

ПРИНЯТА:

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада №10
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол
от 31.08.2023 № 1

УЧТЕНО МНЕНИЕ

Совета родителей (законных
представителей) воспитанников
ГБДОУ детского сада №10
Невского района Санкт-Петербурга
(протокол от 31.08.2023г. №)

УТВЕРЖДЕНА:

Приказом заведующего
ГБДОУ детского сада №10
Невского района Санкт-Петербурга
от 31.08.2023 № 104
Заведующий
/А.В.Михайлова/



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
инструктора по физической культуре
для младшей группы
общеразвивающей направленности
Государственного бюджетного дошкольного образовательного
учреждения детского сада №10 Невского района
Санкт-Петербурга
на 2023 - 2024 учебный год

Составитель:
Инструктор по физической культуре
Саленек Анастасия Игоревна

Санкт-Петербург
2023 г.

Аннотация

Рабочая программа (далее - Программа) разработана для детей младшей группы общеразвивающей направленности (3-4 лет)

Программа определяет содержание и организацию образовательного процесса группы, которая состоит из трех разделов: целевой, содержательный и организационный.

Нормативной базой для составления программы являются:

- Федеральный закон от 29.12.2012г. №273 (ред. от 31.07.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями вступившими в силу с 01.09.2020);
- Федеральный закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»; -Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (срок действия с 01.01.2021г. до 01.01.2027г.);
- Постановление государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г. №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Рабочая программа по физической культуре разработана в соответствии с ФГОС дошкольного образования, Федеральной образовательной программой дошкольного образования (далее ФОП ДО) и с учетом Образовательной программы Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 10 общеразвивающего вида Невского района Санкт-Петербурга (далее – Программа).

В Целевом разделе раскрыты цели, задачи, принципы и подходы к формированию программы, психолого-педагогическая характеристика особенностей психофизиологического развития детей группы, планируемые результаты освоения Программы, в соответствии с ФГОС ДОУ и учетом психофизического развития детей.

При реализации рабочей программы приоритетными являются следующие задачи:

забота о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном всестороннем развитии каждого ребенка; создание в группах атмосферы гуманного и доброжелательного отношения ко всем воспитанникам, что позволяет растить их общительными, добрыми, любознательными, инициативными, стремящимися к самостоятельности и творчеству; Задачи реализуются в процессе разнообразных видов детской деятельности: игровой, познавательно исследовательской, коммуникативной, продуктивной, трудовой, музыкальной.

При построении программы опирались на следующие принципы: поддержка инициативы детей в различных видах деятельности; приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства; формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности; учет этнокультурной ситуации развития детей.

В Содержательном разделе раскрыто содержание образовательной работы с детьми по 5 образовательным областям:

- социально-коммуникативное развитие,
- познавательное развитие,
- речевое развитие,
- физическое развитие,
- художественно-эстетическое развитие

Раскрыта система педагогической диагностики достижения детьми планируемых результатов освоения «Образовательной программы дошкольного образования Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 10 Невского района Санкт-Петербурга» организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников.

Организационный раздел раскрывает режим пребывания воспитанников в группе, структуру реализации образовательной деятельности (совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей, индивидуальный маршрут развития ребенка), максимально допустимую образовательную нагрузку воспитанников группы (занятия), создание развивающей предметно-пространственной среды группы, методическое обеспечение образовательной деятельности.

Срок реализации рабочей программы: с 01.09. 2023 по 31.08.2024 г.

Важнейшим условием реализации программы является взаимодействие всех участников образовательного процесса.

Для реализации рабочей учебной программы имеется учебно-методическое и информационное обеспечение.

Рабочая программа адресована воспитателям, инструктору по физической культуре, другим специалистам, родителям (законным представителям) обучающихся.

ОГЛАВЛЕНИЕ		
1.	Целевой раздел	5
1.1	Пояснительная записка	5
1.2	Целевые ориентиры на этапе завершения освоения Программы	11
1.3	Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по Программе	12
2.	Содержательный раздел	14
2.1	Содержание работы по физическому развитию в младшей группе для детей (3-4 лет)	14
2.2	Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие»	17
2.3	Примерный план мероприятий на 2023-2024 учебный год	18
2.4	Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников, с социальными партнерами	19
2.5	Развернутое планирование занятий по физической культуре в младшей группе (3-4 лет)	20
3	Организационный раздел	33
3.1	Структура реализации образовательной деятельности. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия)	33
3.2	Режим дня и распорядок	34
3.3	Организация развивающей предметно-пространственной среды	38
3.4	Материально-техническое обеспечение Программы	38
3.5	Методическое обеспечение	39
	<i>Приложение 1</i> Дистанционное обучение	42
	Приложение 2 Ранняя профориентация	51

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Цель	<p>- реализация содержания «Образовательной программы дошкольного образования Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 10 Невского района Санкт – Петербурга» в соответствии с ФГОС дошкольного образования, Федеральной образовательной программой дошкольного образования (далее ФОП ДО)</p> <p>- разностороннее развитие ребёнка в период дошкольного детства с учётом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций.</p>
Задачи	<p>Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:</p> <ul style="list-style-type: none">оптимизировать двигательный режим с учетом возрастных психофизиологических особенностей детей и имеющегося двигательного опыта;развивать основные движения (бросание и ловля, ползание, лазанье, метание, ходьба, бег, прыжки), ориентировку в пространстве, функцию равновесия;формировать умение согласовывать свои действия с движениями других детей при выполнении физических упражнений;обучать простейшим построениям и перестроениям, выполнению простых ритмических движений под музыку;активизировать двигательную деятельность, формировать интерес к физическим упражнениям;закреплять культурно-гигиенические навыки и формировать полезные привычки.
Принципы и подходы к формированию рабочей программы	<p><i>Программа построена на следующих принципах ДО, установленных ФГОС ДО:</i></p> <ol style="list-style-type: none">1) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;2) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;3) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;

	<p>4) полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возрастов), обогащение (амплификация) детского развития;</p> <p>5) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;</p> <p>6) содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников(далее вместе - взрослые);</p> <p>7) признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;</p> <p>8) сотрудничество ДОО с семьей;</p> <p>9) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);</p> <p>10) учёт этнокультурной ситуации развития детей.</p>
<p>Основными подходами к формированию Программы являются</p>	<ul style="list-style-type: none"> - деятельностный подход, предполагающий развитие ребенка в деятельности, включающей такие компоненты как самоцелеполагание, самопланирование, самоорганизация, самооценка, самоанализ; - интегративный подход, ориентирующий на интеграцию процессов обучения, воспитания и развития в целостный образовательный процесс в интересах развития ребенка; - индивидуальный подход, предписывающий гибкое использование педагогами различных средств, форм и методов по отношению к каждому ребенку; - личностно-ориентированный подход, который предусматривает организацию образовательного процесса на основе признания уникальности личности ребенка и создания условий для ее развития на основе изучения задатков, способностей, интересов, склонностей; - средовой подход, ориентирующий на использование возможностей внутренней и внешней среды образовательной организации в воспитании и развитии личности ребенка.
<p>Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей психофизиологического развития детей (младшей</p>	<p>На третьем году жизни дети становятся самостоятельнее. Продолжают развиваться предметная деятельность, деловое сотрудничество ребенка и взрослого; совершенствуются восприятие, речь, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно-действенное мышление, в конце года появляются основы наглядно-образного мышления. Развитие предметной деятельности связано с усвоением культурных способов действия с различными предметами. Совершенствуются соотносящие и орудийные действия. Умение выполнять орудийные действия развивает произвольность, преобразуя натуральные формы активности в культурные на основе предлагаемой взрослыми модели, которая выступает в качестве не только объекта для подражания, но и образца, регулирующего собственную активность ребенка.</p> <p>В ходе совместной с взрослыми предметной деятельности продолжает развиваться понимание речи. Слово отделяется от ситуации и приобретает самостоятельное значение. Дети продолжают осваивать названия окружающих</p>

