.10.23 «Здоровей-ка. Виды спорта»	3-я неделя 16.10.23-20.10.23 «Мой дом. Мой город. Мой край. Моя планета»	4-я неделя 23.10.23-27.10.23 «Наш быт. Мебель»	

1	2	3	4	5	6
----------	----------	----------	----------	----------	----------

Октябрь

Целевые ориентиры: Медленно развиваются мелкие мышцы кисти. Необходимо как можно больше играть с детьми мячом. Развиваются и сердечно - сосудистая система и дыхательная. Объём лёгких примерно составляет 1500-2200 мл, и развивается под влиянием физических нагрузок.

1	2	3	4	5	6
<p>Физическая культура</p>	<p>1. Занятие 16 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.36</p> <p>2. Занятие 17 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.39</p> <p>3. Занятие 18 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.39</p>	<p>1. Занятие 19 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.41</p> <p>2. Занятие 20 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.43</p> <p>3. Занятие 21 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.43</p>	<p>1. Занятие 22 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.44</p> <p>2. Занятие 23 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.46</p> <p>3. Занятие 24 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.47</p>	<p>1. Занятие 25 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.49</p> <p>2. Занятие 26 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.51</p> <p>3. Занятие 27 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.52</p>	<p>Речевое развитие: Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.</p> <p>Художественно-эстетическое развитие: Обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развивать музыкально-ритмические способности детей, научить выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения.</p>

1	2	3	4	5	6
	<p>1. Разучить с детьми поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; упражнять в беге с перешагиванием через бруски; закрепить навык приземления на полусогнутые ноги при спрыгивании; повторить перебрасывание мяча друг другу и переползание через препятствия.</p> <p>2. Программное содержание, как в занятии 16.</p> <p>3. Упражнять в ходьбе на носках, пятках, беге до 1,5 мин; разучить игровые упражнения с мячом; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.</p> <p>Пособия. Мячи (диаметр 20—25 см) по количеству детей.</p>	<p>1. Продолжать отрабатывать навык ходьбы с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; бег врассыпную; развивать координацию движений и глазомер при метании мяча в цель; упражнять в подлезании под дугу с сохранением устойчивого равновесия.</p> <p>2. Программное содержание, как в занятии 19.</p> <p>3. Упражнять детей в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия; непрерывный бег до 2 мин; учить игре в бадминтон; упражнять в передаче мяча ногами (элементы футбола) друг другу; повторить игровое упражнение с прыжками.</p>	<p>1. Учить детей делать повороты во время ходьбы и бега в колонне по два (парами); повторить пролезание в обруч боком; упражнять в равновесии и прыжках.</p> <p>2. Программное содержание, как в занятии 22.</p> <p>3. Программное содержание, как в занятии 22.</p>	<p>1. Продолжать отрабатывать навык ходьбы с высоким подниманием колен, бег врассыпную; разучить переключивание малого мяча из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке; развивать ловкость и координацию движений; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча в шеренгах.</p> <p>2. Программное содержание, как в занятии 25.</p> <p>3. Упражнять в медленном беге до 1,5 мин, в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить игровые упражнения с мячом, в равновесии и прыжках.</p>	

Вид деятельности	Тема и цели детско-взрослой деятельности				Обеспечение интеграции направлений
	1 -я неделя 30.10.23-03.11.23 «Дружба. День народного единства»	2-я неделя 06.11.23-10.11.23 «Домашние птицы»	3-я неделя 13.11.23-17.11.23 «Животный мир (домашние)»	4-я неделя 20.11.23-24.11.23 «Животный мир (дикие) Кто как готовится к зиме?»	

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

Ноябрь

Целевые ориентиры: Артериальное давление у детей дошкольного возраста ниже, чем у взрослого человека. А физические нагрузки оказывают тренирующее воздействие на сердечно - сосудистую систему; под влиянием физических нагрузок вначале увеличивается частота пульса, максимальное и минимальное кровяное давление.

