

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
протокол № 1 от «16» августа 2017г

Утверждаю
Заведующий МАДОУ д/с № 119
Л.М. Ленковец
Приказ № 101 от 16 августа 2017 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**по образовательной области «Физическое развитие»
с детьми 5-6 лет**

**Разработчик программы:
Симакова Л.О.
(инструктор по физической культуре)**

**Калининград
2017 год**

СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Структура образовательной программы	
1.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ	3-12
1.1.	Пояснительная записка	3-5
1.1.2.	Цели и задачи реализации Программы	3-4
1.1.3.	Принципы и подходы к формированию программы	4-5
1.2.	Значимые характеристики для разработки и реализации Программы, в том числе характеристики особенностей развития детей	5-10
1.3.	Планируемые результаты освоения Программы	10-12
2.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ	12-41
2.1.1.	Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития ребенка	12-14
2.1.2.	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфика их образовательных потребностей и интересов.	14-18
2.2.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.	18-32
2.3.	Способы и направления поддержки детской инициативы	31-32
2.4.	Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.	32-34
2.5.	Наиболее существенные характеристики содержания Программы	35-36
2.6.	Коррекционная работа	36-40
2.7.	Особенности организации мониторинга	40
3.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	40-43
3.1.	Материально-техническое обеспечение Программы	40
3.1.1.	Специализированное учебное помещение	40
3.1.2.	Спортивная площадка	40
3.2.	Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	41
3.3.	Распорядок дня	41
3.4.	Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий	41
3.5.	Особенности организации, развивающей предметно-пространственной среды	42-43
3.6.	Краткая презентация	43

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа для детей 5-6 лет образовательной области "Физическое развитие" разработана с учетом специфики особенностей развития дошкольников и основных принципов построения психолого-педагогической работы, а также в соответствии с требованиями нормативных документов:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 14 ноября 2013 г. № 30384)
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2013 № 30038);
- Примерной образовательной программой дошкольного образования «Детство» Т.И.Бабаевой разработанной на основе и в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования.

Основу настоящей программы составляет содержание образовательной области «Физическое развитие»

1.1.2. Цели и задачи реализации Программы

Цели реализации Программы:

- охрана и укрепление физического и психического здоровья ребенка;
- формирование ценностей здорового образа жизни, развитие физических качеств детей, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка;
- организация разных видов деятельности ребенка и реализация программы в формах, специфических для детей 5-6 лет, прежде всего в форме игры, в форме двигательной активности, обеспечивающей физическое развитие ребенка, обеспечивающих достижение планируемых результатов освоения программы;
- развитие физических способностей и потенциала каждого ребенка;
- привлечение родителей (законных представителей), педагогических работников к здоровому образу жизни;
- организация мониторинга для обеспечения индивидуального подхода к детям, развития их склонностей и способностей.

Задачи реализации Программы:

1. Развивать умения осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений).
2. Развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей.
3. Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях.
4. Развивать творчество в двигательной деятельности.
5. Воспитывать у детей стремление самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.
6. Развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу.
7. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.
8. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании, развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и здоровьесформирующего поведения.
9. Развивать самостоятельность детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек здорового образа жизни.
10. Развивать умения элементарно описывать свое самочувствие и привлекать внимание взрослого в случае недомогания.

В учебном 2017-2018 году детский сад решает следующую задачу по физическому развитию детей:

Организация здоровьесберегающего пространства как среды воспитания здорового ребенка.

В контексте данной задачи планируется организовать и провести следующие педагогические мероприятия:

- Семинар-практикум. Тема: «Организация проведения работы по формированию у детей активной жизненной позиции по отношению собственного здоровья». Цель: развитие интеллектуальной и творческой инициативы педагогов.
- Консультации на темы: ««Основные виды движения», «Здоровьесберегающие технологии в педагогической системе ДОУ». Мастер-класс «Игротека, сохрани здоровье детей».

1.1.3. Принципы и подходы к формированию Программы

1. Принцип полноценного проживания ребенком детства, обогащение детского развития.
2. Принцип построения образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом дошкольного образования.
3. Принцип содействия и сотрудничества детей и взрослых, признания ребенка полноценным участником образовательных отношений.
4. Принцип поддержки инициативы детей в различных видах деятельности.
5. Принцип сотрудничества с семьей.
6. Принцип приобщения детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.
7. Принцип возрастной адекватности дошкольного образования, соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития.
8. Принцип учета этнокультурной ситуации развития детей.

1.2. Значимые характеристики для разработки и реализации Программы, в том числе характеристики особенностей развития детей

Анатомо-физиологические особенности развития организма детей шестого года жизни.

Возрастной период от 5 до 6 лет называют периодом «первого вытяжения», когда за один год ребенок может вырасти на 7—10 см. Средний рост дошкольника 5 лет составляет около 106,0—107,0 см, а масса тела 17—18 кг. На протяжении шестого года жизни средняя прибавка массы тела в месяц 200,0 г, а роста — 0,5 см.

Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребенка к пяти-шести годам еще не завершено. Каждая из 206 костей продолжает меняться по размеру, форме, строению, причем у разных костей фазы развития неодинаковы.

Сращение частей решетчатой кости черепа и окостенение слухового прохода заканчиваются к шести годам. Сращение же между собой частей затылочной, основной и обеих половин лобной костей черепа к этому возрасту еще не завершено. Между костями черепа сохраняются хрящевые зоны, поэтому рост головного мозга продолжается (окружность головы ребенка к шести годам равна примерно 50 см). Эти размеры необходимо учитывать при изготовлении атрибутов для праздничных утренников и подвижных игр.

Окостенение опорных костей носовой перегородки начинается с 3—4 лет, но к шести годам еще не окончено. Эти особенности воспитатель должен учитывать при проведении подвижных игр, игровых упражнений и физкультурных занятий, так как даже самые легкие ушибы в области носа и уха могут привести к травмам.

Наибольшая вероятность травм возникает при выполнении упражнений, связанных с уменьшением площади опоры — ходьба по скамейке, рейке, при прыгивании, когда дети легко теряют равновесие; в упражнениях с мячом — у ребенка достаточно силы, чтобы добросить его до партнера, но несовершенная координация может исказить направление полета, и тогда мяч попадает не в руки, а в лицо; поэтому детям необходимо давать точные указания, напоминать, что мяч нужно бросать в руки партнеру.

С этой целью на прогулке следует систематически проводить разнообразные варианты игровых упражнений с мячом: «Попади в обруч», «Добрось до флажка», «Сбей кеглю». Важно также не увеличивать расстояние между детьми больше чем рекомендовано программными требованиями. Использование теннисных мячей в старшей группе возможно лишь при условии, если у детей уже сформирован соответствующий навык.

Позвоночный столб ребенка 5—7 лет чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций, связок. При излишней массе тела, а также при неблагоприятных условиях (например, при частом поднятии тяжестей) осанка ребенка нарушается: может появиться вздутый или отвислый живот, плоскостопие, у мальчиков образоваться грыжа. Поэтому во время выполнения детьми трудовых поручений воспитатель должен следить за усиленностью физических нагрузок. Например, чтобы вынести пособия и мелкий инвентарь на участок, или перенести пособия в зал, необходимо привлечь одновременно нескольких детей.

Эластичность и гибкость детской кости могут стать причиной травм не только конечностей, но и позвоночника (при падении с качелей, горки и т. д.). Следует также учитывать, что при падении ребенка с горки, столкновении с санками, ударах лыжами легко могут возникать повреждения брюшной полости (печени, почек, селезенки).

Диспропорционально формируются у дошкольников и некоторые суставы. Например, в период до 5 лет сумка локтевого сустава у ребенка растет быстро, а кольцеобразная связка, удерживающая в правильном положении головку лучевой кости, оказывается слишком свободной. Вследствие этого нередко возникает подвывих (если потянуть малыша за руку).

У детей 5—6 лет наблюдается и незавершенность строения стопы. В связи с этим необходимо предупреждать появление и закрепление у детей плоскостопия, причиной которого могут стать обувь большего, чем нужно, размера, излишняя масса тела, перенесенные заболевания. Следует прислушиваться к жалобам детей на усталость и боль в ногах при ходьбе и когда они стоят.

В развитии мышц выделяют несколько этапов. Один из них — это возраст 6 лет. К шести годам у ребенка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы, особенно

кистей рук. Поэтому дети относительно легко усваивают задания в ходьбе, беге, прыжках, но известные трудности возникают при выполнении упражнений, связанных с работой мелких мышц.

Основой проявления двигательной деятельности является развитие устойчивого равновесия. Оно зависит от степени взаимодействия проприоцептивных, вестибулярных и других рефлексов, а также от массы тела и площади опоры. С возрастом показатели сохранения устойчивого равновесия у ребенка улучшаются. При выполнении упражнений на равновесие девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками. В целом в старшей группе детям по-прежнему легче удаются упражнения, где имеется большая площадь опоры. Но возможны и недлительные упражнения, требующие опоры на одну ногу, например, в подвижных играх: «Сделай фигуру», «Не оставайся на полу», «Совушка» и другие.

Благодаря опыту и целенаправленным занятиям физической культурой (занятия, игровые упражнения, подвижные игры) упражнения по технике движений дети шестилетнего возраста выполняют более правильно и осознанно. Они уже способны дифференцировать свои мышечные усилия, а это означает, что появляется доступность в умении выполнять упражнения с различной амплитудой, переходить от медленных к более быстрым движениям по заданию воспитателя, т. е. менять темп.

У детей шестилетнего возраста появляется аналитическое восприятие разучиваемых движений, что значительно по сравнению с предыдущим возрастным контингентом ускоряет формирование двигательных навыков и качественно их улучшает.

Развитие центральной нервной системы характеризуется ускоренным формированием морфофизиологических признаков. Так, поверхность мозга шестилетнего ребенка составляет уже более 90% размера коры головного мозга взрослого человека. Бурно развиваются лобные доли мозга; дети старшего дошкольного возраста осознают последовательность событий, понимают сложные обобщения.

В этом возрасте совершенствуются основные процессы: возбуждение, и особенно торможение, и несколько легче в данный период формируются все виды условного торможения. Задания детям, основанные на торможении, следует разумно дозировать, так как выработка тормозных реакций сопровождается изменением частоты сердечных сокращений, дыхания, что свидетельствует о значительной нагрузке на нервную систему.

У детей 5-6 лет динамические стереотипы, составляющие биологическую основу навыков и привычек, формируются достаточно быстро, но перестройка их затруднена, что свидетельствует о недостаточной подвижности нервных процессов.

Например, ребенок отрицательно реагирует на смену привычного уклада жизни. С целью совершенствования подвижности нервных процессов и придания гибкости формируемым навыкам используют прием создания нестандартной (частично на время измененной) обстановки при проведении

режимных процессов, подвижных игр.

Развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем. К пяти годам размеры сердца у ребенка (по сравнению с периодом новорожденного) увеличиваются в 4 раза. Интенсивно формируется и сердечная деятельность, но процесс этот не завершается на протяжении всего дошкольного возраста.

В первые годы жизни пульс ребенка неустойчив и не всегда ритмичен. Средняя его частота к шести-семи годам составляет 92—95 ударов в минуту.

Размеры и строение дыхательных путей дошкольника отличаются от таковых у взрослого. Они значительно уже, поэтому нарушение температурного режима и влажности воздуха в помещении приводят к заболеваниям органов дыхания.

Важна и правильная организация двигательной активности дошкольников. При ее недостаточности число заболеваний органов дыхания увеличивается примерно на 20%. Жизненная емкость легких у пяти-шестилетних детей в среднем равна 1100—1200 см³, но она зависит и от многих факторов: длины тела, типа дыхания и др. Число дыханий в минуту в среднем — 25. Максимальная вентиляция легких к 6 годам составляет примерно 42 дц³ воздуха в минуту. При выполнении гимнастических упражнений она увеличивается в 2—7 раз, а при беге — еще больше.

Исследования по определению общей выносливости у дошкольников (на примере беговых и прыжковых упражнений) показали, что резервные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем у детей достаточно высоки. Например, если физкультурные занятия проводятся на воздухе, то общий объем беговых упражнений для детей старшей группы в течение года может быть увеличен с 0,6—0,8 км до 1,2—1,6 км.

Прыжки через короткую скакалку ребята могут выполнять в течение достаточно длительного времени (13—15 мин).