<p>группы)</p>	<p>предметов, учатся выполнять словесные просьбы взрослых, ориентируясь в пределах ближайшего окружения.</p> <p>Количество понимаемых слов значительно возрастает. Совершенствуется регуляция поведения в результате обращения взрослых к ребенку, который начинает понимать не только инструкцию, но и рассказ взрослых.</p> <p>Интенсивно развивается активная речь детей. К трем годам они осваивают основные грамматические структуры, пытаются строить сложные и сложноподчиненные предложения, в разговоре с взрослым используют практически все части речи. Активный словарь достигает примерно 1500–2500 слов.</p> <p>К концу третьего года жизни речь становится средством общения ребенка со сверстниками. В этом возрасте у детей формируются новые виды деятельности: игра, рисование, конструирование.</p> <p>Игра носит процессуальный характер, главное в ней — действия, которые совершаются с игровыми предметами, приближенными к реальности.</p> <p>В середине третьего года жизни широко используются действия с предметами-заместителями.</p> <p>Появление собственно изобразительной деятельности обусловлено тем, что ребенок уже способен сформулировать намерение изобразить какой-либо предмет. Типичным является изображение человека в виде «головонога» — окружности и отходящих от нее линий. На третьем году жизни совершенствуются зрительные и слуховые ориентировки, что позволяет детям безошибочно выполнять ряд заданий: осуществлять выбор из 2–3 предметов по форме, величине и цвету; различать мелодии; петь.</p> <p>Совершенствуется слуховое восприятие, прежде всего фонематический слух. К трем годам дети воспринимают все звуки родного языка, но произносят их с большими искажениями. Основной формой мышления является наглядно-действенная. Ее особенность заключается в том, что возникающие в жизни ребенка проблемные ситуации разрешаются путем реального действия с предметами. К концу третьего года жизни у детей появляются зачатки наглядно-образного мышления. Ребенок в ходе предметно-игровой деятельности ставит перед собой цель, намечает план действия и т. п.</p> <p>Для детей этого возраста характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников. Однако в этот период начинает складываться и произвольность поведения. Она обусловлена развитием орудийных действий и речи. У детей появляются чувства гордости и стыда, начинают формироваться элементы самосознания, связанные с идентификацией с именем и полом.</p>
<p>Планируемые результаты освоения программы</p>	<p>Ребенок проявляет положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм. Легко находит свое место при совместных построениях и в играх. При выполнении упражнений по показу взрослого принимает исходное положение, демонстрирует большую, чем ранее координацию движений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге и прыжках на</p>

	ограниченной площади опоры, имеет лучшую, чем ранее, подвижность в суставах, реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое. Более уверенно выполняет общеразвивающие упражнения, осваивает музыкально-ритмические движения, выполняет двигательные задания, действует в общем для всех темпе. С удовольствием участвует в подвижных играх, знает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре. Понимает необходимость соблюдения чистоты и гигиены для здоровья, имеет сформированные полезные привычки.
Педагогическая диагностика достижений планируемых результатов	<p>Оценивание качества образовательной деятельности по Программе осуществляется в форме педагогической диагностики.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Педагогическая диагностика достижений планируемых результатов направлена на изучение деятельностных умений ребёнка, его интересов, предпочтений, склонностей, личностных особенностей, способов взаимодействия со взрослыми и сверстниками. Она позволяет выявлять особенности и динамику развития ребёнка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности. 2. Педагогическая диагностика индивидуального развития детей проводится педагогом в произвольной форме на основе наблюдения, свободных бесед с детьми, специальных диагностических ситуаций. 3. Педагогическая диагностика завершается анализом полученных данных, на основе которых педагог выстраивает взаимодействие с детьми, организует РППС, мотивирующую активную творческую деятельность обучающихся, составляет индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной Программы, осознанно и целенаправленно проектирует образовательный процесс. 4. Педагогическая диагностика в ДОУ проводится два раза в год (в начале и конце учебного года) <p>Методика организации мониторинга подобрана специалистом инструкторам по физической культуре в соответствии с реализуемой Программой.</p> <p>Контрольные упражнения предлагаются в игровой и соревновательной форме. Результаты заносятся в диагностическую карту.</p>
Основания разработки рабочей программы (документы и программно-	<ul style="list-style-type: none"> - Национальный проект «Образование» (утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 г. N 16) - Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» (2018-2025 годы), утверждена постановлением Правительства Российской Федерации от 26.12.2017г. №1642; - Федеральный закон от 29.12.2012г. №273 (ред. от 31.07.2020) «Об образовании

методические материалы)	<p>в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями вступившими в силу с 01.09.2020);</p> <p>- Федеральный закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (срок действия с 01.01.2021г. до 01.01.2027г.);</p> <p>- Постановление государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г. №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;</p> <p>- Образовательная программа дошкольного образования Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада №10 Невского района Санкт-Петербурга-Устав и другие локальные акты ГБДОУ</p> <p>- ФГОС дошкольного образования, Федеральной образовательной программой дошкольного образования (далее ФОП ДО)</p>
Срок реализации Рабочей программы	<p>2023-2024 учебный год</p> <p>(с 01.09. 2023 по 31.08.2024)</p>
Особенности осуществления образовательного процесса	<p>Взрослые способствуют формированию полезных навыков и привычек, нацеленных на поддержание собственного здоровья, в том числе формированию гигиенических навыков. Создают возможности для активного участия детей в оздоровительных мероприятиях.</p> <p>В сфере совершенствования двигательной активности детей, развития представлений о своем теле и своих физических возможностях, формировании начальных представлений о спорте. Взрослые уделяют специальное внимание развитию у ребенка представлений о своем теле, произвольности действий и движений ребенка. Для удовлетворения естественной потребности детей в движении взрослые организуют пространственную среду с соответствующим оборудованием как внутри помещения, так и на внешней территории (горки, качели и т. п.), подвижные игры (как свободные, так и по правилам), занятия, которые способствуют получению детьми положительных эмоций от двигательной активности, развитию ловкости, координации движений, силы, гибкости, правильного формирования опорно-двигательной системы детского организма. Взрослые поддерживают интерес детей к подвижным играм, занятиям на спортивных снарядах, упражнениям в беге, прыжках, лазании,</p>

метании и др.; побуждают детей выполнять физические упражнения, способствующие развитию равновесия, координации движений, ловкости, гибкости, быстроты, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также правильного не наносящего ущерба организму выполнения основных движений. Взрослые проводят физкультурные занятия, организуют спортивные игры в помещении и на воздухе, спортивные праздники; развивают у детей интерес к различным видам спорта, предоставляют детям возможность кататься на лыжах, ездить на велосипеде, плавать, заниматься другими видами двигательной активности.

Особенности контингента обучающихся – дети старше-подготовительной группы. Важно отметить, что контингент детей, осваивающий программу, владеет русским языком.

Физическая культура

Основной формой работы по физическому воспитанию детей остается организация непрерывной образовательной деятельности с детьми, которая дополняется закаливающими процедурами, подвижными играми, спортивными упражнениями, физкультминутками, бодрящей гимнастикой и упражнениями после сна. С детьми проводятся спортивные досуги, праздники и развлечения. В этом возрасте детей интересует вопрос, почему надо выполнять движения так, а не иначе, они понимают пользу упражнений, связь между способом выполнения и конечным результатом. Продолжается формирование у детей правильной осанки, организованности, самостоятельности, инициативы. Во время подвижных игр и физических упражнений дети учатся соблюдать игровые правила, проявлять самостоятельность, двигательную активность, интерес к подготовке места занятий и последующей уборке его. В старшей группе для детей особое внимание обращается на обучение их соблюдению правил безопасного поведения в подвижных играх при обращении со спортивным инвентарем.

Климатические.

Климатические условия Северо-Западного региона имеют свои особенности: недостаточное количество солнечных дней и повышенная влажность воздуха. Исходя из этого, в образовательный процесс Образовательного учреждения включены мероприятия, направленные на оздоровление детей и предупреждение утомляемости. Для этого в тематический план образовательной работы включаются специальные темы, направленные на формирование здорового образа жизни, на знакомство детей с особенностями местного климата путем наблюдений и несложных элементов познавательно-исследовательской деятельности. Программа учитывает риски, связанные с климатическими особенностями Санкт-Петербурга (большое количество пасмурных и ветреных дней; нестабильность установления снежного покрова в зимний период и т.п.). Поэтому Программа дает возможность педагогам осуществлять гибкий подход в реализации задач физического развития детей.

Так, Программа не предусматривает практического овладения детьми катания на лыжах, санках, езды на велосипеде, роликовых коньках в период пребывания детей в детском саду. Также Программа не предусматривает решения задач по обучению детей плаванию (отсутствие бассейна).

Организационные.

Для наиболее успешной реализации Программы, в контексте изменяющегося социального запроса в области дошкольного образования, в группе работает родительский комитет

Демографические.

Современные тенденции изменения системы образования, выражающиеся в стремлении к равноправным, партнерским отношениям между всеми участниками образовательных отношений, определяют необходимость развития активных форм взаимодействия детского сада и семей воспитанников. Основной целью такого взаимодействия является: осуществление разностороннего развития ребенка, создания равных условий образования детей дошкольного возраста независимо от материального достатка семьи, места проживания, языковой и культурной среды, этнической принадлежности. Для реализации поставленной цели в содержании работы с родителями (законными представителями) учитывается раздел Программы «Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников».