Физическая культура	1. Занятие 28 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.53	1. Занятие 31 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.57	1. Занятие 34 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.60	1. Занятие 37 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.64	Социально-коммуникативное развитие: Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий. Познавательное развитие: Развивать интерес к изучению себя и своих физических
	2. Занятие 29 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.55	2. Занятие 32 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.58	2. Занятие 35 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.62	2. Занятие 38 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.66	
	3. Занятие 30 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.55	3. Занятие 33 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.59	3. Занятие 36 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.62	3. Занятие 39 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.67	

1	2	3	4	5	6
	<p>1. Повторить ходьбу с изменением направления движения, бег между предметами; учить прыжкам на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед; упражнять в ползании по скамейке на животе и ведении мяча между предметами.</p> <p>2. Программное содержание, как в занятии 28.</p> <p>3. Повторить бег с перешагиванием через предметы; развивать точность движений и ловкость в игровом упражнении с мячом; упражнять в беге и равновесии.</p>	<p>1. Программное содержание, как в занятии 30.</p> <p>2. Программное содержание, как в занятии 30.</p> <p>3. Упражнять в медленном непрерывном беге, перебрасывании мяча в шеренгах; повторить игровые упражнения с прыжками и бегом.</p>	<p>1. Продолжать отрабатывать навык ходьбы в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять в подлезании под шнур боком, в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.</p> <p>2. Программное содержание, как в занятии 34.</p> <p>3. Повторить бег с преодолением препятствий; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом и с бегом.</p>	<p>1. Упражнять детей в беге колонной по одному с сохранением правильной дистанции друг от друга, в беге между предметами, не задевая их; разучить ходьбу по наклонной доске, сохраняя устойчивое равновесие и правильную осанку; отрабатывать навык прыжка на двух ногах с преодолением препятствий; упражнять в перебрасывании мяча друг другу.</p> <p>2. Программное содержание, как в занятии 1.</p> <p>3. Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками; упражнять в метании снежков на дальность.</p>	<p>возможностей: осанка, стопа, рост, движение.</p>

Вид деятельности	Тема и цели детско-взрослой деятельности					Обеспечение интеграции направлений
	1 -я неделя 27.11.23-01.12.23 «Идёт волшебница зима»	2-я неделя 04.12.23-08.12.23 «Зимние забавы и виды спорта»	3-я неделя 11.12.23-15.12.22 «Мастерская деда Мороза»	4-я неделя 18.12.23-22.12.23 2 «Новый год шагает по планете»	5-я неделя 25.12.23-29.12.23 «Зимушка - зима»	
1	2	3	4	5	6	
Физическое развитие	<p>1. Занятие 40 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.68</p> <p>2. Занятие 41 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.70</p> <p>3. Занятие 42 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с. 70</p>	<p>1. Занятие 43 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.71</p> <p>2. Занятие 44 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.73</p> <p>3. Занятие 45 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.74</p>	<p>1. Занятие 46 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.75</p> <p>2. Занятие 47 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.77</p> <p>3. Занятие 48 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.77</p>	<p>1. Занятие 49 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.80</p> <p>2. Занятие 50 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.82</p>	<p>3. Занятие 51 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с. 83</p>	<p>Речевое развитие: Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.</p> <p>Художественно-эстетическое развитие: Обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развивать музыкально-ритмические способности детей, научить выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения.</p>

	<p>1. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; разучить прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед; упражнять в ползании на четвереньках между кеглями, подбрасывании и ловле мяча.</p> <p>2. Программное содержание, как в занятии 4.</p> <p>3. Повторить ходьбу и бег между снежными постройками; упражнять в прыжках на двух ногах до снеговика, бросании снежков в цель; повторить игру «Мороз-Красный нос».</p>	<p>1. Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер, упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе и сохранении равновесия.</p> <p>2. Программное содержание, как в занятии 7.</p> <p>3. Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; упражнять в прыжках на двух ногах; повторить игровые упражнения с бегом и бросание снежков до цели.</p>	<p>1. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге врассыпную; учить влезать на гимнастическую стенку; упражнять в равновесии и прыжках.</p> <p>2. Программное содержание, как в занятии 10.</p> <p>3. Закреплять навык передвижения на лыжах скользящим шагом; разучить игровые упражнения с шайбой и клюшкой; развивать.</p>	<p>1. Упражнять детей ходить и бегать между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, забрасывании мяча в Кольцо, развивая ловкость и Глазомер.</p> <p>2. Программное содержание, как в занятии 13.</p>	<p>1. Продолжать учить детей передвижению на лыжах скользящим шагом; повторить игровые упражнения.</p>	
--	---	---	---	---	---	--