Потребность в двигательной активности у многих ребят настолько велика, что врачи и физиологи период от 5 до 7 лет называют «возрастом двигательной расточительности». Задачи педагога заключаются в контроле за двигательной деятельностью своих воспитанников с учетом проявляемой ими индивидуальности, предупреждении случаев гипердинамии и активизации тех, кто предпочитает «сидячие» игры.

Особенности развития детей 5-6 лет

Ребенок 5—6 лет стремится познать себя и другого человека как представителя общества, постепенно начинает осознавать связи и зависимости в социальном поведении и взаимоотношениях людей.

В этом возрасте в поведении дошкольников происходят качественные изменения — формируется возможность саморегуляции, дети начинают предъявлять к себе те требования, которые раньше предъявлялись им взрослыми. Так, они могут, не отвлекаясь на более интересные дела, доводить до конца малоприятную работу. Это становится возможным благодаря осознанию детьми общепринятых норм и правил поведения и обязательности их выполнения.

В возрасте от 5 до 6 лет происходят изменения в представлениях ребенка о себе. Эти представления начинают включать не только характеристики, которыми ребенок наделяет себя настоящего в данный отрезок времени, но и качества, которыми он хотел бы или, наоборот, не хотел бы обладать в будущем. В них проявляются усваиваемые детьми этические нормы. В этом возрасте дети в значительной степени ориентированы на сверстников, большую часть времени проводят с ними в совместных играх и беседах, их оценки и мнения становятся существенными для них. Повышается избирательность и устойчивость взаимоотношений с ровесниками. Свои предпочтения дети объясняют успешностью того или иного ребенка в игре.

В этом возрасте дети имеют дифференцированное представление о своей гендерной принадлежности по существенным признакам (женские и мужские качества, особенности проявления чувств, эмоций, специфика гендерного поведения).

Значительные изменения происходят в игровом взаимодействии, в котором существенное место начинает занимать совместное обсуждение правил игры. При распределении детьми этого возраста ролей для игры можно иногда наблюдать и попытки совместного решения проблем.

Вне игры общение детей становится менее ситуативным. Они охотно рассказывают о том, что с ними произошло: где были, что видели и т. д. Дети внимательно слушают друг друга, эмоционально сопереживают рассказам друзей.

Более совершенной становится крупная моторика. Ребенок этого возраста способен к освоению сложных движений: может пройти по неширокой скамейке и при этом даже перешагнуть через небольшое препятствие; умеет отбивать мяч о землю одной рукой несколько раз подряд. Уже наблюдаются различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков — более порывистые, у девочек — мягкие, плавные, уравновешенные), в общей конфигурации тела в зависимости от пола ребенка.

К пяти годам дети обладают довольно большим запасом представлений об окружающем. Ребенок этого возраста уже хорошо знает основные цвета и имеет представления об оттенках (например, может показать два оттенка одного цвета — светло-красный и темно-красный). Дети шестого года жизни могут рассказать, чем отличаются геометрические фигуры друг от друга. Для них не составит труда сопоставить между собой по величине большое количество предметов: например, расставить по порядку 7—10 тарелок разной величины и разложить к ним соответствующее количество ложек разного размера. Возрастает способность ребенка ориентироваться в пространстве.

Внимание детей становится более устойчивым и произвольным. Они могут заниматься не очень привлекательным, но нужным делом в течение 20—25 минут вместе со взрослым. Ребенок этого возраста уже способен действовать по правилу, которое задается взрослым. Объем памяти

изменяется не существенно, улучшается ее устойчивость. При этом для запоминания дети уже могут использовать несложные приемы и средства.

В 5—6 лет ведущее значение приобретает наглядно-образное мышление, которое позволяет ребенку решать более сложные задачи с использованием обобщенных наглядных средств (схем, чертежей, модель) и представлений о свойствах различных предметов и явлений.

Возраст 5—6 лет можно охарактеризовать как возраст овладения ребенком активным (продуктивным) воображением, которое начинает приобретать самостоятельность, отделяясь от практической деятельности и предваряя ее. Образы воображения значительно полнее и точнее воспроизводят действительность. Ребенок четко начинает различать действительное и вымышленное.

Действия воображения — создание и воплощение замысла — начинают складываться первоначально в игре. Это проявляется в том, что прежде игры рождаются ее замысел и сюжет.

На шестом году жизни ребенка происходят важные изменения в развитии речи. Для детей этого возраста становится нормой правильное произношение звуков. Дети начинают употреблять обобщающие слова, синонимы, антонимы, оттенки значений слов, многозначные слова.

Повышаются возможности безопасности жизнедеятельности ребенка 5—6 лет. Это связано с ростом осознанности и произвольности поведения, преодолением эгоцентрической позиции (ребенок становится способным встать на позицию другого). Развивается прогностическая функция мышления, что позволяет ребенку видеть перспективу событий, предвидеть (предвосхищать) близкие и отдаленные последствия собственных действий и поступков и действий, и поступков других людей.

1.3. Планируемые результаты освоения Программы

- Ребенок проявляет самостоятельность в разнообразных видах деятельности, стремится к проявлению творческой инициативы. Может самостоятельно поставить цель, обдумать путь к ее достижению, осуществить замысел и оценить полученный результат с позиции цели;
- ребенок стремится регулировать свою активность: соблюдать очередность, учитывать права других людей;
- может предварительно обозначить тему игры, заинтересован совместной игрой. Согласовывает в игровой деятельности свои интересы и интересы партнеров, умеет объяснить замыслы, адресовать обращение партнеру;
- в играх с готовым содержанием и правилами действует в точном соответствии с игровой задачей и правилами;
- проявляет интерес к физическим упражнениям. Ребенок правильно выполняет физические упражнения, проявляет самоконтроль и самооценку. Может самостоятельно придумать и выполнить несложные физические упражнения.
- освоил отдельные правила безопасного поведения, способен рассказать

взрослому о своем самочувствии и о некоторых опасных ситуациях, которых нужно избегать;

- испытывает интерес к событиям, находящимся за рамками собственного опыта;

- располагает некоторыми сведениями об организме, назначении отдельных органов, условиях их нормального функционирования. Имеет положительную самооценку, стремится к успешной деятельности;

- понимает почему нужно выполнять правила культуры поведения, представляет последствия своих неосторожных действий для других людей. Стремится к мирному разрешению конфликтов;

- слушает и понимает взрослого, действует по правилу или образцу в разных видах деятельности, способен к произвольным действиям, способен удерживать в памяти правило, высказанное взрослым и действовать по нему без напоминания, стремится к позитивной оценке результата взрослым.

Результаты образовательной деятельности

Достижения ребенка (Что нас радует)

- Двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих, спортивных упражнений).

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

- В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.

- Ребенок проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений.

- Имеет представления о некоторых видах спорта.

- Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений.

- Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру.

- Мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей.

- Умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.

- Готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью).

Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей

- Двигательный опыт ребенка беден (малый объем освоенных основных движений, общеразвивающих и спортивных упражнений); плохо развита крупная и мелкая моторика рук.

- В двигательной деятельности ребенок затрудняется проявлять выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.

- В поведении слабо выражена потребность в двигательной деятельности.
- Не проявляет интереса к новым физическим упражнениям, избирательности и инициативы при выполнении упражнений.
- Неуверенно выполняет упражнения, не замечает ошибок других детей и собственных. Интересуется простыми подвижными играми, нарушает правила, увлекаясь процессом игры.
- Слабо контролирует способ выполнения упражнений, не обращает внимания на качество движений, не проявляет интереса к проблемам здоровья и соблюдению в своем поведении основ здорового образа жизни.
- Представления о правилах личной гигиены, необходимости соблюдения режима дня, о здоровом образе жизни поверхностные.
- Ребенок испытывает затруднения в самостоятельном выполнении культурно-гигиенических навыков, в уходе за своим внешним видом, вещами и игрушками.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1.1. Образовательная деятельность в образовательной области «Физическое развитие» в соответствии с направлениями развития ребенка.

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и другое).

Двигательная деятельность

Порядковые упражнения: порядок построения в шеренгу, из шеренги в колонну, в две колонны, в два круга, по диагонали, «змейкой» без ориентиров, способы перестроения в 2 и 3 звена. Сохранение дистанции во время ходьбы и бега. Повороты направо, налево, на месте и в движении на углах. *Общеразвивающие упражнения:* четырехчастные, шестичастные традиционные общеразвивающие с одновременным последовательным выполнением движений рук и ног, одноименной и разноименной координацией. Освоение возможных направлений и разной последовательности действий отдельных частей тела. Способы выполнения общеразвивающих упражнений с различными предметами, тренажерами. Подводящие и подготовительные упражнения. Представление о зависимости

хорошего результата в основных движениях от правильной техники выполнения главных элементов: в скоростном беге — выноса голени маховой ноги вперед и энергичного отталкивания, в прыжках с разбега — отталкивания, группировки и приземления, в метании — замаха и броска. *Ходьба.* Энергичная ходьба с сохранением правильной осанки и равновесия при передвижении по ограниченной площади опоры. *Бег.* На носках, с высоким подниманием колен, через и между предметами, со сменой темпа. Бег в медленном темпе 350 м по пересеченной местности. Бег в быстром темпе 10 м (3—4 раза), 20—30 м (2—3 раза), челночный бег 3×10 м в медленном темпе (1,5—2 мин). *Прыжки.* На месте: ноги скрестно — ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге 4—5 м. Прыжки через 5—6 предметов на двух ногах (высота 15—20 см), вспрыгивание на предметы: пеньки, кубики, бревно (высотой до 20 см). Подпрыгивание до предметов, подвешенных на 15—20 см выше поднятой руки. Прыжки в длину с места (80—90 см), в высоту (30—40 см) с разбега 6—8 м; в длину (на 130—150 см) с разбега 8 м. Прыжки в глубину (30—40 см) в указанное место. Прыжки через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад. *Бросание, ловля и метание.* «Школа мяча» (разнообразные движения с мячами). Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами. Бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4—6 раз подряд. Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5—6 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю). Метание вдаль (5—9 м) в горизонтальную и вертикальную цели (3,5—4 м) способами прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо. *Ползание и лазание.* Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 40—50 см). Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом с разноименной координацией движений рук и ног, лазание ритмичное, с изменением темпа. Лазание по веревочной лестнице, канату, шесту свободным способом. Подвижные игры с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием на развитие физических качеств и закрепление двигательных навыков. Игры-эстафеты. Правила в играх, варианты их изменения, выбора ведущих. Самостоятельное проведение подвижных игр. *Спортивные игры.* Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5—6 м) и полукона (2—3 м). Баскетбол: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам. Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с воспитателем. Футбол: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; обведение мяча между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3—5 м); игра по упрощенным правилам. *Спортивные упражнения:* скользящий переменный лыжный ход, скольжение по прямой на коньках, погружение в

воду, скольжение в воде на груди и на спине, катание на двухколесном велосипеде и самокате, роликовых коньках.

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами

Признаки здоровья и нездоровья человека, особенности самочувствия, настроения и поведения здорового человека. Правила здорового образа жизни, полезные (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена, занятия физической культурой и спортом) и вредные для здоровья привычки. Особенности правильного поведения при болезни, посильная помощь при уходе за больным родственником дома. Некоторые правила профилактики и охраны здоровья: зрения, слуха, органов дыхания, движения. Представление о собственном здоровье и здоровье сверстников, об элементарной первой помощи при травмах, ушибах, первых признаках недомогания.

2.1.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфика их образовательных потребностей и интересов.

Старший дошкольный возраст играет особую роль в развитии ребенка: в этот период жизни начинают формироваться новые психологические механизмы деятельности и поведения.

Развитие детей 5—6 лет происходит успешно при условии удовлетворения в образовательном процессе ведущих социальных потребностей дошкольников:

- потребность в положительных эмоциональных контактах с окружающими (воспитателем, детьми), в любви и доброжелательности;
- потребность в активном познании и информационном обмене;
- потребность в самостоятельности и разнообразной деятельности по интересам;
- потребность в активном общении и сотрудничестве со взрослыми и сверстниками;
- потребность в самоутверждении, самореализации и признании своих достижений со стороны взрослых и сверстников.