1.2. Целевые ориентиры на этапе завершения освоения Программы

К четырем годам

- ребёнок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;

- ребёнок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;

- ребёнок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;

- умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление; умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя; сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы; может ползать на четвереньках, лазать по наклонной лесенке, гимнастической стенке произвольным способом; энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см; может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м,

бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

1.3. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по Программе

Программой не предусматривается оценивание качества образовательной деятельности группы на основе достижения детьми планируемых результатов освоения Программы. Целевые ориентиры, представленные в Программе:

- не подлежат непосредственной оценке;
- не являются непосредственным основанием оценки как итогового, так и промежуточного уровня развития детей;
- не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей;
- не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей;
- не являются непосредственным основанием при оценке качества образования.

Программой предусмотрена система мониторинга динамики развития детей, динамики их образовательных достижений, основанная на методе наблюдения и включающая:

- педагогическую диагностику, связанную с оценкой эффективности педагогических действий с целью их дальнейшей оптимизации.

Программой предусмотрены следующие уровни системы оценки качества:

- диагностика развития ребенка, используемая как профессиональный инструмент педагога с целью получения обратной связи от собственных педагогических действий и планирования дальнейшей индивидуальной работы с детьми по Программе;
- внутренняя оценка, самооценка группы;
- внешняя оценка группы, (родителями, администрацией, в том числе независимая профессиональная и общественная оценка).

Важнейшим элементом системы обеспечения качества дошкольного образования в Организации является оценка качества психолого-педагогических условий реализации Программы.

Ключевым уровнем оценки является уровень образовательного процесса, в котором непосредственно участвует ребенок, его семья и педагогический коллектив группы.

Система оценки качества предоставляет педагогам материал для рефлексии своей деятельности и для серьезной работы над Программой, которую они реализуют. Результаты оценивания качества образовательной деятельности формируют доказательную основу для изменений Программы, корректировки образовательного процесса и условий образовательной деятельности.

Система оценки качества дошкольного образования:

- должна быть сфокусирована на оценивании психолого-педагогических и других условий реализации основной образовательной программы в Организации в пяти образовательных областях, определенных Стандартом;
- учитывает образовательные предпочтения и удовлетворенность дошкольным образованием со стороны семьи ребенка;
- исключает использование оценки индивидуального развития ребенка в контексте оценки работы группы;
- исключает унификацию и поддерживает вариативность программ, форм и методов дошкольного образования;

- способствует открытости по отношению к ожиданиям ребенка, семьи, педагогов, общества и государства;
- включает как оценку педагогами собственной работы, так и независимую профессиональную и общественную оценку условий образовательной деятельности в дошкольной организации;
- использует единые инструменты, оценивающие условия реализации программы в группе, как для самоанализа, так и для внешнего оценивания.

Объект педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
Индивид. достижения детей в контексте обр. обл. "Физическое развитие".	Наблюдение	2 раза в год	1-2 недели	Сентябрь Май

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1 Содержание работы по физическому развитию в младшей группе для детей 3-4 лет

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в т.ч. музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;
- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;
- формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;
- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;
- закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

Содержание образовательной деятельности

Педагог формирует умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях. Выполнять общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения по показу; создает условия для активной двигательной деятельности и положительного эмоционального состояния детей. Педагог воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания сообща, действуя в общем для всех темпе. Организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре.

Педагог продумывает и организует активный отдых, приобщает детей к здоровому образу жизни, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки.

1) *Основная гимнастика* (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади; скатывание мяча по наклонной доске; катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях; прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя и одной рукой; произвольное прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от педагога; бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой; подбрасывание мяча вверх и ловля его; бросание мяча о землю и ловля его; бросание и ловля мяча в парах; бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребёнка, с расстояния 1,5 м; метание вдаль; перебрасывание мяча через сетку; ползание, лазанье: ползание на четвереньках на расстояние 4-5-6 м до кегли (взять её, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой); по гимнастической скамейке, за катящимся мячом; проползание на четвереньках под 3-4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м); ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске; влезание на лесенку стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее; подлезание под дугу, не касаясь руками пола; ходьба: ходьба в заданном направлении, небольшими группами, друг за другом по ориентирам (по прямой, по кругу, обходя предметы, в рассыпную, «змейкой», с поворотом и сменой направления); на носках; высоко поднимая колени, перешагивая предметы, с остановкой по сигналу; парами друг за другом, в разных направлениях; с выполнением заданий

(присесть, встать, идти дальше); по наклонной доске; в чередовании с бегом; бег: бег группами и по одному за направляющим, в рассыпную, со сменой темпа; по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; убежание от ловящего, ловля убегающего; бег в течение 50-60 сек; быстрый бег 10-15 м; медленный бег 120-150 м; прыжки: прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону); в длину с места (не менее 40 см); через 2 линии (расстояние 25-30 см), из обруча в обруч (плоский) по прямой; через 4-6 параллельных линий (расстояние 15-20 см); спрыгивание (высота 10-15 см), перепрыгивание через веревку

(высота 2-5 см); упражнения в равновесии: ходьба по прямой и извилистой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), обычным и приставным шагом; по гимнастической скамье, по ребристой доске, наклонной доске; перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу; по шнуру, плоскому обучу, лежащему на полу, приставным шагом; с выполнением заданий (присесть, встать и продолжить движение); на носках, с остановкой. Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса: поднимание и опускание прямых рук вперед, отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно); переключивание предмета из одной руки в другую; хлопки над головой и перед собой; махи руками; упражнения для кистей рук; упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника:

потягивание, приседание, обхватив руками колени; наклоны вперед и в стороны; сгибание и разгибание ног из положения сидя; поднимание и опускание ног из

положения лежа; повороты со спины на живот и обратно; упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: поднимание и опускание ног, согнутых в коленях; приседание с предметами, поднимание на носки; выставление ноги вперед, в сторону, назад; музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальных занятиях, педагог включает в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры: ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом; поочередное выставление ноги вперед, на пятку, притопывание, приседания «пружинки», кружение; имитационные движения - разнообразные упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и так далее).

Строевые упражнения:

педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам; перестроение в колонну по два, в рассыпную, смыкание и размыкание обычным шагом, повороты направо и налево переступанием.

Педагог выполняет вместе с детьми упражнения из разных исходных положений (стоя, ноги слегка расставлены, ноги врозь, сидя, лежа на спине, животе, с заданным положением рук), с предметами (кубики двух цветов, флажки, кегли и другое).

2) *Подвижные игры:* педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры. Воспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает).

С бегом. «Бегите ко мне!», «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках».

С прыжками. «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «С кочки на кочку».

С подлезанием и лазаньем. «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики». С бросанием и ловлей. «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет».

На ориентировку в пространстве. «Найди свое место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано».

3) *Спортивные упражнения:* педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: по прямой, перевоза игрушки или друг друга, и самостоятельно с невысокой горки.

4) *Формирование основ здорового образа жизни*: педагог поддерживает стремление ребёнка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками; формирует первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).

5) *Активный отдых*.

Физкультурные досуги: досуг проводится 1 раз в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения.

Дни здоровья: в этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия). День здоровья проводится один раз в квартал.

2.2. Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:

- воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;
- формирование у ребёнка возрастно-сообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;
- становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;
- воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;
- приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;
- формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

2.3 Примерный план мероприятий на 2023-2024 учебный год

Дата	Наименования праздника (события)	Варианты итоговых мероприятий
сентябрь	Педагогическая диагностика (мониторинг)	
Октябрь	Я знаю ПДД	Квест
Ноябрь	День народного единства Толерантность	Развлечение «Игры России»
Декабрь	Новый год	Праздник «Новогодняя Ёлка»
января	Зимние забавы	спортивное развлечение
23 февраля	День защитника Отечества	Спортивный праздник с привлечением родителей
Февраль-март	Квест ПДД	Тематическое занятие
март	Мамины помощники	Тематическое занятие
1 апреля	ГТО	Выставка рисунков на тему ГТО Сдача детских нормативов ГТО
12 апреля	День космонавтики	Развлечение с привлечением родителей
Апрель	Путешествие в царство рыб	Тематическое занятие
Май	Джунгли зовут Я живу в Санкт-Петербурге	Спортивное развлечение Тематическое занятие

2.4 Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников и с социальными партнерами

Месяц	Основные мероприятия с родителями				
	Фронтальные	Подгрупповые	Индивидуальные	Наглядная агитация	Другие формы
IX		Групповые родительские собрания «Физическое развитие ребенка дома и в детском саду»	Изучение семей.	Оформление стендов группы. Рубрики «Подвижные игры в выходной день»	
X	Общее родительское собрание «Д/с – наш общий дом» «Режим двигательной активности ребенка»	Доклад «Формирование правильной осанки ребенка»	Собеседование индивидуальное физическому развитию ребёнка	Оформление уголка «Расти здоровым»	«Папа, мама, я – спортивная семья»
XI		«Игры народов России»	Собеседование с родителями о здоровье и развитии детей	Стенд «ФК на прогулке»	
XII		«Игры детей дома и в детском саду»			выставка рисунков «Здоровая семья»
I	Школа молодой семьи «Как организовать правильное питание ребёнка дома»				«Зимние забавы»
II		Собеседование «Правильная осанка ребенка»			
III				Детям о спорте	
IV		Групп. родит. собрания «Чему мы научились»		Информация «Наши достижения»	
V	Общее родит. собрание			Оформление стендов по итогам	