Вид деятельности	Тема и цели детско-взрослой деятельности			Обеспечение интеграции Направлений
	3 -я неделя 09.01.24-12.01.24 «Транспорт ПДД»	4-я неделя 15.01.24-19.01.24 «Волшебная вода»	5-я неделя 22.01.24-26.01.24 «Город мастеров»	
1	2	3	4	5
Январь				
<p>Целевые ориентиры: У дошкольников обмен веществ отличается высокой активностью (в 2-2.5 раза больше, чем у взрослого человека). При активной мышечной деятельности энергозатраты возрастают пропорционально интенсивности физических усилий. Полное удовлетворение энергетических запросов детского организма обеспечивается сбалансированным питанием, при котором калорийность пищи полностью соответствует расходу энергии.</p>				
Физическая культура	<p>1. Занятие 55 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.87</p> <p>2. Занятие 56 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.88</p> <p>3. Занятие 57 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.88</p>	<p>1. Занятие 58 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.90</p> <p>2. Занятие 59 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.91</p> <p>3. Занятие 60 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.92</p>	<p>1. Занятие 61 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.94</p> <p>2. Занятие 62 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.95</p> <p>3. Занятие 63 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.96</p>	<p>Социально-коммуникативное развитие: Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.</p>

1	2	3	4	5
	<p>1. Повторить ходьбу и бег между предметами; закрепить умение перебрасывать мяч друг другу; упражнять в пролезании в обруч и равновесии.</p> <p>2. Программное содержание, как в занятии 19.</p> <p>3. Закреплять навык скользящего шага; продолжать обучение спуску с пологого склона и подъему лесенкой> повторять игровые упражнения с бегом и прыжками; метание снежков на дальность.</p>	<p>1. Отрабатывать ходьбу и бег по кругу, держась за шнур; продолжать учить влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по скамейке, в прыжках с продвижением вперед и ведении мяча в прямом направлении.</p> <p>2. Отрабатывать ходьбу и бег по кругу, держась за шнур; продолжать учить влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по скамейке, в прыжках с продвижением вперед и ведении мяча в прямом направлении.</p> <p>3. Программное содержание, как в занятии 23.</p>	<p>1. Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, в непрерывном беге до 1,5 мин; продолжают учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске; упражнять в перепрыгивании через бруски и забрасывании мяча в корзину.</p> <p>2. Программное содержание, как в занятии 25.</p> <p>3. Упражнять детей в ходьбе по лыжне скользящим шагом, повторить боковые шаги; продолжать обучать спуску с гор и подъему; повторить игровые упражнения в перебрасывании шайбы друг другу и скольжении по ледяной дорожке.</p>	

Вид деятельности	Тема и цели детско-взрослой деятельности				Обеспечение интеграции Направлений
	1 -я неделя 29.01.24-02.02.24 «Этикет. Посуда. Народная культура и традиции»	2-я неделя 05.02.24-09.02.24 «Быть здоровыми хотим»	3-я неделя 12.02.24-16.02.24 «Миром правит доброта»	4-я неделя 19.02.24-23.02.24 «Наши защитники»	
1	2	3	4	5	6
Февраль					
Целевые ориентиры: У детей дошкольного возраста значительно повышается уровень произвольного управления своим поведением. Умение управлять своим поведением, оказывает воздействие на внимание, память, мышление. Развитию этих свойств, способствуют различные задания, поручения, требования. Формируются и интенсивно развиваются волевые качества у детей, а на их основе появляются новые потребности и интересы.					
Физическая культура	1. Занятие 64 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.97 2. Занятие 65 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.99 3. Занятие 66 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.99	1. Занятие 67 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.100 2. Занятие 68 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.102 3. Занятие 69 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.102	1. Занятие 70 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.103 2. Занятие 71 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.105 3. Занятие 72 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.106	1. Занятие 73 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.108 2. Занятие 74 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.110 3. Занятие 75 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.111	Познавательное развитие: Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.
1	2	3	4	5	6

	<p>1. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в ходьбе и беге враспынную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги при прыжках в длину с места; упражнять в подлезании под дугу и отбивании мяча о землю.</p> <p>2. Программное содержание, как в занятии 28.</p> <p>3. Упражнять в ходьбе на лыжах, метании снежков на дальность; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.</p>	<p>1. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; учить метанию мешочков в вертикальную цель; упражнять в подлезании под палку и перешагивании через нее.</p> <p>2. Программное содержание, как в занятии 31.</p> <p>3. Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками, бросание снежков на дальность и в цель.</p>	<p>1. Упражнять детей в медленном непрерывном беге; продолжать учить влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке и прыжках с ноги на ногу; упражнять в ведении мяча.</p> <p>2. Программное содержание, как в занятии 34.</p> <p>3. Материал на повторение, по усмотрению воспитателя.</p>	<p>1. Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове, удерживая равновесие и сохраняя хорошую осанку; упражнять в прыжках из обруча в обруч и перебрасывании мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер.</p> <p>2. Программное содержание, как в занятии 1.</p> <p>3. Повторить игровые упражнения с бегом; упражнять в перебрасывании шайбы друг другу, развивая глазомер и ловкость.</p>	
--	--	---	---	--	--