Взрослым необходимо учитывать и поддерживать проявления индивидуальности в ребенке. Своим поведением педагог показывает примеры доброго, заботливого отношения к людям, он побуждает ребят замечать состояние сверстника (обижен, огорчен, скучает) и проявлять сочувствие, готовность помочь.

Он привлекает внимание детей к внешним признакам выражения эмоционального и физического состояния людей, учит прочитывать эмоции, побуждает детей замечать эмоциональное состояние окружающих людей и сверстников (обижены, огорчены, скучают) и проявлять сочувствие и готовность помочь.

Педагог создает ситуации гуманистической направленности, побуждающие детей к проявлению заботы, внимания, помощи. Это обогащает нравственный опыт детей. Необходимо заложить основы личностной культуры: культуры чувств, общения, взаимодействия, привычки

доброжелательного, приветливого отношения к людям, готовность к проявлению сочувствия и заботы, стремление находить пути справедливого и гуманного разрешения возникающих проблем».

В старшем дошкольном возрасте значительно расширяется игровой опыт детей. Детям становится доступна вся игровая палитра: игры с готовым содержанием и правилами, подвижные игры.

Дети становятся избирательны во взаимоотношениях и общении: у них есть постоянные партнеры по играм (хотя в течение года они могут и поменяться несколько раз), все более ярко проявляется предпочтение к определенным видам игр.

Определяются игровые интересы и предпочтения мальчиков и девочек, складываются нормы нравственного поведения, проявляются нравственные чувства. Формируется поведение, опосредованное образом другого человека. В результате взаимодействия и сравнения своего поведения с поведением сверстника у ребенка появляется возможность лучшего осознания самого себя, своего «Я».

Необходимо постоянно поддерживать в детях ощущение взросления, растущих возможностей, вызывать стремление к решению новых, более сложных задач познания, общения, деятельности, вселять уверенность в своих силах. Одновременно важно развивать чувство ответственности за свои действия и поступки. В образовательном процессе формируются такие предпосылки учебной деятельности, как умение действовать по правилу, ориентироваться на способ действия, контрольно-оценочные умения.

Педагогу следует особо подчеркивать, какими умными, умелыми и самостоятельными становятся дети, сравнивать их новые достижения с их прежними, недавними возможностями. Это становится стимулом для развития у детей чувства самоуважения, собственного достоинства.

Организованная образовательная деятельность с детьми проводится в форме образовательных ситуаций в соответствии с образовательными областями и задачами физического развития. Образовательная деятельность носит интегративный, проблемно-игровой характер, предполагает самостоятельность детей и личностно-ориентированный подход педагога. Активно используются разнообразные виды наглядности, в том числе схемы, предметные и условно-графические модели. Назначение образовательных ситуаций состоит в систематизации, углублении, обобщении личного опыта детей: в освоении новых, более эффективных способов познания и деятельности, в осознании связей и зависимостей, которые скрыты от детей в повседневной жизни и требуют для их освоения специальных условий. На занятиях под руководством воспитателя дети продолжают совершенствовать основные движения, развивают психофизические качества, играют в спортивные игры.

Педагог также широко применяет ситуации выбора. Предоставление дошкольникам реальных прав выбора средств, цели, задач и условий своей деятельности создает почву для личного самовыражения. Используется прием совместного обсуждения с детьми и последующего практического выбора деятельности: в какую игру поиграть, кого выбрать ведущим и почему. Наряду с ситуациями практического выбора педагогом используются

ситуации морального выбора, в которых детям необходимо решить проблему с позиции учета интересов других людей.

Педагогу необходимо помочь дошкольникам сделать справедливый выбор и пережить чувство морального удовлетворения от своих действий. Поведение детей в ситуациях практического и морального выбора служит для педагога показателем растущей самостоятельности и социально-нравственного развития старших дошкольников.

Физкультурные занятия в старшей группе детского сада проводятся три раза в неделю в утренние часы; продолжительность занятия составляет 25 мин. Каждое третье занятие в течение недели проводится на свежем воздухе, на спортивной площадке.

Организуются три вида занятий: обучающее, сюжетной, игровое.

На физкультурных занятиях в зале дети занимаются в физкультурной форме. Одежда на занятиях в условиях прогулки должна соответствовать гигиеническим нормам и требованиям.

При обучении упражнениям общеразвивающего характера применяется мелкий (флажки, кубики, скакалки, косички, палки, кегли и т. д.) и крупный (рейки, обручи большого диаметра, веревка) физкультурный инвентарь. Чередование физкультурного инвентаря в разной последовательности вносит разнообразие; так, например, выполнение упражнений с крупным инвентарем требует от детей осознанности, умения согласовывать свои действия с действиями товарищей — это то новое, что характерно и доступно детям старшего дошкольного возраста.

В зависимости от того, какой инвентарь будет использован на занятии, продумывается и планируется построение; например, в упражнениях с палками, флажками целесообразно построение в колоннах и на достаточном расстоянии друг от друга, так как построение в шеренгах не позволит достигнуть необходимой амплитуды движений и, кроме того, может привести к травмам.

В старшей группе при выполнении общеразвивающих упражнений перед детьми ставятся более сложные задачи: четко принимать различные исходные положения, выполнять упражнения с разной амплитудой (большой, малой), соблюдать направление движения.

При проведении общеразвивающих упражнений педагог учитывает, что детям данного возраста хорошо знакомы направления движений: вверх, вниз, вправо, влево. Ребята способны осуществлять частичный контроль выполняемых действий, на основе предварительного объяснения упражнения самостоятельно выполнять многие виды упражнений.

Перед началом занятия педагог подготавливает крупный и мелкий физкультурный инвентарь и располагает его в определенном месте. По указанию педагога дети самостоятельно берут флажки, палки, кубики и т. д., а по окончании упражнений кладут их на место. При перестановке и переноске крупного инвентаря привлекаются дети. При этом необходимо учитывать, что излишняя нагрузка вредна для ребенка-дошкольника и может привести к нежелательным последствиям: образованию пупочных и паховых грыж, нарушению осанки.

Обучение основным видам движений является определяющим. В целях гармоничного физического развития детей в течение года предусматривается примерно одинаковое количество упражнений по каждому виду движений.

Задачей упражнений в ходьбе и беге является выработка легких, свободных движений с хорошей координацией в движениях рук и ног. В старшем дошкольном возрасте дети приобретают умения сохранять направление и равномерность бега и ходьбы.

К шести годам все дети обладают полетностью в беге. Для совершенствования ходьбы и бега используют различные упражнения с постепенным их усложнением на основе двигательных навыков, приобретенных в предыдущей группе.

В старшей группе педагог проводит обучение ходьбе и бегу в чередовании, постепенно усложняя задания и предъявляя требования к технике выполняемых упражнений.

Так, например, наиболее трудными для освоения можно считать упражнения в ходьбе, высоко поднимая колени. В данном виде ходьбы шаги короткие, движения четкие, нога ставится сначала на переднюю часть, а затем на всю стопу. В беге с высоким подниманием колен согнутая в колене нога поднимается под прямым углом и ставится на землю мягким, но и достаточно энергичным движением на переднюю часть стопы.

Ходьба и бег широким свободным шагом характеризуются несколько замедленными движениями. При сохранении обычной координации в движениях рук и ног нога ставится перекатом с пятки на носок.

Для развития скоростных качеств предлагается бег на скорость (дистанция 20 м), для развития ловкости и координации движений челночный бег. И наконец, для развития выносливости применяется непрерывный бег в течение 1,5—2 мин в медленном и в среднем темпе на 80—120 м.

Упражнения в прыжках. В старшем дошкольном возрасте арсенал упражнений значительно увеличивается. Наблюдается более сильное отталкивание от почвы, энергичный взмах рук, лучшая согласованность движений во всех фазах выполнения прыжков в высоту, в длину и т. д. Дети старшей группы достаточно хорошо справляются с нагрузками, и количество упражнений может быть увеличено, однако в большей мере следует обращать внимание на качественную сторону выполняемых заданий.

Наряду с повторением прыжков на двух ногах на месте или с продвижением вперед обучают прыжкам в длину и высоту с разбега, в длину с места, через короткую скакалку.

Упражнения в метании. Дети шестого года способны анализировать движения, что помогает им осваивать различные задания: точно попасть в цель (вертикальную и горизонтальную), энергично замахиваясь и приняв правильное исходное положение, бросить мяч на дальность. В упражнениях в переброске мяча, бросании и ловле необходима достаточно хорошая ориентировка в пространстве и времени.

Характерным для детей данного возраста является то, что они правильно воспринимают указания воспитателя и выполняют упражнения в соответствии с своими возможностями — подбрасывают мяч невысоко (на

50—60 см), меняют позу, направляют руки в сторону летящего мяча, что свидетельствует о значительном совершенствовании координации движений. Упражнения в равновесии. Известно, что равновесие (его сохранение и поддержание) является постоянным и необходимым компонентом любого движения. В старшем дошкольном возрасте продолжают совершенствовать равновесие посредством разнообразных упражнений.

Задержка или недостаточное развитие функции равновесия влияет на точность движений, темп, ритм. Улучшение результатов у детей 5—6 лет происходит в связи с достаточно хорошим развитием координации тонуса мышц.

В старшей группе предлагаются упражнения в равновесии на уменьшенной и повышенной опоре, выполнение на ней заданий с различными предметами. Все упражнения на развитие равновесия требуют от детей сосредоточенности, внимания, волевых усилий; поэтому их следует проводить в среднем или медленном темпе под наблюдением воспитателя, а при необходимости оказывать помощь и страховку отдельным детям.

Упражнения в лазанье. При выполнении упражнений в лазанье в работу вовлекаются различные группы мышц. В старшей группе задания усложняются, к технике их выполнения предъявляются более высокие требования.

Наряду с освоенными ранее упражнениями предлагаются лазанье по гимнастической стенке до 2,5 м с изменением темпа, перелезание с одного пролета на другой, пролезание между рейками.

На каждом занятии даются три основных вида движений. Их повторяют в определенной последовательности, усложняя и варьируя через сравнительно небольшие интервалы времени. При этом важна не только сочетаемость движений, но и задачи обучения для каждого вида на разных этапах: при разучивании упражнений, при повторении и закреплении.

2.2. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Развитие ребенка в образовательном процессе детского сада осуществляется целостно в процессе всей его жизнедеятельности. В то же время освоение любого вида деятельности требует обучения общим и специальным умениям, необходимым для ее осуществления.

Особенностью организации образовательной деятельности является ситуационный подход. Основной единицей образовательного процесса выступает образовательная ситуация, то есть такая форма совместной деятельности педагога и детей, которая планируется и целенаправленно организуется педагогом с целью решения определенных задач развития, воспитания и обучения. Образовательная ситуация протекает в конкретный временной период образовательной деятельности. Особенностью образовательной ситуации является появление образовательного результата (продукта) в ходе специально организованного взаимодействия воспитателя и ребенка. Ориентация на конечный продукт определяет технологию создания образовательных ситуаций.

Преимущественно образовательные ситуации носят комплексный характер и включают задачи, реализуемые в разных видах деятельности на одном тематическом содержании.

Образовательные ситуации используются в процессе непосредственно организованной образовательной деятельности. Главными задачами таких образовательных ситуаций являются формирование у детей новых умений, навыков.

Педагог создает разнообразные образовательные ситуации, побуждающие детей применять свои знания и умения, активно искать новые пути решения возникшей в ситуации задачи, проявлять эмоциональную отзывчивость и творчество. Организованные педагогом образовательные ситуации ставят детей перед необходимостью понять, принять и разрешить поставленную задачу. Активно используются игровые приемы, разнообразные виды наглядности, в том числе схемы, предметные и условно-графические модели. Назначение образовательных ситуаций состоит в систематизации, углублении, обобщении личного опыта детей: в освоении новых, более эффективных способов познания и деятельности. Успешное и активное участие в образовательных ситуациях подготавливает детей к будущему школьному обучению.

Педагог также широко использует ситуации выбора. Предоставление дошкольникам реальных прав практического выбора средств, цели, задач и условий своей деятельности создает почву для личного самовыражения и самостоятельности.

Непосредственно образовательная деятельность основана на организации педагогом видов деятельности, заданных ФГОС дошкольного образования.

Игровая деятельность является ведущей деятельностью ребенка дошкольного возраста. В организованной образовательной деятельности она выступает в качестве основы для интеграции всех других видов деятельности ребенка дошкольного возраста. В средней группе детского сада игровая деятельность является основой решения всех образовательных задач.