	«Итоги работы в уч. году»			работы	
--	------------------------------	--	--	--------	--

2.5. Развернутое планирование занятий по физической культуре МЛАДШАЯ ГРУППА (3-4года)

Целевые ориентиры освоения данной программы:

- умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление;
- умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя;
- сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы;
- может ползать на четвереньках, лазать по наклонной лесенке, гимнастической стенке произвольным способом;
- энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см;
- может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы, ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

РАЗВЕРНУТОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

<i>Сентябрь</i>
Задачи
Ознакомить с ходьбой и бегом стайкой в заданном направлении; ходьбой и бегом врассыпную; развивать умение сохранять равновесие, ознакомить с прыжками на 2-х ногах на месте; с прокатыванием мяча друг другу; ползанием на четвереньках. Способствовать участию детей в совместных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. Познакомить детей с правилами поведения в спортивно-музыкальном зале.
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)
Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, закреплять умение энергично отталкивать мячи двумя руками одновременно, закреплять умение ползать, развивать умение реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» (<i>физическая культура</i>); проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях; умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками (<i>социализация, коммуникация</i>).

	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: стайкой, враспынную. Ходьба: стайкой в прямом направлении, всей группой. Бег: За воспитателем «бегите ко мне», в колонне по одному небольшими группами «Поезд».			
Общеразвивающие упражнения	Комплекс № 1	Комплекс № 1	С погремушками	С погремушками
2-я часть Основные движения	1. Ходьба и бег между 2-мя параллельными линиями. 2. Прокатывание мяча двумя руками вдаль 3. Прыжки на 2-х ногах на месте.	1. Прыжки на 2-х ногах на месте. 2. Ходьба по извилистой дорожке между предметами. 3. Ползание на четвереньках по прямой.	1. Прокатывание мяча друг другу 2-я руками. 2. Прыжки на 2-х ногах на месте с поворотом вокруг себя. 3. Ползание на четвереньках по прямой.	<u>Диагностика</u> Спортивно-музыкальный досуг «ПДД»
Подвижные игры	«Бегите ко мне»	«Догони собачку»	«Птички, летите ко мне»	«Найди свой домик»
3-я часть Малоподвижные игры	Ходьба стайкой за воспитателем.	Ходьба за отличившимся ребенком.	«Надуй шар» (дыхательные упражнения.)	Ходьба с дыхательными упражнениями
Октябрь				
Задачи				
Учить ходить и бегать по кругу, развивать устойчивое положение при ходьбе через предметы; развивать умение приземляться на полусогнутые ноги; учить энергичному отталкиванию мяча при катании его друг другу, между предметами, закреплять прыжки на двух ногах с продвижением вперед, развивать активность детей в двигательной деятельности, умение общаться спокойно, без крика. Побуждать детей помогать при уборке инвентаря, бережно относиться к вещам.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				

Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями педагога, может катать мяч и ползать в заданном направлении, ходить, перешагивая предметы (*физическая культура*); проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в детском саду (*социализация, коммуникация.*)

	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: в колонну по одному по ориентиру. Ходьба и бег в колонне по одному по зрительным ориентирам, с остановкой и выполнением заданий (лягушки, цапля, заяц) по сигналу; в колонне по одному «Поезд». Ходьба на носочках.			
Общеразвивающие	С мячами	С мячами	С кубиками	С кубиками

упражнения				
2-я часть Основные движения	1. Прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед (1.5 м). 2. Прокатывание мяча друг другу (увеличить расстояние). 3. Ходьба с перешагиванием через предметы (выс. 10см)	1. Прыжки на 2-х ногах вокруг обруча. 2. Ползание на четвереньках - прямо за катящимся предметом; - «змейкой» между предметами. 3. Ходьба с перешагиванием через предметы (выс. 15см)	1. Ползание под шнур(h=50) на четвереньках за катящимся предметом. 2. Ходьба с перешагиванием через предметы (выс. 15см) 3. Прокатывание мяча 2-я руками между предметами	1. Ползание за катящимся предметом. 2. Прыжки на 2-х ногах между предметами. 3. Прокатывание мяча 2-я руками между предметами <i>Спортивный досуг «Зайки - попрыгайки»</i>
Подвижные игры	«Собери листочки»	«Солнышко и дождик»	«Бегите к флажку»	«По ровненькой дорожке»
3-я часть Малоподвижные игры	«Угадай, кто кричит?»	«По ровненькой дорожке»	«Угадай, чей голосок?».	Ходьба по массирующим коврикам

Ноябрь

Задачи

Закрепить навык ходьбы и бега в колонне по одному; с выполнением заданий по сигналу в чередовании бега и ходьбы; ознакомить детей с ходьбой парами, с высоким подниманием колен, с прыжками вверх на месте, упражнять в прокатывании мяча, в ползании. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по доске. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.. Помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом.

Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)

Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, катать мяч в заданном направлении (*физическая культура*), имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, умеет взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков (*здоровье, коммуникация, социализация*).

	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: колонну по одному, парами. Ходьба в колонне по одному на сигнал выполнить задание (бабочки, лягушки, зайки); в чередовании бег и ходьба парами, врассыпную.			
Общеразвивающие упражнения	Комплекс № 2	Комплекс № 2	Комплекс № 3	Комплекс № 3

2-я часть Основные движения	1. Ходьба по наклонной доске и спуск с нее 2. Прыжки вверх на месте с целью достать предмет 3. Прокатывание мяча в прямом направлении между предметами.	1. Ходьба по наклонной доске и спуск с нее 2. Прыжки вверх на месте с целью достать предмет 3. Ползание по доске на средних четвереньках.	1. Ходьба по наклонной доске и спуск с нее 2. Ползание по доске на средних четвереньках 3. Прокатывание мяча под дугу с целью сбить кеглю.	1. Ползание по доске на средних четвереньках 2. Прыжки вверх на месте с целью достать предмет 3. Прокатывание мяча под дугу с целью сбить кеглю. <i>Спортивно-музыкальный досуг к дню России</i>
---------------------------------------	--	--	---	--

				<i>«Гуси-лебеди»</i>
Подвижные игры	«Мыши в кладовой»	«Найди свою пару»	«У медведя во бору»	«Найди свой домик»
3-я часть Малоподвижные игры	«Где спрятался мышонок?»	Ходьба в колонне по одному.	«Тишина»	Ходьба с дыхательными упражнениями.
<i>Декабрь</i>				
Задачи				
<p>Учить ходить в колонне между предметами, не задевая их, по кругу взявшись за руки, парами. Ознакомить с прыжками через линию, шнур. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке; развивать навык приземления на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании и броске мяча в заданном направлении; подлезать под дугу и шнур, не задевая их. Развивать глазомер и ловкость; способствовать развитию внимания в упражнениях с действием по сигналу. Дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение</p>				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
<p>Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать и бросать мяч в заданном направлении (<i>физическая культура</i>), проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре, (<i>коммуникация, социализация</i>).</p>				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12

Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: в колонну, шеренгу с равнением на зрительный ориентир. Ходьба и бег «змейкой», по кругу взявшись за руки со сменой направления по сигналу; ходьба и бег в чередовании.			
Общеразвивающие упражнения	С султанчиками	С султанчиками	Комплекс № 4	Комплекс № 4
2-я часть Основные движения	1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Прыжки через линию, шнур. 3. Катание мячей в прямом направлении (сбей кеглю).	1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Прыжки через линию, шнур. 3. Подлезание под воротики, не касаясь руками пола.	1. Подлезание под шнур (В= 50см); воротики не касаясь руками пола. 2. Ходьба по скамейке, руки на поясе. 3. Бросание мяча вперед двумя руками снизу	1. Спрыгивание со скамейки. 2. Подлезание под несколько подряд расположенных воротиков, не касаясь руками пола. 3. Бросание мяча вперед двумя руками из-за головы <i>Спортивный досуг «Ловкие ребята»</i>
Подвижные игры	«Наседка и цыплята»	«Цветные автомобили»	«Мы – веселые ребята»	«Воробышки и кот»
3-я часть Малоподвижные игры	«Лошадки»	«Ровным кругом».	Ходьба в колонне по одному	«Каравай»
Январь				
Задачи				
Упражнять в ходьбе и беге в рассыпную, мягко приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в подлезании под шнур, в обруч; в упражнениях на внимание по сигналу; развивать глазомер и ловкость при ловле мяча; учить сохранять равновесие в ходьбе по ограниченной площади опоры. Учить выполнять правила в подвижных играх. Способствовать развитию физических качеств и двигательных навыков детей. Развивать инициативную речь детей во взаимодействиях с взрослыми и другими детьми.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				