Вид деятельности	Тема и цели детско-взрослой деятельности					Обеспечение интеграции направлений
	1-я неделя 26.02.24-01.03.24 «Женский день»	2-я неделя 04.03.24-07.03.24 «В гостях у сказки»	3-я неделя 11.03.24-15.03.24 «Весна шагает по планете»	4-я неделя 18.03.24-22.03.24 «Поэты и писатели для детей»	5-я неделя 25.03.24-29.03.24 «Театр», «Цирк»	
Март						
Целевые ориентиры: Дети дошкольного возраста достаточно активны. Они умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны. Они умеют их сочетать в зависимости от окружающих условий.						
Физическая культура	1. Занятие 76 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.112 2. Занятие 77 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.114 3. Занятие 78 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.114	1. Занятие 79 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.116 2. Занятие 80 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.117 3. Занятие 81 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.117	1. Занятие 82 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.119 2. Занятие 83 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.121 3. Занятие 84 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.121	1. Занятие 85 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.123 2. Занятие 86 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.125 3. Занятие 87 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.125	1. Занятие 88 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.126 2. Занятие 89 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.128 3. Занятие 90 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.128	Речевое развитие: Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.
1	2	3	4	5	6	7

	<p>1. Упражнять в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и врассыпную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между кеглями.</p> <p>2. Программное содержание, как в занятии 4.</p> <p>3. Упражнять детей в непрерывном беге в среднем темпе; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.</p>	<p>1. Упражнять детей в ходьбе со сменой темпа движения и в беге врассыпную между предметами, упражнять в ползании по скамейке на ладонях и ступнях, в равновесии и прыжках.</p> <p>2. Программное содержание, как в занятии 7.</p> <p>3. Упражнять детей в беге на дистанцию 80 м в чередовании с ходьбой; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом.</p>	<p>1. Упражнять детей в ходьбе с перестроением в пары и обратно; закреплять умение в метании в горизонтальную цель; упражнять в подлезании под рейку в группировке и равновесии.</p> <p>2. Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом и бегом.</p> <p>3. Материал на повторение, по усмотрению воспитателя.</p>	<p>1. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; продолжать учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в прыжках на двух ногах и метании в вертикальную цель.</p> <p>2. Упражнять детей в ходьбе и беге в чередовании; Повторить игру с бегом «Ловишки-перебежки», эстафету с большим мячом.</p> <p>3. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей и пролезании в них.</p>	<p>1. Упражнять детей в прерывном беге, прокатывании обруча; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.</p> <p>2. Упражнять детей в ходьбе и беге колонной с остановкой по сигналу воспитателя, в беге врассыпную; закреплять исходное положение при метании мешочков в вертикальную цель; упражнять в ползании и равновесии.</p> <p>3. Повторить с детьми бег на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, с прыжками в с бегом.</p>	
--	---	--	--	---	---	--

Вид деятельности	Тема и цели детско-взрослой деятельности				Обеспечение интеграции направлений
	1-я неделя 01.04.24-05.04.24 «Встречаем птиц»	2-я неделя 08.04.24-12.04.24 «Приведем планету в порядок»	3-я неделя 15.04.24-19.04.24 «Маленькие исследователи»	4-я неделя 22.04.24-26.04.24 «Азбука безопасности»	
1	2	3	4	5	6
Апрель					
<p>Целевые ориентиры: У детей растут возможности различения пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, идёт на лыжах, едет на велосипеде и т.п. они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма. Совершенствуются основные виды движений, ярче проявляются индивидуальные особенности движения, зависящие от телосложения и возможностей ребёнка.</p>					
Физическая культура	1. Занятие 91 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.130 2. Занятие 92 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.131 3. Занятие 93 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.132	1. Занятие 94 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.133 2. Занятие 95 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.135 3. Занятие 96 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.136	1. Занятие 97 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.138 2. Занятие 98 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.140 3. Занятие 99 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.140	1. Занятие 100 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.141 2. Занятие 101 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.143 3. Занятие 102 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.143	Социально-коммуникативное развитие: Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в