Игровая деятельность представлена в образовательном процессе в разнообразных формах — это развивающие, подвижные игры, игры-путешествия, игровые проблемные ситуации.

Двигательная деятельность организуется в процессе занятий физической культурой, требования к проведению которых согласуются дошкольной организацией с положениями действующего СанПиН.

Коммуникативная деятельность направлена на решение задач, связанных с развитием свободного общения детей и освоением всех компонентов устной речи, освоение культуры общения, воспитание толерантности.

Познавательно-исследовательская деятельность включает в себя широкое познание детьми объектов живой и неживой природы, предметного и социального мира (мира взрослых и детей, деятельности людей, знакомство с семьей и взаимоотношениями людей, городом, страной и другими странами), безопасного поведения, освоение средств и способов познания (моделирования, экспериментирования), сенсорное развитие детей.

Тематический план

С Е Н Т Я Б Р Ъ

I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
<p>Оценка индивидуального развития детей дошкольного возраста в рамках педагогической диагностики (мониторинга)</p>		<p>Обучающее занятие <i>Пр. содержание:</i> упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1 минуты; 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. <i>См. Пензулаева Л.И. с.20</i></p> <p>Игровое занятие <i>Пр. содержание:</i> упражнять в ползании по скамейке, развивать равновесие; продолжать учить перебрасывать мяч двумя руками из-за головы. I.Корригирующая ходьба, упр. для рук, дыхания. II.Упр. «Прокачу по мосту», упр. «Пройди над обрывом», упр. «Точно в руки», упр. «Сбей кеглю», п.и. «Удочка». III/ Игра м.п. «Найди и промолчи».</p> <p>Занятие на воздухе <i>Пр. содержание:</i> упражнять детей в непрерывном беге до 1 минуты (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». <i>См. Пензулаева Л. И. с.22</i></p>	<p>Обучающее занятие <i>Пр. содержание:</i> 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. <i>См. Пензулаева Л.И. с.23</i></p> <p>Сюжетное занятие <i>Пр. содержание:</i> учить ползанию на животе под веревкой, закреплять навыки сохранения равновесия при ходьбе на носках между предметами; совершенствовать умение подбрасывать и ловить мяч не прижимая к груди; продолжать знакомить с явлениями природы. <i>См. Подольская Е.И. с. 95</i></p> <p>Занятие на воздухе «Веселые старты» <i>Пр. содержание:</i> упражнять в пролезании в обруч, в прыжках с продвижением вперед. I Ходьба с заданиями, бег. II.Игры-эстафеты: «Пингвины», «Передай мяч», «Не задень», «Пролезь в обруч». III Игра м/п «Мы веселые ребята»</p>

О К Т Я Б Р Ъ

I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
<p>Обучающее занятие <u>Пр. содержание:</u> учить детей перестроению в колонну по два, упражнять в непрерывном беге до 1 минуты, учить ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке, упражнять в перепрыгивании через шнуры и перебрасывании мяча. <i>См. Пензулаева Л.И. с.27</i></p> <p>Игровое занятие <u>Пр. содержание:</u> продолжать учить детей передавать мяч двумя руками друг другу, ходьбе по гимнастической скамейке, прыжкам правым и левым боком. 1.Игр. Упр. «Лошадки». 2.Упр. «Мяч водящему», эстафета «Будь ловким», упр. «Не упали в ручей», п/и «Быстро возьми». 3. Игра м/п «У кого мяч»</p> <p>Занятие на воздухе «Пешеходный переход» <u>Пр. содержание:</u> развивать выносливость. 1.Ходьба парами в среднем темпе, ходьба с остановкой на сигнал, ходьба на носочках, широким шагом. Бег, в среднем темпе, ходьба. 2.Ходьба в медленном темпе 3.Упражнение на дыхание «Лягушки»</p>	<p>Обучающее занятие <u>Пр. содержание:</u> 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 пере ползание через препятствие <i>См. Пензулаева Л.И. с.29</i></p> <p>Занятие-тренировка <u>Пр. содержание:</u> учить выполнению игровых действий в командной игре, знакомить с простейшими правилами игры в баскетбол. <i>См. Глазырина №32, с.66-68</i></p> <p>Занятие на воздухе «Веселые старты» <u>Пр. содержание:</u> закрепить в играх умения и навыки детей, полученные на занятиях. 1.Ходьба, бег, перестроение 2.Игры –эстафеты: «Проведи мяч», «Пробеги и не задень», «Будь ловким» 3.Игра м/п «Вызов по имени»</p>	<p>Обучающее занятие <u>Пр. содержание:</u> продолжать отрабатывать навык ходьбы с изменением темпа движения по сигналу воспитателя, бег враспынную, развивать координацию движений и глазомер при метении мяча в цель, упражнять в подлезании под дугу с сохранением устойчивого равновесия. <i>См. Пензулаева Л.И. с.33</i></p> <p>Игровое занятие <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в метании мяча в горизонтальную цель, в ползании между предметами, ходьбе по гимнастической скамейке боком 1.Корректирующая ходьба, бег с заданиями. 2. «Проползи и не задень», «Пройди – не упали», «попади в шарик», п/и «Удочка». 3.Игра м/п «Найди и промолчи».</p> <p>Занятие на воздухе: <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия, непрерывный бег до 2 минут, учить игре в бадминтон, упражнять в передаче мяча ногами друг другу, повторить игровое упражнение с прыжками. <i>См. Пензулаева Л.И. с.34-35</i></p>	<p>Обучающее занятие <u>Пр. содержание:</u> учить детей делать повороты во время ходьбы и бега в колонне по два (парами), повторить пролезание в обруч боком, упражнять в равновесии и прыжках. <i>См. Пензулаева Л.И. с.35</i></p> <p>Сюжетное занятие «Веселые мышата» <u>Пр. содержание:</u> учить ползанию по-пластунски, закрепить умение ползать, толкая мяч головой перед собой, совершенствовать навыки ходьбы и бега. <i>См. Подольская Е.И. с. 105-108</i></p> <p>Занятие на воздухе: «Веселые старты» <u>Пр. содержание:</u> упражнять в метании в цель, прыжках на двух ногах, пролезании под дугу боком. 1.Ходьба, бег, упражнения на дыхание, равновесие. 2.Игры-эстафеты: «Попади в корзину», «Пингвины», «Не задень», «Ловишки-перебежки». 3.Игра м/п «Затейники».</p>

Н О Я Б Р Ь

I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
<p>Обучающее занятие <u>Пр. содержание:</u> продолжать отрабатывать навык ходьбы с высоким подниманием колен, бег в рассыпную; разучить перекладывание малого мяча из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейки; развивать ловкость и координацию движений; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча в шеренгах. <i>См. Пензулаева Л.И. с.39</i></p> <p>Игровое занятие <u>Пр.содержание:</u> упражнять в прыжках на правой и левой ногах, в перебрасывании мяча двумя руками из-за головы. 1.Корригирующая ходьба, бег, упр. на равновесие, дыхание. 2.Упр. «Поймай мяч» (по трое), упр. «На одной ножке по дорожке», упр. «Перепрыгни – не задень», п/и «Пожарные на учении» 3. Игра м/п «Летает – не летает»</p> <p>Занятие на воздухе «Пешеходный переход» <u>Пр. содержание:</u> развивать выносливость.1.Ходьба парами, ходьба с заданиями, бег в медленном темпе.2.Ходьба в быстром темпе, в среднем темпе. 3. Ходьба в медленном темпе. Упражнение на дыхание «Прогоним петуха со двора»</p>	<p>Обучающее занятие <u>Пр. содержание:</u> 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. <i>См. Пензулаева Л.И. с.42</i></p> <p>Занятие-тренировка <u>Пр. содержание:</u> совершенствовать умение передавать и ловить мяч, упражнять в ведении баскетбольного мяча, разучивание приемов ведения мяча в игре «Оторву хвостик» <i>См. Глазырина, с.172-175</i></p> <p>Занятие на воздухе «Веселые старты» <u>Пр. содержание:</u> закрепить в играх, эстафетах умения и навыки детей, полученные на занятиях. 1.Ходьба, бег, перестроение 2.Игры - эстафеты: «Мяч водящему», «По мостику», «Не задень», п/и «Пожарные на учениях» 3.Игра м/п «Найди и промолчи»</p>	<p>Обучающее занятие <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в беге с изменением темпа движения, в ходьбе между предметами («змейкой»); повторить ведение мяча в ходьбе, продвигаясь до обозначенного места; упражнять в пролезании через обруч с мячом в руках, в равновесии. <i>См. Пензулаева Л.И. с.44</i></p> <p>Игровое занятие <u>Пр. содержание:</u> упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед, в отбивании мяча о землю с продвижением вперед. 1.Корригирующая ходьба, бег, упражнение на равновесие. 2.Упр. «Перепрыгни – не задень», упр. «Между кеглями проведи мяч», упр. «Пролезь в обруч», «Пожарные на учении». 3.Игра м/п «Будь внимателен».</p> <p>Занятие на воздухе <u>Пр. содержание:</u> упражнять в медленном непрерывном беге, перебрасывании мяча в шеренгах, повторить игровые упражнения с прыжками и бегом. <i>См. Пензулаева Л.И. с.45-46.</i></p>	<p>Обучающее занятие <u>Пр.содержание:</u> 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. <i>См. Пензулаева Л.И. с.46</i></p> <p>Сюжетное занятие «В гостях у бабушки скамеюшки» <u>Пр. содержание:</u> учить различным видам ползания, закрепить умение проползать под скамейкой, не задевая спиной край. <i>См. Подольская Е.И. с. 108-111</i></p> <p>Занятие на воздухе «Веселые старты» <u>Пр. содержание:</u> упражнять в отбивании мяча одной рукой, в прыжках на правой и левой ноге. 1.Ходьба, бег, упражнения на равновесие. 2.Игры-эстафеты: «Перепрыгни – не задень», «Кто быстрее», «Проведи мяч». п/и «Ловишки-перебежки». 3.Игра м/п «Летает – не летает».</p>

ДЕКАБРЬ

I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
<p>Обучающее занятие <u>Пр. содержание:</u> 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 <i>См. Пензулаева Л.И. с.50-51</i></p> <p>Игровое занятие <u>Пр. содержание:</u> продолжать упражнять в перебрасывании мяча из-за головы, пролезать в обруч, прыжкам, перепрыгиванию. 1.Корректирующая ходьба, бег, упр. на равновесие, дыхание. 2.Упр. «Кто быстрее до флажка», упр. «Точно в руки», упр. «Перепрыгни все кочки», «Пингвины», п/и «Пожарные на учении» 3. Игра м/п «Сделай фигуру» Занятие на воздухе «Пешеходный переход» <u>Пр. содержание:</u> развивать выносливость. 1.Ходьба парами, ходьба с заданиями, бег в медленном темпе. 2.Ходьба парами, ходьба широким шагом, ходьба в быстром темпе, ходьба с остановкой (присесть), в полу приседе. 3. Ходьба в среднем темпе, медленном Упражнение на дыхание «Лягушки»</p>	<p>Обучающее занятие <u>Пр. содержание:</u> 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. <i>См. Пензулаева Л.И. с.52</i></p> <p>Занятие-тренировка <u>Пр. содержание:</u> вырабатывать навыки ведения мяча на площадке в различных направлениях, упражнять в передаче мяча в стойке, совершенствовать навыки ведения мяча в разных условиях, в сочетании с другими действиями. <i>См. Глазырина № 98, с.17</i></p> <p>Занятие на воздухе «Веселые старты» <u>Пр. содержание:</u> закрепить в играх умения и навыки детей, полученные на занятиях. 1.Ходьба, бег, перестроение 2.Игры –эстафеты: «Не задень», «Перепрыгни - не задень», «Перебрось и поймай» 3.Игра м/п «Кто позвал?»</p>	<p>Обучающее занятие <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; закреплять умение ловить мяч, развивать ловкость и глазомер, упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе и сохранении равновесия. <i>См. Пензулаева Л.И. с.55</i></p> <p>Игровое занятие <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в прыжках через предметы, ползании между кеглями, в равновесии. 1.Корректирующая ходьба, бег, упр. на равновесие, дыхание. 2.Упр. «Кто скорее до флажка», «Пойдем по мосточку», «Проползи – не задень», п/и «Охотники и зайцы». 3. И/м «Летает – не летает» Занятие на воздухе <u>Пр. содержание:</u> развивать ритмичность ходьбы на лыжах, упражнять в прыжках на двух ногах. Повторить игровые упражнения с бегом и бросание снежков в цель <i>См. Пензулаева Л.И. с 57, № 9</i></p>	<p>Обучающее занятие <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; учить влезать на гимнастическую стенку; упражнять в равновесии и прыжках. <i>См. Пензулаева Л.И. с.58</i></p> <p>Сюжетное занятие «Зимняя прогулка в лес» <u>Пр. содержание:</u> учить пролезать боком под шнурами в группировке, закрепить умение подбрасывать и ловить мяч, совершенствовать навыки прыжков. <i>См. Подольская Е.И. с. 102-105</i></p> <p>Занятие на воздухе «Веселые старты» <u>Пр. содержание:</u> закрепить в играх умения и навыки детей, полученные на занятиях. 1.Ходьба, бег, упражнения на дыхание, равновесие. 2.Игры-эстафеты: «Не задень», «Перепрыгни – не задень», «Бег парами» 3.Игра м/п «Сделай фигуру».</p>