Умеет бегать, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости и спрыгивании со скамейки, владеет соответствующими возрасту основными движениями (<i>физическая культура</i>), стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой (<i>труд, социализация</i>).				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение в колонне, перестроение в 2 колонны (с помощью) ходьбы парами, врассыпную, построение в круг; ходьба и бег в чередовании по команде «стоп».			
Общеразвивающие упражнения		С игрушками	С флажками	С флажками
2-я часть Основные движения	Новогодние каникулы	1. Спрыгивание со скамейки (в= 15см), движение рук свободно. 2. Ходьба по гимнастической скамейке с мячом над головой 3. Подлезание под шнур (в= 40 см).	<u>Неделя спорта</u> 1. «Мой веселый мяч» 2. «Ловкие ребята» 3. «Мы – спортсмены»	1. Проползание в обруч стоящий вертикально. 2. Ходьба по скамейке приставляя пятку к носку (со страховкой). 3. Ловля мяча брошенного воспитателем (70-90см.).
Подвижные игры		«Трамвай»	«Найди свой цвет»	«Кот и мыши»
3-я часть Малоподвижные игры		«Угадай, кто кричит?»	Ходьба парами	Ходьба по сигналу, выполняя движение.
Февраль				
Задачи				

Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; энергично отталкивать мяч при прокатывании его в прямом направлении. Развивать навыки ходьбы и бега враспынную. Упражнять в ходьбе по веревке; учить перебрасывать мячи через шнур; упражнять в ползании на четвереньках; в равновесии по уменьшенной площади опоры. Закреплять навыки перелезания через скамейку, закреплять прыжки с продвижением вперед. Познакомить детей с профессией – военный.

Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)

Сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при ходьбе по шнуру, может ползать на четвереньках произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может катать мяч в заданном направлении (*физическая культура*); проявляет положительные эмоции при физической активности, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, понимает, что надо жить дружно, помогать друг другу, имеет представление о военных, посильно помогает при уборке инвентаря (*социализация, коммуникация, познание, труд*).

	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: из колонны по одному в колонну по два. Ходьба в колонне по одному, по два по кругу, змейкой; с выполнением заданий; с перешагиванием через кубики; бег враспынную; ходьба и бег по кругу, на носках, с высоким подниманием колен.			
Общеразвивающие упражнения	С обручем	С обручем	С мячом	С мячом

2-я часть Основные движения	1. Ловля мяча брошенного воспитателем (1-1,5м). 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. 3. Проползание в обруч стоящий вертикально. 4. Прыжки на 2-х ногах через шнуры (поочередно	1. Ловля мяча брошенного воспитателем (1-1,5м). 2. Ходьба по веревке, шнуру по прямой. 3. Прыжки на 2-х ногах через шнуры (поочередно через каждую)	1 Ходьба по веревке, шнуру по кругу. 2. Перелезание через скамейку боком 3. Прыжки через 6 шнуров (поочередно через каждую) <i>Спортивно-музыкальный досуг «Мы - защитники»</i>	1. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками. 2. Подлезание под шнур, держа мяч впереди двумя руками. 3. Перелезание боком через 2 скамейки поочередно 4. Ходьба по веревке, шнуру «змейкой».
---------------------------------------	--	--	---	--

	через каждый)			
Подвижные игры	«Птички в гнездышке»	«Мой веселый звонкий мяч»	«Найди свой цвет»	«Кролики»
3-я часть Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному	Упражнение на дыхание	«Угадай, кто кричит?»	Ходьба в колонне по одному со сменной ведущего
Март				
Задачи				
Упражнять в ходьбе мелким и широким шагом, беге врассыпную, развивать ловкость при перебрасывании мяча, ходьбе и беге по кругу; разучить бросание мяча о землю и ловлю его 2-мя руками; упражнять в ползании по наклонной доске; в ходьбе через препятствия; в сохранении равновесия при ходьбе по кирпичикам. Закреплять прыжок через «ручеек» толчком 2-х ног. Рассказать о правилах безопасности при ходьбе по ограниченной площади опоры.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями педагога, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может перебрасывать мяч через шнур, ходить по кирпичикам (<i>физическая культура</i>); проявляет положительные эмоции в самостоятельной двигательной деятельности, имеет элементарные представления о ценности здоровья, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения, соблюдает правила безопасности при ходьбе по ограниченной площади опоры (<i>социализация, здоровье, коммуникация, безопасность</i>).				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				

1-я часть Вводная	Построение: из колонны по одному в колонну по два в движении, из колонны в шеренгу. Ходьба в колонне по одному; с выполнением заданий; с перешагиванием через кубики; бег в рассыпную; бег по кругу взявшись за руки, на носках, с высоким подниманием колен.			
Общеразвивающие упражнения	Комплекс № 5	Комплекс № 5	Комплекс № 6	Комплекс № 6

2-я часть Основные движения	1. Прыжки через «ручеек» (с места) раст. – 25 см. 2. Подлезание под шнур, держа мяч впереди двумя руками. 3. Перебрасывание мяча двумя руками через шнур. 4. Перелезание боком через 2 скамейки поочередно	1. Прыжки через «ручеек» (с места) раст. – 30 см. 2. Ходьба по кирпичикам расположенным на расстоянии 15см друг от друг 3. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками	1. Ползание по наклонной доске, закрепленной на 2 перекладине гимн. лестницы с переходом на нее. 2 Ходьба по кирпичикам расположенным на расстоянии 15см друг от друг. 3. Прыжки через «ручеек» (с места) раст. – 30 см.	1. Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками 2. Ходьба по кирпичикам расположенным на раст. 20 см друг от друг 3. Ползание по наклонной доске, закрепленной на 2 перекладине гимн. лестницы с переходом на нее. Спортивный досуг «Прогулка в лес»
Подвижные игры	«Поезд»	«Воробышки и кот»	«Светит солнышко в окошко»	«Лягушки»
3-я часть Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному с движением рук	«Найди куклу»	Воздушный шар (дыхание)	«Возьми флажок»

Апрель

Задачи

Учить приземляться на обе ноги; бросать мяч вверх и ловить его двумя руками, влезать на скамейку, на наклонную лестницу. Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прыжках через предметы; бросании мяча о пол; ходьбе и беге в рассыпную; в колонне по одному; ходьбе и ползании по доске. Формировать правильную осанку. Учить ходить приставными шагами вперед. Упражнять в различных действиях с мячом.

Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное педагогом направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить двумя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями(<i>физическая культура</i>), готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами, обращается к педагогу по имени и отчеству(<i>коммуникация, познание, социализация</i>).				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: из колонны по одному в колонну по три с места. Ходьба в колонне по одному; с выполнением заданий; с перешагиванием через кубики; на носках, с высоким подниманием колен; бег с ускорением и замедлением темпа, с высоким подниманием бедра.			

Общеразвивающие упражнения	С ленточками	С ленточками	С малым мячом	С малым мячом
2-я часть Основные движения	1. Прыжки через предметы (высота – 5-10 см). 2. Ползание по наклонной доске, закрепленной на 2 перекладине гимн.лестницы с переходом на нее. 3. Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками.	1. Влезание на гимн.скам., руки на пояс. 2. Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками. 3. Прыжки через предметы (высота – 5-10 см).	1. Влезание на наклонную лесенку (со страховкой) 2. Прыжки через предметы (высота – 5-10 см). 3. Влезание на гимн. скам., руки в стороны. 4. Бросание мяча вверх и попытка поймать его двумя руками	1. Влезание на наклонную лесенку. 2. Влезание на гимн. скам., поворот вокруг себя переступанием. 3. Бросание мяча вверх и попытка поймать его двумя руками Спортивный досуг «Мой веселый звонкий мяч»
Подвижные игры	«Курочка-хохлатка»	«Найди свой цвет»	«Мыши в кладовой»	«Воробышки и автомобиль»
3-я часть Малоподвижные игры	«Где цыпленок?»	«Пройди тихо»	«Где спрятался мышонок?»	Ходьба в колонне по одному