	<p>1. упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде воспитателя. Повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер.</p> <p>Упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия.</p> <p>2. Материал на повторение, по усмотрению воспитателя</p> <p>3. упражнять в беге на скорость. Повторить игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом.</p>	<p>1. Лазанье: влезание на гимнастическую стенку; подлезание под палку, шнур; ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.</p> <p>2. Прыжки: на двух ногах, продвигаясь вперед; из обруча в обруч; перепрыгивание через шнуры.</p> <p>3. Материал на повторение, по усмотрению воспитателя.</p>	<p>1. упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде воспитателя, сохранении равновесия на повышенной опоре. Повторить упражнения в прыжках и с мячом.</p> <p>2. Упражнять детей в беге с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1,5 мин; повторить игровые упражнения с мячом, бегом.</p> <p>3. Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча друг другу и лазанье.</p>	<p>1. Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы. Разучить прыжок в длину с разбега. Упражнять в перебрасывании мяча.</p> <p>2. Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную между предметами, не задевая их; упражнять в бросании мяча о пол одной рукой и ловле двумя; упражнять в пролезании в обруч и равновесии.</p> <p>3. Развивать выносливость в непрерывном беге. Упражнять в прокатывании обручей, развивая ловкость и глазомер. Повторить игровые упражнения с мячом.</p>	<p>затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.</p>
--	--	---	--	---	---

Вид деятельности	Тема и цели детско-взрослой деятельности				Обеспечение интеграции направлений
	1-я неделя 29.04.24-08.05.24 «День победы»	2-я неделя 13.05.24-17.05.24 «День победы. Военные профессии»	3-я неделя 20.05.24-24.05.24 «Моя семья»	4-я неделя 27.05.24-31.05.24 «Мир природы. Насекомые»	
1	2	3	4	5	6
Май					
Целевые ориентиры: Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движения. Одним больше нравится бегать и прыгать, другим - играть с мячом и т. д. нередко детям нравятся те упражнения, которые лучше получаются. Взрослым необходимо поддерживать индивидуальные интересы детей.					
Физическая культура	1. Занятие 103 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.145 2. Занятие 104 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.146 3. Занятие 105 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.147	1. Занятие 106 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.148 2. Занятие 107 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.150 3. Занятие 108 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.150	1. Занятие 109 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.152 2. Занятие 110 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.154 3. Занятие 111 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.154	1. Занятие 112 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.155 2. Занятие 113 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.157 3. Занятие 114 Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду», с.158	<i>Познавательное развитие:</i> Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценности, поле
1	2	3	4	5	6

	<p>1. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и в рассыпную. Развивать ловкость в упражнениях с мячом и обручем. Повторить упражнения в равновесии.</p> <p>2. Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением темпа движения; повторить подвижную игру «Не оставайся на земле», игровые упражнения с мячом.</p> <p>3. Упражнять в беге на скорость. Повторить игровые упражнения с мячом и в прыжках.</p>	<p>1. Повторить ходьбу с изменением темпа движения. Развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе.</p> <p>2. С мячом: метание мяча на дальность; бросание мяча о стену; перебрасывание мяча друг другу.</p> <p>3. Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением темпа движения. Повторить игровые упражнения с мячом.</p>	<p>1. Упражнять детей в беге, развивая выносливость. Учить сохранять равновесие при ходьбе по повышенной опоре. Повторить метание мешочков в цель и прыжки через короткую скакалку.</p> <p>2. Равновесие: ходьба по скамейке боком приставным шагом; по шнуру, перешагивая через набивные мячи.</p> <p>3. Упражнять в беге между предметами. Повторить игровые упражнения с мячом.</p>	<p>1. Упражнять детей в беге на скорость, в подлезании под шнур. Повторить прыжки в высоту с разбега. Отрабатывать навыки метания мешочков вдаль.</p> <p>2. С мячом: метание мяча вдаль; забрасывание мяча в кольцо (корзину); перебрасывание мяча друг другу.</p> <p>3. Материал на повторение, по усмотрению воспитателя.</p>	
--	---	---	---	--	--

Содержание коррекционной работы для детей с ОВЗ

Необходимым условием эффективного развития детей с ограниченными возможностями здоровья является их физическое развитие. Это развитие всех видов моторики и зрительно-двигательной координации, которое служит основой для становления всех видов детской деятельности, способствует становлению устной и письменной речи и повышению познавательной активности детей.