Я Н В А Р Ь

I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
	<p>Обучающее занятие <i>Пр. содержание:</i> упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках, прокатывая мяч перед собой головой <i>См. Пензулаева Л.И. с.65</i></p> <p>Занятие-тренировка <i>Пр. содержание:</i> учить броску мяча в корзину с места, формировать сознательное отношение к действиям с мячом. <i>См. Глазырина № 100, с.179</i></p> <p>Занятие на воздухе «Веселые старты» <i>Пр. содержание:</i> закрепить в играх умения и навыки детей, полученные на занятиях. 1.Ходьба, бег, перестроение, упр. на равновесие 2.Игры –эстафеты: «Кто дальше прыгнет», «По мостику», «Проведи мяч», п/и «Пожарные на учениях» 3.Игра м/п «Вызов по имени»</p>	<p>Обучающее занятие <i>Пр. содержание:</i> повторить ходьбу и бег между предметами; закрепить умение перебрасывать мяч друг другу; упражнять в пролезании в обруч и равновесии <i>См. Пензулаева Л.И. с.67</i></p> <p>Игровое занятие <i>Пр. содержание:</i> упражнять детей в прыжках на двух ногах, в ползании, лазании по гимнастической стенке 1.Корректирующая ходьба, бег с заданиями, упр. на равновесие. 2.Упр. «Кто скорее до фишки», «Пингвины», «Под обрывом», «До колокольчика» 3. Игра м/п «Кто позвал?»</p> <p>Занятие на воздухе <i>Пр. содержание:</i> закреплять навык скользящего шага; продолжать обучать спуску с полого склона и подъема «лесенкой», повторить игровые упражнения с бегом и прыжками; метание снежков на дальность. <i>См. Пензулаева Л.И. с 69, № 21</i></p>	<p>Обучающее занятие <i>Пр. содержание:</i> 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 и ведении мяча. <i>См. Пензулаева Л.И. с.69</i></p> <p>Сюжетное занятие «Мы - гимнасты» <i>Пр. содержание:</i> учить лазанию по гимнастической стенке, закреплять умение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади, спрыгивать на мат мягко и устойчиво. <i>См. Подольская Е.И. с. 111-113</i></p> <p>Занятие на воздухе «Веселые старты» <i>Пр. содержание:</i> закрепить в играх умения и навыки детей, полученные на занятиях. 1.Ходьба, бег, упражнения на дыхание, равновесие. 2.Игры-эстафеты: «Кто быстрее», «Кто дальше бросит», «По местам» 3.Ходьба в колонне по одному «змейкой» между кеглями</p>

Ф Е В Р А Л ь

I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
<p>Обучающее занятие <i>Пр. содержание:</i> упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, в непрерывном беге до 1,5 минут, продолжать учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске; упражнять в перепрыгивании через бруски и забрасывании мяча в корзину. <i>См. Пензулаева Л.И. с.73, № 25</i></p> <p>Игровое занятие <i>Пр. содержание:</i> упражнять в влезании на гимнастическую стенку, прыжкам на двух ногах, в забрасывании мяча в корзину двумя руками от груди. 1.Корриг. х-ба, бег, упр. на равновес. 2. Эстафеты «Допрыгай до флажка», «Меткие баскетболисты», «Мяч о стенку», п/и «Пожарные на учении» 3. Игра м/п «Будь внимателен»</p> <p>Занятие на воздухе «Пешеходный переход» <i>Пр. содержание:</i> развивать выносливость. 1.Ходьба по бордюру, спрыгивание с высоты, ходьба широким шагом, бег, ходьба в среднем темпе. 2.Ходьба в медленном темпе 3.Упражнение на дыхание «Лягушки» «Лягушки»</p>	<p>Обучающее занятие <i>Пр. содержание:</i> 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, отбивать мяч о землю <i>См. Пензулаева Л.И. с. 75, № 28</i></p> <p>Занятие-тренировка <i>Пр. содержание:</i> упражнять в передаче и бросках мяча в корзину, вырабатывать привычку подчиняться общей цели <i>См. Глазырина с.181, № 101</i></p> <p>Занятие на воздухе «Веселые старты» <i>Пр. содержание:</i> закрепить в играх умения и навыки детей, полученные на занятиях. 1.Ходьба, бег, перестроение 2.Игры – эстафеты: «Кто дальше», «Кто быстрее» 3.Игра м/п «Найди следы зайца»</p>	<p>Обучающее занятие <i>Пр. содержание:</i> упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; учить метанию мешочков в вертикальную цель; упражнять в подлезании под палку и перешагивании через нее <i>См. Пензулаева Л.И. с.77, № 31</i></p> <p>Игровое занятие <i>Пр. содержание:</i> упражнять детей в прыжках в длину с места; в метании в цель; ползании по гимнастической скамейке 1.Корригирующая ходьба, бег, упражнения на дыхание 2. «Кто дальше прыгнет», «По мостику», «Самый меткий», п/и «Ловишки - перебежки» 3.Игра м/п «Кто позвал?».</p> <p>Занятие на воздухе <i>Пр. содержание:</i> повторить игровые упражнения с бегом и прыжками, бросание снежков на дальность и в цель. <i>См. Пензулаева Л.И. с.79, № 33</i></p>	<p>Обучающее занятие <i>Пр. содержание:</i> 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 прыжкам с ноги на ногу, упражнять в ведении мяча. <i>См. Пензулаева Л.И. с.79, № 34</i></p> <p>Сюжетное занятие «Мы - пилоты» <i>Пр. содержание:</i> учить сохранять равновесие при ходьбе и ползании между предметами; закреплять умение прыгать на двух ногах из обруча в обруч; совершенствовать глазомер и ловкость при метании мешочков <i>См. Подольская Е.И. с. 113-116</i></p> <p>Занятие на воздухе «Веселые старты» <i>Пр. содержание:</i> упражнять в метании в цель, прыжках на двух ногах, пролезании под дугу боком. 1.Ходьба, бег, перестроение, упражнения на равновесие. 2.Игры-эстафеты: «Гонки санок», «Не попадись», п/и «Ловишки-перебежки». 3.Игра м/п «Назови по имени».</p>

МАРТ

I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
<p>Обучающее занятие <u>Пр. содержание:</u> упр. детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; разучить ходьбу по канату с мешочком на голове, удерживая равновесие и сохраняя хорошую осанку; упражнять в прыжках из обруча в обруч и перебрасывая мяча др. другу, разв. ловкость и глазомер. <i>См. Пензулаева Л.И. с.82, № 1</i></p> <p>Игровое занятие <u>Пр. содержание:</u> продолжать упр. в отбивании мяча в ходьбе; перебрасывании мяча друг другу, прыжках из обруча в обруч. 1.Корриг. х-ба, бег, упр. на равновесие 2. Эстафеты «Проведи до флажка», «Из обруча в обруч», «Прямо в руки», п/и «Пожарные на учении» 3. Игра м/п «мяч водящему»</p> <p>Занятие на воздухе «Пешеходный переход» <u>Пр. содержание:</u> развивать выносливость, выдержку. 1.Ходьба за пределы д/с, ходьба парами, прыжки на одной ноге, ходьба по бордюру боком, бег в среднем темпе, ходьба. 2. Х-ба в ср. темпе, в медл. темпе. 3.Упр. на дыхание «Лягушки».</p>	<p>Обучающее занятие <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и в рассыпную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель. В ползании между кеглями. <i>См. Пензулаева Л.И. с. 85, № 4</i></p> <p>Занятие-тренировка <u>Пр. содержание:</u> формировать умения и навыки в ведении мяча; дать ребенку возможность применять полученные знания в самостоятельной деятельности <i>См. Глазырина с.182, № 102</i></p> <p>Занятие на воздухе «Веселые старты» <u>Пр. содержание:</u> закрепить в играх умения и навыки детей, полученные на занятиях. 1.Ходьба, бег, перестроение 2.Игры – эстафеты: «Пас точно на клюшку», «Проведи, не задень», «Кто быстрее», п/и «Карусель» 3.Игра м/п «Летает – не летает»</p>	<p>Обучающее занятие <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в ходьбе со сменой темпа движения и беге в рассыпную между предметами; упражнять в ползании по скамейке на ладонях и ступнях, в равновесии и прыжках. <i>См. Пензулаева Л.И. с.88, № 7</i></p> <p>Игровое занятие <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в метании, прыжках в высоту с разбега, прыжках боком. 1.Корригирующая ходьба, бег, упражнения на равновесие. 2. «Кто выше прыгнет», «До флажка», «Самый меткий», п/и «Ловишки» 3.Игра м/п «Передай мяч в шеренге».</p> <p>Занятие на воздухе <u>Пр. содержание</u> упражнять детей в беге на дистанцию 80 м в чередовании с ходьбой; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом. <i>См. Пензулаева Л.И. с.89, № 9</i></p>	<p>Обучающее занятие <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в ходьбе с перестроением в пары и обратно; закреплять умение в метании в горизонтальную цель⁴ упражнять в подлезании под рейку в группировке, в равновесии <i>См. Пензулаева Л.И. с.90, № 10</i></p> <p>Сюжетное занятие «Праздник обруча» <u>Пр. содержание:</u> учить сохранять равновесие при прокатывании обруча; закрепить умение пролезать в обруч, не касаясь руками пола и спиной. <i>См. Подольская Е.И. с.116-119</i></p> <p>Занятие на воздухе «Веселые старты» <u>Пр. содержание:</u> упражнять в метании в цель, прыжках на двух ногах, пролезании под дугу боком. 1.Ходьба, бег, перестроение. 2.Игры-эстафеты: «Прокати и сбей», «Пробеги – не задень», п/и «Удочка». 3.Игра м/п «Волна».</p>