<i>Май</i>				
Задачи				
Учить мягко приземляться при выполнении прыжка в длину с места; подбрасывать мяч вверх и ловить его, правильному хвату за перекладину при лазании. Упражнять в ходьбе и беге по кругу; метании мяча на дальность; в ходьбе и беге враспынную и нахождении своего места в колонне; в ползании по скамейке на ладонях и коленях.				
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)				
Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, влезать на гимнастическую стенку, бросать мяч двумя руками, ударять об пол, бросать его вверх 2–3 раза подряд и ловить (<i>физическая культура</i>); проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, дружелюбие по отношению к окружающим (<i>социализация, коммуникация</i>).				
	1-я неделя Занятия 1-3	2-я неделя Занятия 4-6	3-я неделя Занятия 7-9	4-я неделя Занятия 10-12
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Построение: размыкание и смыкание, повороты переступанием. Ходьба в колонне по одному с нахождением своего места; с выполнением заданий; приставным шагом; бег колонне чередуется с бегом враспынную, бег, догоняя убегающего.			
Общеразвивающие упражнения	Комплекс № 5	Комплекс № 5	Комплекс № 5	Комплекс № 5
2-я часть Основные движения	Диагностика	1. Прыжки в длину с места (раст. – 15 см). 2. Бросание мяча вверх двумя руками и ловля его. 3. Влезание на гимн. стенку и спуск с нее <i>Спортивно-музыкальный досуг «День Победы»</i>	1. Прыжки в длину с места (раст. – 25 см). 2. Метание на дальность правой и левой рукой. 3. Влезание на гимн. стенку и спуск с нее	1. Влезание на гимн. стенку и спуск с нее 2. Прыжки в длину с места (раст. – 40 см). Метание на дальность правой и левой рукой.
Подвижные игры	«Удочка»	«Огуречик, огуречик»»	«Воробышки и кот»	«Найди свой цвет»

3-я часть Малоподвижные игры	«Найди цыпленка»	«Угадай, кто позвал?»	Ходьба в колонне по одному	«Каравай»
--	------------------	-----------------------	----------------------------	-----------

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Система образовательной деятельности на 2023 – 2024 учебный год. Максимально допустимый объем нагрузки в младшей группе

Младшая группа								
	Физическая культура (в том числе на прогулке- 1 раз в неделю) (вторник, четверг, пятница)	инструктор по физической культуре	3	115	ПХ-12 ХХ-14 ХХI- 12 ХХII- 12 II-10 III-12 III- 12 IV-13 VV-13	1180, 210, 180, 180, 150, 180, 180, 180, 195, 195	1110	1650
Физическое развитие	Продолжительность в минутах	15						
	Перерыв между периодами непрерывной непосредственно образовательной деятельности	10						

3.2 РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ ГРУПП

Расписание занятий младшей группы 2023-2024

День недели	Первая половина дня	Вторая половина дня
Понедельник	<p>9.20-9.35 Художественно-эстетическое развитие (музыка)</p> <p>9.45 – 10.00 Познавательное развитие (представления о себе, об окружающем природном мире, о мире людей и рукотворных материалах)</p>	
Вторник	<p>9.20 – 9.35 Физическое развитие (физическая культура)</p> <p>9.45 – 10.00 Познавательное развитие (элементарные математические представления)</p>	
Среда	<p>9.20 – 9.35 Художественно-эстетическое развитие (лепка/аппликация)</p> <p>9.45-10.00 Художественно-эстетическое развитие (музыка)</p>	

**Режим дня младшей группы №1 (3-4 года)
общеразвивающей направленности на 2023-2024 учебный год
(холодный период года)**

Режимные моменты	Время
Прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00 – 8.20
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, завтрак	8.20–9.00
Игры, подготовка к занятиям	9.00–9.20
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.20–10.00

Подготовка к завтраку. Второй завтрак	10.00–10.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.20–12.00
Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед	12.00–13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00–15.30
Подготовка к полднику. Полдник	15.30–16.00
Игры, самостоятельная и совместная деятельность педагога с детьми	16.00–16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	16.30–18.30
Самостоятельная деятельность. Уход детей домой.	18.30–19.00

Режим дня младшей группы №1 (3-4 года)
общеразвивающей направленности на холодный период года на 2023-2024 учебный год
(холодный период года при неблагоприятных погодных условиях)

Режимные моменты	Время
Прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00 – 8.20
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, завтрак	8.20–9.00
Игры, подготовка к занятиям	9.00–9.20
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.20–10.00
Подготовка к завтраку. Второй завтрак	10.00–10.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки (см.примечание)	10.20–12.00
Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед	12.00–13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00–15.30
Подготовка к полднику. Полдник	15.30–16.00
Игры, самостоятельная и совместная деятельность педагога с детьми	16.00–16.30

Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки (см.примечание)	16.30–18.30
Самостоятельная деятельность. Уход детей домой.	18.30–19.00
Примечание: при температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»)	

**Режим дня младшей группы №1 (3-4 года) общеразвивающей направленности на
холодный период года на 2023-2024 учебный год
(теплый период года)**

Режимные моменты	Время
Прием детей на улице, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика, возвращение в группу (при неблагоприятных погодных условиях прием детей осуществляется в группе)	7.00-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20–9.00
Игры. Выход на прогулку	9.00-9.20
Занятия в игровой форме (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты) *понедельник, среда- музыка *пятница - досуг (при неблагоприятных погодных условиях в зале) *вторник, четверг- физкультура на улице	9.20–9.35
Самостоятельная деятельность детей. Возвращение в детский сад, гигиенические процедуры	9.35-9.50
Подготовка к завтраку. Второй завтрак	9.50-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка (при неблагоприятных погодных условиях время прогулки сокращается). Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность детей	10.20-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	13.00-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00

Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей (при неблагоприятных погодных условиях время прогулки сокращается).	16.00-18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой	18.30-19.00

Режим двигательной активности для детей младшей- группы на 2022-2023 уч. год		
Формы	Виды	Количество и длительность (в мин.)
		3-4 года
Физкультурные занятия	а) в помещении	2 раза в неделю 15
	б) на улице	1 раз в неделю 15
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 5
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15
	в) физкультминутки (в середине статического занятия)	2 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в месяц 15
	б) физкультурный праздник	2 раза в год до 25 мин.
	в) день здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	а) самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно
	б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно

3.3. Организация развивающей предметно-пространственной среды

№ п/п	Обогащение (пополнение) предметно-пространственной среды музыкально-спортивного зала Образовательная область «Физическое развитие»	
	Содержание работы	Срок (месяц)
1	Оформление центральной стены к досугу «Здравствуй, Детский сад!»	IX
2	Приобретение пособий: конусы, мешочки, кубики, наборы для игры в гольф, набор для игры в хоккей	X
3	Картотека подвижных игра народов России и мира	XI
4	Атрибуты для зимних развлечений	XII
5	Атрибуты для тематического занятия	I
6	Оформление зала к Дню защитника Отечества	II
7	Атрибуты для тематического	III
8	Оформление зала к Дню космонавтики. Атрибуты для тематического занятия «Космическое путешествие»	IV
9	Подбор наглядного материала по видам движений	V

3.4. Материально-техническое обеспечение Программы в музыкально-спортивном зале

№п/п	Для развития ОРУ, ОВД, подвижных игр	пособия (кол-во)	наглядный материал
1	гимнастическая стенка	6 пролетов	Картинки и плакаты по физической культуре и спорту, ПДД, Дню космонавтики, к Дню защитника Отечества и др.
2	обручи	25 штук	
3	дуги для подлезания	6 штук	
4	палки	25 штук	
5	кегли	1 набор	
6	Мячики большого диаметра	20 штук	

7	маты	3	
8	коврики	15	
9	Модули мягкие	1 набор	
10	набивные мешочки	20штук	
11	конусы	10 штуки	
12	набор для игры «кольца»	3 набора	
13	Гимнастическое бревно	1 набора	

3.5. Методическое обеспечение образовательной деятельности

№ п/п	Физическая культура
1	Аверина И.Е. Физкультурные минутки и динамические паузы в ДОУ, АрисПрессМ,2005.
2	Алябьева Е.А. Нескучная гимнастика М., 2014.
3	Анашкина Л.П. Детские подвижные игры народов СССР – М., 1988.
4	Анисимова Т.Г. Физическое воспитание детей 2 – 7 лет - Волгоград, 2010
5	Банникова Л.П Программа оздоровления детей в ДОУ. – М., 2008.
6	Вавилова Е.Н. Учите детей бегать, прыгать, лазать, метать. - М., 1988.
7	Желобкович Е.Ф. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа -М., 2010.
8	Желобкович Е.Ф. Физкультурные занятия в детском саду Подготовительная группа - М., 2014.
9	Каралашвили Е.А. Физкультурная минутка - М., 2001.
10	Луконина Н.Н., Чадова Л.Е. «Физкультурные праздники в детском саду»-М.,2005.
11	Моргунова О.Н. Физкультурно –оздоровительная работа в ДОУ. - Воронеж., 2005
12	Нищева Н.В. О здоровье дошкольников. - СПб., 2006
13	Овчинникова Т. С. Подвижные игры, физминутки и общеразвивающие упражнения с речью и музыкой в логопедическом детском саду. — СПб.: КАРО, 2006.
14	Овчинникова Т.С.,Потапчук А. А. Двигательный игротренинг для дошкольников.