Основной целью проведения физкультурных занятий с детьми с ОВЗ является формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями.

В детском саду физическому воспитанию уделяется особое внимание, как основному фактору сохранения и укрепления физического и психического здоровья. Занятия по физической культуре строятся с учётом индивидуальной особенности каждого ребёнка, подбирается специальный комплекс упражнений, дозировка физической нагрузки. От занятий не освобождается ни один ребёнок и каждый получает нагрузку, соответствующую его состоянию здоровья. Все занятия, и фронтальные и индивидуальные, носят игровой характер и не наносят вред здоровью ребёнка.

В содержание работы с детьми ОВЗ входят:

- Уменьшение физической нагрузки в процессе занятий;
- Адаптировано сложных для выполнения упражнений на более легкие;
- Исключение некоторых видов упражнений по медицинским показаниям;
- Формирование правильного отношения к физической культуре, к себе и к своему здоровью;
- Наблюдение за состоянием ребенка во время занятий физ. инструктором, медицинской сестрой, воспитателем группы;
- Мотивация на улучшение результатов (похвала);
- Релаксация во время занятия;
- Оказание помощи ребенку при выполнении упражнений;
- Предоставление дополнительного времени для выполнения заданий.

Работа с детьми с ограниченными возможностями здоровья строится по принципу сотрудничества, стараясь передать каждому ребёнку определённые знания, умения и навыки. Только при наличии подлинного сотрудничества взрослого и ребёнка можно добиться положительных результатов. Включаясь в оздоровительную работу, у таких детей появляется устойчивая мотивация и потребность в сохранении собственного здоровья и здоровья окружающих. Нельзя улучшить свою наследственность, нельзя изменить экологические условия своего существования, но образ жизни, который человек избирает, целиком зависит от него самого.

Практика показала, что на физкультурных занятиях при правильной организации, можно реализовать целый комплекс задач, не лишая детей двигательной нагрузки:

- закреплять представления детей об окружающем мире;
- обогащать словарь ребёнка;

- классифицировать предметы по форме, цвету, величине и др.;
- закреплять количество и счёт;
- ориентировку в пространстве.

Специфической направленностью в работе с этой категорией детей является ее коррекционно-компенсаторная сторона. Дети с ОВЗ нуждаются в повышении двигательной активности. Исправление нарушений физического развития, моторики и расширение двигательных возможностей таких детей, являются главным условием подготовки его к жизни. У большинства детей с ОВЗ отмечается недостаточный уровень развития познавательной сферы, незрелость мотивации к учебной деятельности, сниженный уровень работоспособности и самостоятельности. Поэтому поиск и использование активных форм, методов и приёмов обучения является одним из необходимых средств повышения эффективности коррекционно-развивающего процесса в работе воспитателя.

Не всегда мы получаем ожидаемую отдачу, положительную динамику результатов обучения. Но от этого работа каждодневная, кропотливая, порой незаметная для окружающих, не становится менее значимой.

Опыт работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья показывает, что при систематической работе по физическому воспитанию с включением системы коррекционно - восстановительных мероприятий можно добиться существенных результатов уже на ранних этапах обучения. И только совместными усилиями мы можем помочь детям с разным уровнем интеллектуального и физического развития успешно учиться в школе, жить в коллективе, адаптироваться в обществе.

Содержание психолого – педагогической работы с детьми с ОВЗ по формированию физического развития:

Содержание психолого-педагогической работы ориентировано на разностороннее развитие дошкольников с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей. Задачи психолого-педагогической работы по формированию физических, интеллектуальных и личностных качеств детей решаются интегрировано в ходе освоения всех образовательных областей наряду с задачами, отражающими специфику каждой образовательной области, с обязательным психологическим сопровождением. При этом решение программных образовательных задач предусматривается не только в рамках организованной образовательной деятельности, но и в ходе режимных моментов — как в совместной деятельности взрослого и детей, так и в самостоятельной деятельности дошкольников.