А П Р Е Л Ь

I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
<p>Обучающее занятие <u>Пр. содержание:</u> 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. <i>См. Пензулаева Л.И. с.93, № 13</i></p> <p>Игровое занятие <u>Пр. содержание:</u> продолжать закреплять умение в метании в горизонтальную цель, в прыжках из обруча в обруч. 1. Корректирующая ходьба, бег, равновесие. 2. «Самый меткий», «Кто скорее до флажка», «С кочки на кочку», п/и «Не останавливайся на полу». 3. Игра м/п «Угадай по голосу».</p> <p>Занятие на воздухе «Пешеходный переход» (парк) <u>Пр. содержание:</u> развивать выносливость. 1. Ходьба парами, прыжки на двух ногах, семенящий шаг, ходьба в среднем темпе. 2. ходьба в быстром темпе, в медленном темпе, между деревьями. 3. Упр. на дыхание «Петушок».</p>	<p>Обучающее занятие <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей и пролезании в них <i>См. Пензулаева Л.И. с. 95, № 16</i></p> <p>Занятие-тренировка <u>Пр. содержание:</u> упражнять в передаче мяча друг другу; учить перебрасывать мяч через сетку. Спортивная игра «Волейбол» (познакомить) <i>См. «Школа мяча» с.54-56</i> Занятие на воздухе «Веселые старты» <u>Пр. содержание:</u> закрепить в играх умения и навыки детей, полученные на занятиях. 1. Ходьба, бег, перестроение 2. Игры – эстафеты: «Передача мяча в колонне», «Пройди – не задень», «Догони обруч», п/и «Ловишки – перебежки». 3. Игра м/п «Кто ушел?»</p>	<p>Обучающее занятие <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в ходьбе и беге колонной с остановкой по сигналу воспитателя, в беге враспынную; закреплять исходное положение при метении мешочков в вертикальную цель, упражнять в ползании и равновесии. <i>См. Пензулаева Л.И. с.97, № 19</i></p> <p>Игровое занятие <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в прыжках в длину с места; в метании в цель; ползании по гимнастической скамейке 1. Корректирующая ходьба, бег, равновесие. 2 «Самый ловкий», «Кто быстрее», «Снайпер», п/и «Удочка» 3. Игра м/п «Кто ушел?».</p> <p>Занятие на воздухе <u>Пр. содержание:</u> повторить с детьми бег на скорость, повторить игровые упражнения с мячом, с прыжками и бегом. <i>См. Пензулаева Л.И. с.99, № 21</i></p>	<p>Обучающее занятие <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей ходьбе и беге колонной между предметами, закрепить навык влезания на гимнастическую стенку одноименным способом, упражнять в равновесии и прыжках. <i>См. Пензулаева Л.И. с.99, № 22</i></p> <p>Сюжетное занятие «День мяча» <u>Пр. содержание:</u> учить забрасывать мяч в корзину двумя руками снизу и одной рукой от плеча, закрепить умение подбрасывать и ловить мяч. <i>См. Подольская Е.И. с. 119-122</i></p> <p>Занятие на воздухе «Веселые старты» <u>Пр. содержание:</u> упражнять в метании в цель, прыжках на двух ногах, пролезании под дугу боком. 1. Ходьба, бег, перестроение, упражнения на равновесие. 2. Игры-эстафеты: «Пробеги – не задень», «Кто быстрее до флажка», «Стой!», п/и «С кочки, на кочку». 3. Ходьба в колонне по одному, бег «змейкой».</p>

М А Й

I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
<p>Обучающее занятие <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в ходьбе и беге парами, с поворотом в другую сторону, упражнять в перешагивании через набивные мячи, положенные на гимнастическую скамейку. В прыжках на двух ногах с продвижением вперед, отрабатывать навыки бросания мяча о стену. <i>См. Пензулаева с.102, № 25</i></p> <p>Игровое занятие <u>Пр. содержание:</u> упражнять в прыжках через короткую скакалку, в бросании мяча, в прыжках с продвижением. 1.Корректирующая ходьба, бег, упр. на равновесие. 2. Упр. «Кто быстрее до кегли», «Допрыгай до флажка», «Волна», п/и «Горелки». 3. Игра м/п «Вызов по имени»</p> <p>Занятие на воздухе «Пешеходный переход» <u>Пр. содержание:</u> развивать выносливость. 1.Ходьба парами, прыжки на двух ногах, ходьба между деревьями. 2. ходьба в быстром темпе, в медленном темпе. 3. Упр. на дыхание «Пузырь».</p>	<p>Обучающее занятие <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы, разучить прыжок в длину с места, упражнять в перебрасывании мяча друг другу и лазанье. <i>См. Пензулаева с.105, № 28</i></p> <p>Занятие - тренировка <u>Пр. содержание:</u> продолжать учить игре в волейбол, перебрасывать через сетку, друг другу двумя руками из-за головы. <i>См. «Школа мяча» с.54-56</i></p> <p>Занятие на воздухе «Веселые старты» <u>Пр. содержание:</u> закрепить в играх умения и навыки детей, полученные на занятиях. 1.Ходьба, бег, перестроение, упражнение на равновесие 2.Игры – эстафеты: «Прокати – не урони», «Кто быстрее», «Забрось в кольцо», п/и «Совушка». 3. Ходьба в колонне по одному.</p>		<p style="text-align: center;">Оценка индивидуального развития детей дошкольного возраста в рамках педагогической диагностики (мониторинга)</p>

И Ю Н Ъ

I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
<p>Обучающее занятие <i>Пр. содержание:</i> упражнять детей в непрерывном беге до 2 минут, в ходьбе с перешагиванием через скакалки. Высоким подниманием голени, упражнять в ходьбе на повышенной опоре, сохраняя равновесие, в прыжках через короткую скакалку и метении мешочков в цель. <i>См. Пензулаева Л.И. с.113.</i></p> <p>Игровое занятие <i>Пр. содержание:</i> упражнять детей в непрерывном беге до 2 минут, упражнять в отбивании мяча с продвижением вперед, прыжках на двух ногах.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Корректирующая ходьба, бег, ходьба елочкой по веревочке 2. «Кто быстрее», «Проведи мяч», «Мяч водящему», п/и «Пустое место». 3. Игра м/п «Мяч по кругу» <p>Занятие на воздухе <i>Пр. содержание:</i> упражнять в беге между предметами, разучить игру «Бездомный заяц», повторить игровые упражнения с мячом. <i>См. Пензулаева с. 113</i></p>	<p>Обучающее занятие <i>Пр. содержание:</i> упражнять детей в беге на скорость, повторить прыжки в высоту с разбега, отрабатывать навык метения мешочков в даль, упражнять в подлезании под шнур. <i>См. Пензулаева Л.И. с.114</i></p> <p>Сюжетное занятие Тема «Попрыгунчики» <i>Пр. содержание:</i> учить бегу с препятствиями, закрепить умение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной поверхности, совершенствовать навыки выполнения упражнений со скакалками <i>См. Подольска с. 146-149</i></p> <p>Занятие на воздухе <i>Пр. содержание:</i> повторить игру «По местам», развивая ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу воспитателя, упражнять в ходьбе по бревну, повторить игровые упражнения с мячом. <i>См. Пензулаева с. 115</i></p>	<p>Обучающее занятие <i>Пр. содержание:</i> упражнять детей в беге, в колонне по одному с перестроением в пары и обратно в колонну по одному, повторить бег на скорость шеренгами, закрепить умение влезать на гимнастическую стенку произвольным способом. <i>См. Пензулаева Л.И. с.116</i></p> <p>День здоровья</p> <p>Занятие на воздухе <i>Пр. содержание:</i> упражнять детей в медленном, непрерывном беге, повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом <i>См. Пензулаева Л.И. с. 117.</i></p>	<p>Обучающее занятие <i>Пр. содержание:</i> закрепить у детей навыки ходьбы в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя, упражнять в переходе с одного пролета гимнастической стенки на другой, повторить упражнения в равновесии и прыжках <i>См. Пензулаева Л.И. с.118</i></p> <p>Игровое занятие <i>Пр. содержание:</i> упражнять детей в прыжках в длину с разбега, метании вдаль.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Коррегир. ходьба, бег, «елочка» 2. «Кто дальше», «Самый быстрый», «Эстафета парами», п/и «Пожарные на учениях» 3.Игра м/п «Самый внимательный» <p>Занятие на воздухе: <i>Пр. содержание:</i> упражнять детей в непрерывном беге, в ходьбе с перешагиванием через предметы. Повторить игровые упражнения с мячом, бегом. <i>См. Пензулаева Л.И. с. 119</i></p>

И Ю Л Ь

I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
<p>Обучающее занятие <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в ходьбе по кругу с изменением направления движения, разучить ходьбу и бег по наклонному бревну, упражнять в перебрасывании мяча друг другу, повторить прыжки в высоту с разбега <i>См. Пензулаева Л.И. с.120</i></p> <p>Игровое занятие <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в равновесии, ходьбе по канату приставным шагом, закрепить в играх прыжки в длину с места, повторить игровые упражнения с мячом 1.Корректирующая ходьба, бег, «Аист», ходьба по канату. 2. «Кто дальше прыгнет», «Быстрые и ловкие», «Стой», «С кочки на кочку», эстафеты парами, п/и «Волк во рву» 3.Игра м/п «Что изменилось вокруг».</p> <p>Занятие на воздухе <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в челночном беге, повторить игровые упражнения с прыжками, эстафеты с мячом <i>См. Пензулаева Л.И. с.121</i></p>	<p>Обучающее занятие <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в ходьбе на носках и беге враспынную между предметами, закрепить умение прыгать в длину с разбега, упражнять в бросании малого мяча вверх, пролезании под дугу боком. <i>См. Пензулаева Л.И. с. 122</i></p> <p>Сюжетное занятие «Ты мой друг и я твой друг» <u>Пр. содержание:</u> учить сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной поверхности, выполнять упражнения парами, закрепить умение прыгать через скакалку, совершенствовать умение подбрасывать и ловить мяч. <i>См.: Подольская с. 156-158</i></p> <p>Занятие на воздухе <u>Пр. Содержание:</u> упражнять детей в челночном беге, ходьбе и беге враспынную, повторить игровые упражнения с прыжками, с бегом, эстафеты с мячом <i>См. Пензулаева Л.И. с.123</i></p>	<p>Обучающее занятие <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения, ходьбе и беге враспынную, с остановкой и выполнением заданий по сигналу воспитателя, упражнять в метании в горизонтальную цель. <i>См. Пензулаева Л.И. с.124</i></p> <p style="text-align: center;">День здоровья</p> <p>Занятие на воздухе <u>Пр. содержание:</u> продолжать упражнять детей в непрерывном беге до 2 минут, повторить игровые упражнения с бегом, прыжками. <i>См. Пензулаева Л.И. с.99, № 21</i></p>	<p>Обучающее занятие <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий для рук, повторить лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет, упражнять в равновесии прыжках <i>См. Пензулаева Л.И. с.126</i></p> <p>Игровое занятие <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в равновесии, прыжках в высоту, лазаньи чередующим шагом.</p> <p>1. Корректирующая ходьба, бег змейкой.2. Ходьба по скамейке боком, приставным шагом, /и «Пожарные на учении», упр. «Кто выше прыгнет», «Кто быстрее», п/и «Отдай ленту»</p> <p>3. Игра м/п «Затейники»</p> <p>Занятие на воздухе <u>Пр. содержание:</u> повторить с детьми бег на скорость, упражнять в прыжках через короткую скакалку, упражнять в перебрасывании мяча. <i>См. Пензулаева Л.И. с.127</i></p>

Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов, требует особых форм работы в соответствии с реализуемыми задачами воспитания, обучения и развития ребенка.

Образовательная деятельность, осуществляемая в утренний отрезок времени, включает:

- двигательную деятельность детей, активность которой зависит от содержания организационной образовательной деятельности в первой половине дня.

Во второй половине дня организуются разнообразные культурные практики, ориентированные на проявление детьми самостоятельности и творчества в разных видах деятельности. В культурных практиках создается атмосфера свободы выбора, творческого обмена и самовыражения, сотрудничества взрослого и детей.

Совместная игра воспитателя и детей направлена на обогащение содержания творческих игр, освоение детьми игровых умений, необходимых для организации самостоятельной игры.

Детский досуг — вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для игры, развлечения, отдыха. Как правило, в детском саду организуются досуги «Здоровья и подвижных игр», «Веселые старты».

2.3. Способы и направления поддержки детской инициативы

Детская инициатива проявляется в свободной самостоятельной деятельности детей по выбору и интересам. Возможность играть в соответствии с собственными интересами является важнейшим источником эмоционального благополучия ребенка в детском саду. Самостоятельная деятельность детей протекает преимущественно в утренний отрезок времени и во второй половине дня.

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

- развивать активный интерес детей к окружающему миру, стремление к получению новых знаний и умений;
- создавать разнообразные условия и ситуации, побуждающие детей к активному применению знаний, умений, способов деятельности в личном опыте;
- постоянно расширять область задач, которые дети решают самостоятельно; постепенно выдвигать перед детьми более сложные задачи, требующие сообразительности, творчества, поиска новых подходов, поощрять детскую инициативу;
- тренировать волю детей, поддерживать желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца;
- ориентировать дошкольников на получение хорошего результата;
- своевременно обратить особое внимание на детей, постоянно проявляющих небрежность, торопливость, равнодушие к результату, склонных не завершать работу;
- дозировать помощь детям. Если ситуация подобна той, в которой ребенок действовал раньше, но его сдерживает новизна обстановки, достаточно просто намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае;

— поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества.