	— СПб.: Речь, 2002.
15	Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Фурмина Л.С. Игры и развлечения детей на воздухе, М.,1983.
16	Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет) -М.,2002.
17	Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. - М.,2004.
18	Полтавцева Н.В., ГордоваН.А.Физическая культура в дошкольном детстве. – М., 2005.
19	Потапчук А.А. Правильная осанка. Спутник руководителя физ. воспитания ДОУ. - СПб, 2005.
20	Программы диагностики и коррекции нарушений. - СПб. 2001
21	Прохорова Г.А. Утренняя гимнастика для детей от 2-7 лет – М., 2006.
22	Попова М.Н. Двигательно-игровое пространство в группе детского сада – СПб, 2002.
23	Реутский С. Физкультура про другое от простого к сложному – СПб, 2006.
24	Узорова О.В., Нефедова Е.А. Пальчиковая гимнастика – М., 2003
25	Фокина А.И. Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду - М., Просвещение,1984.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни гигиене

1	Зайцев Г. К. Уроки Айболита Расту здоровым. — СПб: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2006.
2	Зайцев Г. К. Уроки Мойдодыра. — СПб: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2006.
3	Зайцев Г. К., Зайцев А. Г. Твое здоровье: Укрепление организма. — СПб: ДЕТСТВО- ПРЕСС, 2006.
4	Иванова А.И. Естественно -научные наблюдения и эксперименты в детском саду. - М., Человек, 2005. Князева О.А., Козлова С.А. «Мой организм»-М.,Владос,2001.
5	Нищева Н.В. О здоровье дошкольников- М., 2006
6	Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье. - М., 2005.

**Дистанционное обучение
детей старше-подготовительной группы общеобразовательной направленности**

Тематическое планирование			Ссылки на интернет ресурс
Сентябрь	1-2-3 недели	Диагностика Осень (урожай: овощи, фрукты, ягоды, грибы)	Проведение онлайн конкурса (упражнения, направленные на определение общей физической подготовленности детей) Онлайн.
	4 неделя	Осень (сельскохозяйственный труд)	<p>https://www.youtube.com/watch?time_continue=29&v=0u-efKf3V3U&feature=emb_logo презентация о здоровом образе жизни.</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=hRMsbkeTy7E Зачем нужна зарядка?</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=z7MhJnVQOTU Что такое осанка.</p> <p>Пролезание под резину (шнур) боком, не задевая за край резины (шнура), упражнять в сохранении устойчивого равновесия в прыжках с продвижением вперед. Развивать ловкость и глазомер. Онлайн.</p>
Октябрь	1 неделя	Осень в лесу	<p>Сделай сам спортивный инвентарь. Конкурс на лучший массажный коврик, сделанный своими руками.</p> <p>Учить ходьбе приставным шагом по шнуру (канату) на полу. Упражнять в перепрыгивании через шнуры и перебрасывании мяча. Онлайн</p>
	2 неделя	Я и моя семья	Разучить поворот по сигналу во время ходьбы, закрепить навык приземления на полусогнутые ноги при спрыгивании, повторить

			<p>перебрасывание мяча друг другу и переползание через препятствие. Онлайн. «Мой день. Что такое режим дня» Дать представление о режиме дня, познакомить детей с гигиеническими требованиями к режиму дня. Воспитывать интерес к окружающему миру. https://www.youtube.com/watch?v=ofkbNrPN2zs</p>
	3 неделя	Азбука безопасности	<p>Развивать координацию движений и глазомер при метании мяча в цель, упражнять в подлезании под дугу с сохранением устойчивого равновесия.. Онлайн. «Сон и его значение для здоровья человека» Раскрыть значение сна для здоровья человека. Сформировать представления о том, что сон является составной частью режима дня. https://www.youtube.com/watch?v=LT_1P_zwnqQ</p>
	4 неделя	Мой дом	<p>Учить детей делать повороты во время ходьбы, повторить пролезание под шнур (резину) боком, упражнять в равновесии и прыжках, медленном, развивать внимание. Онлайн.</p>
Ноябрь	1 неделя	Что за город на Неве?	<p>Продолжать отрабатывать навык ходьбы с высоким подниманием колен, разучить переключивание мяча из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке, развивать ловкость и координацию движения. Онлайн. «Улыбка и её роль в жизни человека». Формировать знания о роли настроения в сохранении и укреплении здоровья человека. Дать понятие о значении красивых зубов для красивой улыбки. Воспитывать у детей желание быть веселыми, добрыми, улыбчивыми. https://www.youtube.com/watch?v=m0CXrqOq4sI https://www.youtube.com/watch?v=2ZES6RdlnpQ</p>

	2 неделя	Что за город на Неве (транспорт)	<p>Повторить ходьбу с изменением направления движения, бег между предметами, учить прыжкам на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед, упражнять в ведении мяча. Онлайн.</p> <p>«Чистота – залог здоровья»</p> <p>Закреплять знания и умения детей по соблюдению личной гигиены, прививать навыки аккуратного общения с принадлежностями для личной гигиены, воспитывать стремление к чистоте.</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=Huu4c6DoZ_4</p>
	3 неделя	Что за город на Неве (профессии)	<p>Упражнять в ходьбе между предметами (змейкой), повторить ведение мяча в ходьбе, продвигаясь до обозначенного места, упражнять в пролезании через резину (веревку) с мячом в руках, в равновесии.</p> <p>«Микробы и вирусы»</p> <p>Учить детей заботиться о своём здоровье, дать представление о микробах, их вреде. Совершенствовать навыки пользования предметами личной гигиены.</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=-EpH6MzMHsc</p>
	4 неделя	Россия- моя страна	<p>«С кочки на кочку» - учить детей перебираться с одной стороны комнаты на другую прыжками с кочки на кочку на двух или одной ноге. Развивать силу толчка, умение сохранять равновесие на кочке, ловкость.</p> <p>«Быстрее по местам» - развивать ориентировку в пространстве, умение выполнять движения по сигналу; упражнять в быстром беге, ходьбе, подпрыгивании.</p> <p>«Накинь кольцо» - развивать у детей внимание, глазомер, координацию движений; упражнять в метании.</p> <p>« Подружись с зубной щеткой»</p> <p>Продолжить знакомить с правилами личной гигиены; дать представление о назначении и строении зубов.</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=bGCkPoW9BcA</p>

Декабрь	1 неделя	Зима (признаки)	<p>«Снежный ком» - учить формировать комки из бумаги и бросать в ведро. последовательность в словах, запоминать предыдущие слова, согласовывать движения со словами.</p> <p>«Витаминная семья» (« СтранаВитаминия») Дать детям знания о полезных и не очень полезных продуктах. Формировать представление о том, что для роста и здоровья необходимо правильно питаться.</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=6LHgo4ziw4c</p>
	2 неделя	Зима Как живет лесной народ?	<p>Разучить прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед, упражнять в ползании на четвереньках между кеглями, подбрасывании и ловле мяча.</p> <p>«Попади в обруч» - учить детей метать мячик в горизонтальную цель, правой левой рукой прицеливаясь. Развивать глазомер, точность броска.</p> <p>«Питание» Дать представление о питании. Учить соблюдать правила и режим питания</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=FISOqGW3S_I</p>
	3 неделя	Азбука вежливости	<p>«Не оставайся на полу» - развивать ловкость, быстроту, увертливость; играть, соблюдая правила. Онлайн.</p> <p>Болезни и первая помощь» Продолжать формировать элементарные представления о здоровом образе жизни; уточнить знания о работе врача и медсестры; дать представление об оказании первой помощи и службе «03».</p>

			Онлайн.
	4 неделя	Готовимся к Новому году.	<p>Конкурс рисунков на тему: « Зимние виды спорта»</p> <p>Упражнять в равновесии и прыжках, развивать координацию движений.</p> <p>«Как уберечь себя от неприятностей в новогодние дни»</p> <p>Закрепить технику безопасного поведения, когда в доме находится елка.</p> <p>Онлайн.</p>
Январь	1 неделя	-----	
	2 неделя	Сказка к нам приходит...	<p>Упражнять в ходьбе и беге по кругу.</p> <p>Разучить прыжок в длину с места, упражнять в ползании на четвереньках, прокатывая мяч перед собой головой. Онлайн.</p> <p>Игры с родителями:</p> <p>«У кого мяч?» - развивать внимательность; закреплять умение выполнять игровые действия в соответствии с правилами игры.</p> <p>«Мяч водящему» - учить детей ловить мяч, брошенный водящим руками не прижимая к груди. Бросать мяч двумя руками от груди. Развивать глазомер, моторику рук, быстроту, точность броска.</p> <p>«Зимние виды спорта и техника безопасности при занятиях этим видом спорта»</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=3A1NO9DUbLk</p>