План работы с родителями на 2023-2024 учебный год

Месяц	Формы работы	Цель
Сентябрь	<i>Консультация «Задачи физического воспитания детей на 2022-2023 гг.»</i>	Познакомить родителей с физкультурно-оздоровительной работой и мероприятиями на групповом собрании.
Октябрь	<i>Анкетирование «Физическая культура и оздоровление»</i>	Выявить уровень знаний родителей по физкультурно-оздоровительному направлению.
Ноябрь	<i>Консультация «Значение режима дня для здоровья ребенка»</i>	Познакомить родителей с организацией здоровьесберегающей и физкультурно-оздоровительной среды в детском саду.
Декабрь	<i>Семейный фотоконкурс «Я и моя семья»</i>	Побуждать родителей к активному участию в совместной деятельности с детьми.
Январь	<i>Беседа «Выбор спортивного оборудования в зимний период»</i>	Помочь родителям приобщать детей к здоровому образу жизни, к заботе о собственном здоровье; пропаганда здорового образа жизни.
Февраль	<i>Конкурс рисунков на спортивную тематику – «Право на отдых»</i>	Установление эмоционально-положительного контакта родителей и детей в процессе совместной деятельности.
Март	<i>Беседа «Утренняя гимнастика»</i>	Познакомить родителей со структурой утренней гимнастики, последовательностью выполнения упражнений, дозировкой и длительностью.
Апрель	<i>Участие родителей в организации и проведении мероприятий «День здоровья»</i>	привлечение родителей к участию в организации мероприятий для повышения интереса детей к физической культуре.
Май	<i>Семинар-практикум, познакомить родителей с любимыми играми детей «Игры, в которые играют взрослые и дети»</i>	Рекомендации по приобретению спортивного инвентаря в домашний уголок здоровья.

Мониторинг физического развития дошкольников.

Для определения индивидуальных способностей детей, оценки начального уровня развития, с целью оптимизировать нагрузки при формировании двигательных навыков, инструктор по физкультуре, при участии медицинских работников, раза в год проводит диагностику, или, как теперь принято называть мониторинг физического развития дошкольников. **Мониторинг физического развития дошкольников позволяет:**

- определить уровень физического развития на начало и конец года;
- выявить динамику изменения уровня физического развития;
- оценить технику владения основными движениями;
- спланировать индивидуальную работу по формированию физических качеств;
- скорректировать план физкультурно-оздоровительных мероприятий;
- определить упущения в работе по физическому воспитанию.

Дать характеристику физического состояния организма в процессе физического воспитания можно проследив динамику физического развития, физической активности и физической подготовленности ребенка. Воспитатель оценивает физическую подготовленность детей (уровень сформированных психофизических качеств). Перед проведением мониторинга воспитателя необходимо знать группу здоровья детей и физкультурную группу (определяет врач по результатам обследования), чтобы выявить детей, нуждающихся в индивидуальном подходе, или детей, освобожденных от тестирования.

Оценка физической подготовленности

Воспитатель, оценивая физическую подготовленность детей, определяет качественные (усвоение детьми техники выполнения движений в соответствии с возрастом) и количественные (гибкость, выносливость, быстрота) показатели.

В программе « От рождения до школы», для каждой возрастной группы определены количественные показатели, таких психофизических качеств как быстрота (бег 30 м.);скоростно-силовых качеств (прыжки в длину с места, метание мешочка на дальность, бросание набивного мяча) ; выносливость (бег 90м., 120 м. , 150 м.) ;статическое равновесие, гибкость (наклон вперед из положения стоя) и ловкость (отбивание мяча об пол).

Мониторинг физической подготовленности проводится как в спортивном зале, так и на спортивной площадке ДООУ. **При проведении мониторинга** ведется протокол обследования, где фиксируются количественные показатели

(указываются цифры) и качественные показатели (указывается цвет). Уровень сформированности двигательных качеств определяется как Красный – высокий и выше среднего, синий- средний , зеленый- низкий. Сопоставление результатов на начало и конец года наглядно показывают динамику физической подготовленности детей. Результаты мониторинга физической подготовленности заносятся в протоколы (Приложение№2).

Учебно-методическое сопровождение

1. Оборудование:

- гимнастические скамейки;
- ребристые дорожки;

2. Инвентарь:

- гимнастические палки;
- обручи различного диаметра;
- флажки;
- кубики;
- ленточки;
- скакалки;
- мячи разного диаметра.

Развивающая предметно-пространственная среда

- рабочее пространство спортивный зал

Литература

1. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Пензулаева Л.И.
2. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа. Пензулаева Л.И.