Переход в старшую группу связан с *изменением статуса дошкольников в детском саду*. В общей семье воспитанников детского сада они становятся самыми старшими. Воспитатель помогает детям осознать и эмоционально прочувствовать свое новое положение в детском саду. Такие мотивы, как «Мы заботимся о малышах», «Мы — помощники воспитателя», «Мы хотим узнать новое о мире и многому научиться», «Мы готовимся к школе», направляют активность старших дошкольников на решение новых, значимых для их развития задач.

Опираясь на характерную для старших дошкольников потребность в самоутверждении и признании со стороны взрослых, педагог обеспечивает условия для развития детской самостоятельности, инициативы, творчества. Он постоянно создает ситуации, побуждающие детей активно применять свои знания и умения, ставит перед ними все более сложные задачи, развивает волю, поддерживает желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца, нацеливает на поиск новых, творческих решений.

Педагог придерживается следующих правил. Не нужно при первых же затруднениях спешить на помощь ребенку, полезнее побуждать его к самостоятельному решению; если же без помощи не обойтись, вначале эта помощь должна быть минимальной: лучше дать совет, задать наводящие вопросы, активизировать имеющийся у ребенка прошлый опыт. Всегда необходимо предоставлять детям возможность самостоятельного решения поставленных задач, нацеливать их на поиск нескольких вариантов решения одной задачи, поддерживать детскую инициативу и творчество, показывать детям рост их достижений, вызывать у них чувство радости и гордости от успешных самостоятельных, инициативных действий.

Старшие дошкольники очень чувствительны к оценкам взрослых. Они остро переживают, если взрослый выражает сомнение в их самостоятельности, ограничивает свободу. Необходимо поддерживать в детях ощущение своего взросления, вселять уверенность в своих силах.

Развитию самостоятельности способствует освоение детьми *универсальных умений: поставить цель (или принять ее от педагога), обдумать путь к ее достижению, осуществить свой замысел, оценить полученный результат с позиции цели*

Высшей формой самостоятельности детей является творчество. Задача педагога — развивать интерес к творчеству. Этому способствуют создание творческих ситуаций в игровой деятельности. Все это — обязательные элементы образа жизни старших дошкольников в детском саду. Именно в увлекательной творческой деятельности перед дошкольником возникает проблема самостоятельного определения замысла, способов и формы его воплощения.

2.4. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников

Одним из важных принципов технологии реализации программы является совместное с родителями воспитание и развитие дошкольников, вовлечение родителей в образовательный процесс физического развития

детей в ДОО. При этом сам педагог определяет, какие задачи он сможет более эффективно решить при взаимодействии с семьей, как поддерживать с родителями деловые и личные контакты, вовлекать их в процесс совместного физического воспитания дошкольников.

В старшем дошкольном возрасте педагог строит свое взаимодействие на основе укрепления сложившихся деловых и личных контактов с родителями воспитанников. Именно в этот период педагог корректирует детско-родительские отношения, помогает родителям и детям найти общие интересы, которые в дальнейшем могут стать основой семейного общения. Много внимания педагог уделяет развитию совместной деятельности родителей и детей — игровой, досуговой. В процессе совместной с родителями деятельности он опирается на развивающиеся у них способности к самоанализу, к оценке результатов развития ребенка, умения замечать, как изменение собственной воспитательной тактики приводит к росту личностных достижений ребенка.

Кроме того, период старшего дошкольного детства непосредственно связан с повышением компетентности родителей по проблеме подготовки детей к школе, снижением уровня тревожности родителей перед поступлением детей в школу, определением совместных с педагогом условий для лучшей подготовки к школе каждого ребенка по физическим показателям.

Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников

1. Ориентировать родителей на изменения в личностном развитии старших дошкольников — развитие любознательности, самостоятельности, инициативы и творчества в детских видах деятельности. Помочь родителям учитывать эти изменения в своей педагогической практике.

2. Способствовать укреплению физического здоровья дошкольников в семье, обогащению совместного с детьми физкультурного досуга (занятия в бассейне, коньки, лыжи, туристические походы), развитию у детей умений безопасного поведения дома, на улице, в лесу, у водоема.

Направления взаимодействия педагога с родителями

Педагогический мониторинг

В старшей группе, учитывая формирующиеся образовательные запросы родителей по физическому воспитанию, педагог стремится учесть их пожелания, узнать их возможности в совместном физическом воспитании дошкольников. С этой целью он проводит беседы с родителями, анкетирование на темы «Физическое воспитание в семье». Такие методы позволяют выявить интересы и потребности родителей, полученные знания и умения родителей в конкретной области семейного воспитания, их возможности конкретного участия каждого родителя в педагогическом процессе детского сада. Такая диагностика предваряет внесение изменений в различные аспекты педагогического процесса ДОО, требующих участия и поддержки семьи.

Педагогическая поддержка

В старшем дошкольном возрасте для удовлетворения сформировавшихся образовательных запросов родителей педагог организует разные формы взаимодействия — семинары, выставки, видеосалоны, родительские клубы, игротеки-практикумы.

Достижения детей родителям помогают увидеть выставки детского и совместного детско-родительского творчества: «Вот мы какие!», «Будущий чемпион». Видя рост своего ребенка, сами родители более активно включаются в педагогический процесс, организуя совместную досуговую деятельность (детско-родительские праздники, развлечения, экскурсии, походы).

Для расширения представлений старших дошкольников о здоровом образе жизни, педагог помогает родителям организовать с детьми игры-беседы о спортсменах, олимпийских чемпионах. Совместная с педагогом деятельность способствует накоплению родителями позитивного воспитательного опыта.

Педагогическое образование родителей

Осуществляя педагогическое образование родителей, педагог учитывает развивающиеся возможности родителей и детей, помогает родителям устанавливать партнерские взаимоотношения с дошкольниками, увидеть перспективы их будущей жизни. Для этого он организует такие встречи с родителями, как «Права ребенка и права родителей», «Здоровье и ум через игру», «Развиваем силу, ловкость», «Скоро в школу». В ходе реализации образовательных задач педагог использует такие формы, которые помогают занять родителю субъектную позицию, — тренинги, анализ реальных ситуаций, показ и обсуждение видеоматериалов. В общении с родителями педагогу необходимо актуализировать различные проблемные ситуации, в решении которых родители принимают непосредственное участие.

Для педагогического образования родителей выпускается газета «Спортландия». Темы могут быть разными, например, «Как научить ребенка плавать», «Утренняя зарядка дома». Также публикуются статьи по физическому воспитанию на сайт детского сада.

Вместе с тем педагогу необходимо помнить, что к старшему дошкольному возрасту у части родителей уже сложилась своя воспитательная тактика, появились свои достижения в развитии ребенка. Поэтому воспитателю важно создать условия для презентации их педагогического роста — проведение родительских встреч, конкурсов «Мама, папа, я – спортивная семья»

Совместная деятельность педагогов и родителей

Опираясь на интерес к совместной деятельности, развивающиеся творческие умения детей и взрослых, педагог делает родителей активными участниками разнообразных встреч, викторин, вечеров досуга, соревнований. Результаты взаимодействия взрослых и детей становятся предметом дальнейшего обсуждения с родителями, в ходе которого важно уделить внимание развитию педагогической рефлексии, послужить основой для определения перспектив совместного с семьей развития дошкольников.

2.5. Наиболее существенные характеристики содержания Программы (современная социокультурная ситуация развития ребенка)

Программа учитывает специфику национальных, социокультурных и иных условий для позитивных, доброжелательных отношений между детьми, в том числе принадлежащих к разным национально-культурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также имеющим различные (в том числе ограниченные) возможности здоровья.

Обучение осуществляется на русском языке. Население г. Калининграда (около 420 тыс. человек), многонациональное: самыми многочисленными являются русские. В результате миграционных процессов появилось множество малочисленных народностей: белорусы, украинцы, литовцы. Исторически сложилось так, что приоритетное направление получило развитие рыболовецкого, торгового флота, а в связи с эксклавым положением области – развитие военно-морского флота.

Особенности осуществления образовательного процесса:

Особенности	Характеристика региона (муниципалитета)	В ОУ
Демографические	С 2000-х годов наблюдается естественный прирост населения города. Рост рождаемости способствовал поиску путей решения проблемы охвата детей услугами дошкольного образования.	Функционируют: группа КП.
Природно-климатические и экологические	Город расположен на северо-западе. Климатические условия: крайняя неустойчивость и быстрая изменчивость погоды, повышенная влажность, большое количество осадков, преобладание ветров западных направлений.	Планирование образовательного процесса с включением вариативных режимов дня. Ведение углубленной работы экологической направленности в связи с природными особенностями местности (экскурсии в: Ботанический сад, историко-краеведческий музей, экоцентр, Куршскую косу).
Национально – культурные и этнокультурные	Население г. Калининграда (около 420 тысяч чел.), многонациональное: самыми многочисленными являются русские. В результате миграционных процессов появилось множество	Включение детей, для которых русский язык не родной, в развивающую среду ОУ, приобщение к речевой культуре нашего социума.

	малочисленных народностей: казахи, армяне, азербайджанцы, белорусы, украинцы и т.д.	
Социально - исторические	Город Калининград и Калининградская обл. всегда являлись центром рыбодобывающей отрасли. Это является главной спецификой региона.	Введение тем, направленных на ознакомление воспитанников с профессиональной деятельностью взрослых (моряки, рыбаки пограничники, строители и др.), с историей края, знаменитыми земляками.

2.6. Коррекционная работа

Основная цель образовательной области «Физическое развитие» — совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно-пространственной координации; улучшение качества жизни детей с ОВЗ посредством физической активности и спорта.

Физическое развитие лежит в основе организации всей жизни детей и в семье, и в дошкольном учреждении. Это касается предметной и социальной среды, всех видов детской деятельности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников. В режиме должны быть предусмотрены занятия физкультурой, игры и развлечения на воздухе, при проведении которых учитываются региональные и климатические условия. Задачи коррекционной образовательной деятельности в рамках образовательной области «Физическое развитие»

Работа по физическому воспитанию строится таким образом, чтобы решались и общие, и коррекционные задачи.

Основная задача — стимулировать позитивные сдвиги в организме, формируя необходимые двигательные умения и навыки, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма;

- формирование начальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;
- укрепление здоровья обучающихся, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, выработка устойчивости, приспособленности организма к неблагоприятным условиям внешней среды;
- содействие гармоничному физическому развитию;
- повышение физической и умственной работоспособности;
- овладение школой движения;
- развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и двигательных способностей;

- выработка представлений об основных видах спорта;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, сознательное их применение в целях отдыха, тренировки, укрепления здоровья;
- воспитание нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

Характеристика особенностей развития ребенка 5-6 лет.

В этом возрасте у ребенка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы, особенно кистей рук. Поэтому дети относительно легко усваивают задания в ходьбе, беге, прыжках, но известные трудности возникают при выполнении упражнений, связанных с работой мелких мышц.

Особенности организации образовательной деятельности

- организация образовательной деятельности без принуждения; ненасильственные формы организации;
- присутствие субъектных отношений педагога и детей (сотрудничество, партнерство);
- игровая цель или другая интересная детям;
- преобладание диалога воспитателя с детьми;
- предоставление детям возможности выбора материалов, оборудования, деятельности;
- более свободная структура ОД;
- приемы развивающего обучения.

Содержание образовательной деятельности

Детям, с задержкой речевого развития присуще некоторое отставание в развитии двигательной сферы, проявляющееся плохой координацией движений, неуверенностью в выполнении дозированных движений, снижением скорости и ловкости движений, трудностью реализации сложных двигательных программ, требующих пространственно-временной организации движений общих, мелких, артикуляторных.

С расстройствами речи тесно связано нарушение мелкой моторики рук: недостаточная координация пальцев, замедленность и неловкость движений, застревание на одной позе.

Указанные отклонения в развитии детей, страдающих речевыми аномалиями, спонтанно не преодолеваются. Они требуют специально организованной работы по их коррекции.

НОД в рамках образовательной области «Физическое развитие» содействует правильному физическому развитию и закаливанию организма, повышению физической и умственной работоспособности, освоению основных двигательных умений и навыков.

Двигательная активность, осуществляющаяся в процессе физического воспитания, является необходимым условием нормального развития центральной нервной системы обучающегося, средством совершенствования межанализаторного взаимодействия.

Важнейшим требованием в работе с детьми с ОВЗ – это обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к обучающимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной

подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдение гигиенических норм.