	3 неделя	Зимние забавы	<p>Упражнять в ходьбе и беге по кругу. Разучить прыжок в длину с места, упражнять в ползании на четвереньках, прокатывая мяч перед собой головой.</p> <p>«Как вести себя во время гололёда» Познакомить детей с правилами безопасности во время гололеда. https://www.youtube.com/watch?v=M1een5BoMcc&list=PL914141588C75E761&index=7&t=6s</p>
	4 неделя	Народная культура и традиции	<p>Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке, в прыжках с продвижением вперед и ведении мяча. Игра с родителями: «Будь внимателен» - учить детей быстро бегать за предметами, слушая команду, какой из предметов нужно принести. Развивать внимание, ловкость, быстроту движений. Онлайн.</p>
Февраль	1 неделя	Народная культура и традиции	<p>Продолжать учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске, упражнять в перепрыгивании через бруски и забрасывании мяча в корзину. Показать мультфильм про ПДД. https://www.youtube.com/watch?v=FJ3HoeZCZIk</p>
	2 неделя	Азбука науки	<p>Разучивание спортивных движений и упражнений для записи видео роликов ко Дню Защитника Отечества. Онлайн.</p>
	3 неделя	Друзья спорта	<p>Создание видео ко Дню Защитника Отечества с участием детей и их родителей. воспитывать аккуратность и опрятность во внешнем виде; конкурс «Самый опрятный»; беседа «Чистота рук»; беседа по произведению</p>

			«Федорино горе» https://www.youtube.com/watch?v=GHppFnmDMtk
	4 неделя	Кто такие защитники отечества?.	Повторение упражнений: отбивание мяча от пола, броски мяча двумя руками от груди в цель. В онлайн режиме. Безопасность дома https://www.youtube.com/watch?v=CqLfgl8gVn8
Март	1 неделя	8 марта.	Создание видео «Зарядка с Мамой». Предложить родителям создать свой комплекс упражнений. Сбор материала, для создания видео.
	2 неделя	Весна (признаки)	Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением, зигзагом, через предметы в онлайн режиме. Игра с мячом «съедобное- несъедобное» Просмотр видео https://www.youtube.com/watch?v=wSBf3iWfN-U
	3 неделя	Весна в лесу	https://www.youtube.com/watch?time_continue=1022&v=u_ZyZvmaNBA&feature=emb_logo Знакомство с профессией – тренер. Упражнения на гибкость в онлайн режиме.
	4 неделя	Весна Посмотри, кто к нам прилетел?	Комплекс упражнений для детей и родителей на кровати в онлайн режиме. https://www.youtube.com/watch?v=ET838We_UvE
		Книга- наш лучший друг	
Апрель	1 неделя	Азбука здоровья	Разучивание танцевальной разминки в режиме онлайн. Запись видео. «Мои верные помощники»

			<p>Дать детям представление о роли органов чувств в жизни человека: глаза, уши, нос, язык, кожа; воспитывать бережное и заботливое отношение к своему организму. https://www.youtube.com/watch?v=hhj-NJvxOKo</p>
	2 неделя	Космические герои	Создание костюмированного видео спортивного танца на тему «День космонавтики»
	3 неделя	Подводный мир	<p>https://www.youtube.com/watch?v=CO0mUekg74U</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=rSK2tlnNKgc</p>
	4 неделя	Веселый зоопарк Животные нашей планеты	<p>Разучивание: Прыжки на скакалке; Пролезание под резинкой в онлайн режиме.</p> <p>Прыгни - присядь» - учить детей перепрыгивать через верёвку двумя ногами, отталкиваясь и приземляясь на обе ноги, принимать положение в группировке присев. Развивать ловкость, внимание, быстроту движений.</p> <p>«Загони кубик» - учить детей прыгать на одной ноге, стараясь носком ноги загнать предмет в круг. Развивать ловкость, умение рассчитывать силу толчка. Онлайн.</p> <p>«Дым опасен для здоровья»</p> <p>Расширить знания детей о влиянии загрязнения воздуха на здоровье человека. https://www.youtube.com/watch?v=DOLK8SswvrhE</p>
Май	1 неделя	День победы.	<p>Разучивание метания в цель, прыжки с места онлайн, создание видео. «Скелет и мышцы»</p> <p>Познакомить детей с функцией скелета и мышечной системы. https://www.youtube.com/watch?v=4MUFWQyrLa4</p>

	2 неделя	Дорожная азбука.	Проведение конкурса «Прыжки с места» онлайн
	3 неделя	Лето Наши друзья насекомые	Знакомство с Олимпийцами Санкт-Петербурга http://www.olympic-champions.ru/olympic/regions/sankt-peterburg/
	4 неделя	Лето. Цветочная клумба	Проведение конкурса «Многоборье» (метание в цель, пролезание под веревку, перепрыгивание через резину) онлайн, создание видео

=Примерный план работы по ранней профориентации детей старше-подготовительной группы общеразвивающей направленности.

Месяц	Тема недели	Профессия	Мероприятия, содержание работы
сентябрь	«Здравствуй, детский сад!»	Воспитатель Помощник воспитателя	Знакомство с профессией Помощник воспитателя в игровой форме. Командная игра «накрой на стол»
	«Чем мы занимались на отдыхе?»	Помощник воспитателя	Наблюдение за трудом помощника воспитателя. Командная игра «смети шарики в кружок»
	«Осень (Признаки осени)»	Дворник	Наблюдение за работой дворника.. Командная игра «Собери в мешочек листочки»
	«Осень (урожай: фрукты, ягоды, грибы)»	Продавец (овощей)	Загадки об овощах. Игра «съедобное- несъедобное»
	«Осень (сельскохозяйственный труд)»	Продавец (фруктов)	Загадки о фруктах. Командная игра «свари компот»
октябрь	«Осень в лесу»	Грибник	Подвижная игра «Грибник», «Прогулка в осеннем лесу».
	«Я и моя семья»	Профессия родителей	Подвижные игры «Мамины помощники»
	«Азбука безопасности»	Пожарный	Командная игра «Пожарная бригада»

	«Мой дом»	Строитель	Игра «Что нам стоит, дом построить»
ноябрь	«Что за город на Неве?»	Строитель	Игра «Городки»
	«Что за город на Неве? Транспорт»	Водитель	Развлечение ПДД. «В гостях у светофора»
	«Профессии»	Повар	Командная игра «Сварим суп», «Сварим компот»
	«Россия-моя страна»	Пограничник	Эстафеты «Попади в цель», полоса препятствий «Я и моя собака (игрушка)»
декабрь	«Зима»	Дворник	Игра «собери снежки лопатой»
	«Зима. Как живет лесной народ?»	Продавец (одежда и обувь)	Игра в командах «скороход»
	«Азбука вежливости»	Воспитатель	Игра «Двигайся-замри» где ребенок учит других делать упражнение
	«Новый год»	Музыкальный руководитель	Квест «Найдем семь нот»
январь	«Сказка к нам приходит»	Продавец (книги)	Развлечение «Сказочный лес»
	«Зимние забавы»	Инструктор по физической культуре	Беседа: «Знакомство с зимними видами спорта» Развлечение «Зимние забавы»
	«Знакомство с народной культурой и	Швея	

	традициями»		
февраль	«Знакомство с народной культурой и традициями»	Швея	
	«Азбука науки»	Воспитатель	Игра «Двигайся-замри» где ребенок учит других делать упражнение
	«Друзья спорта»	Спортсмены	Беседа: «Что значит быть спортсменом» «Мой весёлый звонкий мяч» Игра: «Догони мяч». Игра «Отгадай вид спорта»
	«День Защитника Отчества»	Летчики, моряки, саперы, радисты	Праздник ко Дню Защитника Отечества
март	« 8 Марта»	Профессии наших мам	Физкультминутка «Профессии» Развлечение «Мамины помощники»
	«Весна» (Признаки)	Дворник	Физкультминутка «Мы во двор пошли гулять».
	«Весна в лесу»	Лесник	Игра «У медведя во бору»
	«Птицы весной»		Подвижная игра «Птицелов»
	«Неделя книги»	Продавец (книг)	Ролевая игра «В гостях у сказки»
апрель	«Азбука здоровья»	Врач	Разминка «Делайте зарядку- будете в порядке»
	«Космос»	Космонавт	Праздник ко Дню Космонавтики. «Космическое путешествие»

	«Подводный мир»	Рыбак	П/игра «Поймай рыбку»
	«Зоопарк»	Ветеринар	Пальчиковая гимнастика «Кто в Зоопарке живет»
	«День Победы»	Военные	Развлечение «Молодец-удалец»
май	День Победы	Летчик	Игра «Мы построим самолет»
	«Азбука дорожной безопасности»	Водитель	Развлечение ПДД
	«Лето. Насекомые»	Пчеловод	Чтение «Доктор Айболит». Подвижная игра «Пчеловод»
	«Лето Цветы»	Продавец (цветы)	игра: «Собери цветок (букет) .Подвижная игра «Найти пару цветочку»