Правильное физическое воспитание - необходимое условие нормального развития всего организма. Благодаря двигательной активности обеспечивается развитие сердечно-сосудистой системы и органов дыхания, улучшается обмен веществ, повышается общий тонус жизнедеятельности.

Содержание образовательной области «Физическое развитие» тесно связано с содержанием всех образовательных областей, обеспечивая закрепление знаний о необходимости сохранения и укрепления здоровья, об общественной и личной гигиене, установку на здоровый образ жизни, а также с коррекционным курсом «Логопедическая ритмика», способствуя выработке координированных, точных и полных по объему движений, синхронизированных с темпом и ритмом музыки.

Ведущее место в системе физического воспитания занимает занятие. На занятиях по физической культуре, наряду с образовательными и оздоровительными, решаются специальные коррекционные задачи:

- формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;
- изучение в процессе предметной деятельности различных свойств материалов, а также назначения предметов;
- развитие речи посредством движения;
- формирование в процессе двигательной деятельности различных видов познавательной деятельности;
- управление эмоциональной сферой ребенка, развитие морально-волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных занятий, игр, эстафет.

В соответствии с действующим СанПиНом в каждой дошкольной группе проводятся три физкультурных занятия в неделю. Из них: два занятия организуется в зале, одно - на свежем воздухе во время прогулки в виде подвижных или спортивных игр. Эффективность обучения двигательным действиям зависит от методики проведения занятия, от того, как в процессе обучения активизируется познавательная деятельность детей, насколько сознательно относятся они к усвоению двигательных действий.

Педагог на занятиях по физической культуре сообщает детям необходимые сведения о режиме дня, о закаливании организма, правильном дыхании, осанке, прививает и закрепляет гигиенические навыки (уход за телом, мытье рук после занятий, опрятность физкультурной формы), воспитывает устойчивый интерес и привычку к систематическим занятиям физической культурой.

В настоящее время в систему занятий по физическому развитию для детей с ОВЗ включается комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию к нормальной социальной среде людей с ограниченными возможностями, преодоление психологических барьеров, препятствующих ощущению полноценной жизни.

Два раза в месяц в содержание игровых занятий планируются и проводятся подвижные речевые игры. Проводя занятия по физической культуре, педагог упрощает основное движение для детей ОВЗ или уменьшает количество раз. В работу включаются физические упражнения:

построение в шеренгу (вдоль линии), в колонну друг за другом, в круг; ходьба; бег, прыжки; лазанье; ползание; метание; общеразвивающие упражнения на укрепление мышц спины, плечевого пояса и ног, на координацию движений, на формирование правильной осанки, на развитие равновесия. Так же проводятся подвижные игры, направленных на совершенствование двигательных умений, формирование положительных форм взаимодействия между детьми.

В летний период планируется и проводится индивидуальная и подгрупповая работа с детьми ОВЗ. Индивидуальные занятия направлены на развитие и поддержку способностей ребенка в соответствии с его возможностями. Они строятся на оценке достижений ребенка и определения зоны его ближайшего развития. Каждое занятие выстраивается с учетом действий всех специалистов, работающих с ребенком. Например, работу логопеда по развитию речи дополняет работа психолога по развитию коммуникативных функций и работа инструктора по развитию крупной моторики.

Формируя у дошкольников жизненно важные умения и навыки, следует уделять надлежащее внимание и выработке у них умения быстро и точно выполнять мелкие движения пальцами рук, умело взаимодействовать обеими руками, быстро перестраивать движения в соответствии с двигательной задачей.

Развитие движений рук у детей ОВЗ обеспечивают повышение работоспособности головного мозга, способствуют успешности овладения различными видами деятельности.

Тематический план работы с детьми ОВЗ

Месяц	Неделя	Название игры
сентябрь	III	«Садовник»
октябрь	I	«Улетают журавли»
	III	«Ветер и листья»
ноябрь	I	«Жила-была Мышка»
	III	«Назови зверя»
декабрь	I	«Два Мороза»
	III	«Ловишка с колокольчиком»
январь	III	«Заря»
февраль	I	«Игровая»
	III	«Снег летит»
март	I	«Кот Антипка»
	III	«Сосна»
апрель	I	«Птицелов»
	III	«Дуб»
май	I	«Веночек»
июнь	I	«Веселые пчелы»
	III	«Посуда»
июль	I	«Игра в стадо»
	III	«На водопой»

август	I	«Летний дождь»
	III	«В лесу»

2.7. Особенности организации мониторинга.

Проведение мониторинга осуществляется по программе Т.И.Бабаевой «Детство», проводится по возрастам, с учетом следующих показателей:

- Умеет лазать по гимнастической стенке, прыгать в длину с места, с разбега, в высоту с разбега, через скакалку;
- умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо, равняться, размыкаться, выполнять повороты в колонне;
- умеет метать предметы правой и левой руками в вертикальную и горизонтальную цели, отбивает и ловит мяч;
- катается на самокате, участвует в спортивных играх.

Результаты мониторинга образовательного процесса, то есть уровни овладения необходимыми навыками и умениями фиксируются в специальных таблицах, автор Верищагина Н.В. Таблицы заполняются дважды в год – в начале и конце учебного года для проведения сравнительной диагностики.

Технология работы с таблицами включает два этапа. Сперва считается итоговый показатель по каждому ребенку. Этот показатель необходим для написания характеристики на конкретного ребенка и проведения индивидуального учета промежуточных результатов физического развития и для планирования дальнейшей работы для улучшения результатов. Второй этап – итоговый показатель по группе. Этот показатель необходим для описания общегрупповых тенденций развития детей.

Двухступенчатая система мониторинга позволяет оперативно выделять детей с проблемами в физическом развитии, а также определять трудности реализации программного содержания в каждой конкретной группе.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Материально-техническое обеспечение Программы

3.1.1. Специализированное учебное помещение

Спортивный зал.

Основное учебное оборудование: велотренажёр детский, тренажер «Степпер», мягкие модули, ребристые дорожки, гимнастические скамейки, обручи маленькие и большие, гимнастические палки, скакалки, мячи резиновые, большие и малые островки, мешочки с песком, ленты разноцветные, гимнастические маты, кегли, гимнастический снаряд «Дорожка», конус с отверстиями, пластмассовые шары, сетка волейбольная, баскетбольная стойка, ракетки для бадминтона, баскетбольные мячи, волейбольные мячи, набивные мячи.

3.1.2. Спортивная площадка

Спортивная площадка расположена на улице, с резиновым покрытием, имеется разметка. Оборудованная футбольными воротами, баскетбольными щитами, имеется гимнастическое бревно.

3.2. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Методические материалы.

1. Детство: Примерная образовательная программа дошкольного образования / Т. И. Бабаева, А. Г. Гогоберидзе, О. В. Солнцева и др. — СПб. : ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014. — 352с.

2. Кудрявцева В.Т. «Развивающая педагогика оздоровления», М., Линка – пресс, 2000 год.

3. Громова С. П. «Физкультурно-оздоровительная работа с дошкольниками: новые подходы», Калининград, 2001 год.

4. Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет», М., «Просвещение», 2003 год.

5. Хухлаева Д. В. «Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях», М., «Просвещение», 2001 год.

6. Подольская Е.И. «Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет», Волгоград, 2011.

7. Сочеванова Е.А. «Подвижные игры с бегом для детей 4-7 лет», СПб.: Детство-Пресс, 2009.

8. Лескова Г.П. «Общеразвивающие упражнения в детском саду», М., «Просвещение», 1981.

Средства обучения и воспитания.

аудио-записи маршевой музыки, музыки для бега, музыки для музыкально-ритмических танцев, схемы – упражнения для общеразвивающих упражнений, картотеки подвижных игр, народных игр, основных движений, физминуток, пособие с элементами моделирование для игры «Веселые звери», маски для подвижных игр.

3.3. Распорядок дня.

Режимные моменты	время	количество
Утренняя гимнастика	8-10 минут	
Образовательная деятельность (образовательная ситуация на игровой основе) в спортивном зале	25 минут	2 раза в неделю
Образовательная деятельность (образовательная ситуация на игровой основе) на спортивной площадке, на улице	25 минут	1 раз в неделю
День здоровья	35-40 минут	1 раз в месяц

3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий.

Задача педагога — приобщение к здоровому образу жизни, укрепление здоровья детей, их физическое развития, реализация природной двигательной активности детей, создание атмосферы радости общения.

Раз в месяц организуется и проводится День здоровья. В контексте темы проводится спортивный праздник с участием сказочного персонажа. Примерные темы «Веселый зоопарк», «Космос», «Веселые спортсмены». В ходе праздника организуются игры-забавы, игры – аттракционы.

Ежегодно организуется и проводится Семейный оздоровительный праздник, посвященный Дню защитника Отечества. Здесь родители принимают активное участие в конкурсах.

Летом еженедельно проводятся спортивные праздники, развлечения, викторины. В жаркую погоду проводятся веселые игры с водой.

В течении года организуются спортивные праздники и развлечения. Осенью – «Праздник 1 сентября», зимой – «Встреча Зимушки-зимы», весной – «Всемирный День здоровья», летом – «Здравствуй, лето-красное!»

В течении года дети принимают участие в общегородских соревнованиях, фестивалях.

3.5. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.

Насыщенная развивающая предметно-пространственная среда становится основой для организации физического развития каждого ребенка.

При переходе ребенка в старшую группу начинает меняться его психологическая позиция: он впервые начинает ощущать себя старшим среди детей детского сада. Важно поддержать это ощущение такой организацией среды, при которой ребенок будет активно проявлять двигательную активность, самостоятельность, ответственность, инициативу.

Предметно-игровая среда построена так, что дети могут участвовать во всем многообразии игр: народных, хороводных, в играх с готовым содержанием и правилами, в подвижных играх и спортивных развлечениях. (далее).

Спортивный зал и спортивная площадка соответствуют всем требованиям, предъявляемым к развивающей предметно-пространственной среде, способствует охране и укреплению физического и психического здоровья детей.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства ДОО. Материалы, оборудование и инвентарь для физического развития детей дошкольного возраста подобран в соответствии с возрастом детей; обеспечивает возможность общения и совместной деятельности детей и взрослых, двигательной активности детей, способствует реализации данной образовательной программы.

Также учтены национально-культурные, климатические условия, в которых осуществляется образовательная деятельность;

Развивающая предметно-пространственная среда содержательно-насыщенна, трансформируема, вариативна, доступна, а главное - безопасна.

Насыщенность среды соответствует возрастным возможностям детей и содержанию Программы.

Спортивный зал и спортивная площадка оснащены средствами обучения и воспитания, соответствующими материалами, в том числе игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем. Организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря обеспечивает:

- игровую, познавательную, и творческую активность всех воспитанников, -двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики,

- участие в подвижных играх и соревнованиях;
- эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;
- возможность самовыражения детей.

Развивающая, предметно-пространственная среда является трансформируемой, то есть возможны изменения в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.

Развивающая среда обладает также и вариативностью, стимулируя игровую, двигательную, активность детей.

Среда является доступной к играм, оборудованию, обеспечивающим все основные виды детской активности.

Предметно-пространственная среда является безопасной, что соответствует требованиям ФГОС.

3.6. Краткая презентация.

Данная рабочая программа разработана на основе Основной общеобразовательной программы МАДОУ детского сада № 119 и Примерной образовательной программы дошкольного образования Детство под редакцией Т.И.Бабаевой.

Структура рабочей программы выдержана в соответствии с ФГОС дошкольного образования:

- выделены три раздела: целевой, содержательный, организационный;
- представлены содержание и особенности организации образовательного процесса в старшей группе;
- дана характеристика особенностей развития детей и планируемых результатов освоения программы в возрасте 5-6 лет;
- описаны вариативные формы, способы, методы и средства реализации программы; особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик детей; способы и направления поддержки детских инициатив; особенности организации мониторинга;
- охарактеризованы особенности взаимодействия с семьями воспитанников;
- определено содержание методических материалов и средств обучения и воспитания; раскрыты особенности традиционных событий, праздников, мероприятий; особенности организации предметно-пространственной среды;
- описана коррекционная работа с детьми ОВЗ;
- в приложении дан тематический план.

Данная рабочая программа ориентирована на охрану и укрепление физического здоровья детей, нацелена на их физическое развитие.