Приложение № 3

к Основной общеобразовательной программе

– образовательной программе

дошкольного образования

МДОУ «Чернорицкого детского сада»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ПО РЕЛИЗАЦИИ ОСНОВНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

– ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

МДОУ «ЧЕРНОРИЦКОГО ДЕТСКОГО САДА»

ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

**Оглавление**

Введение ................................................................................................................................................................................................................................. 3

Планируемые результаты ......................................................................................................................................................................................................3

Содержание образования .......................................................................................................................................................................................................6

Тематическое планирование ............................................................................................................................................................................................... .8

Циклограмма деятельности педагога ................................................................................................................................................................................. 19

Литература .............................................................................................................................................................................................................20

**Введение**

Рабочая программа по реализации основной общеобразовательной программы - образовательной программы дошкольного образования МДОУ «Чернорицкого детского сада»по образовательной области «Физическое развитие»(далее Программа), разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, с учетом «Примерной основной образовательной программы дошкольного образования», одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию от 20 мая 2015г. № 2/15I: • в I части с использованием комплексной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой (издание 5-е, переработанное. Мозаика-синтез Москва, 2019г). • во II части, формируемой участниками образовательных отношений, с использованием образовательной программы «Мы живѐм на Урале» авт. О.В.Толстикова, О.В. Савельева (Екатеринбург:ГАОУ ДПО СО «ИРО». – 2013г. –102с).

Целью Программы является: приобретение опыта в двигательной активности ребенка дошкольного возраста с 1,5 лет до 7 лет, 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 др.). А также проектирование социальных ситуаций развития, обеспечивающих позитивную социализацию, мотивацию и поддержку индивидуальности детей через общение, игру, познавательно-исследовательскую деятельность и другие формы активности. Программа определяет содержание образовательной области «Физическое развитие» с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей в различных видах деятельности, таких как: – игровая, – коммуникативная, – познавательно-исследовательская, - двигательная (овладение основными движениями) активность ребенка. В Программе определены следующие разделы: планируемые результаты, содержание образования, тематическое планирование, циклограмма деятельности педагога и используемая методическая литература. Содержание Программы реализуется на русском языке, и в течение всего времени пребывания ребенка в ДОУ.

**Планируемые результаты**

**I часть, обязательная.**

В соответствии с ФГОС дошкольного образования специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка к концу дошкольного образования. Реализация образовательных целей и задач Программы направлена на достижение целевых ориентиров дошкольного образования, которые описаны как основные характеристики развития ребенка. Основные характеристики развития ребенка представлены в виде изложения возможных достижений воспитанников на разных возрастных этапах дошкольного детства. ***Целевые ориентиры*** К двум годам ребенок:

 Ребенок интересуется окружающими предметами и активно действует с ними; эмоционально вовлечен в действия с игрушками и другими предметами, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий.

 Использует специфические, культурно фиксированные предметные действия, знает назначение бытовых предметов (ложки, расчески, карандаша и пр.) и умеет пользоваться ими. Владеет простейшими навыками самообслуживания; стремится проявлять самостоятельность в бытовом и игровом поведении; проявляет навыки опрятности.

 Проявляет отрицательное отношение к грубости, жадности.

 Соблюдает правила элементарной вежливости (самостоятельно или по напоминанию говорит «спасибо», «здравствуйте», «до свидания», «спокойной ночи» (в семье, в группе); имеет первичные представления об элементарных правилах поведения в детском саду, дома, на улице и старается соблюдать их.

 Владеет активной речью, включенной в общение; может обращаться с вопросами и просьбами, понимает речь взрослых; знает названия окружающих предметов и игрушек. Речь становится полноценным средством общения с другими детьми.

 Стремится к общению со взрослыми и активно подражает им в движениях и действиях; появляются игры, в которых ребенок воспроизводит действия взрослого. Эмоционально откликается на игру, предложенную взрослым, принимает игровую задачу.

 Проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им. Умеет играть рядом со сверстниками, не мешая им. Проявляет интерес к совместным играм небольшими группами.

 Проявляет интерес к окружающему миру природы, с интересом участвует в сезонных наблюдениях.

 Проявляет интерес к стихам, песням и сказкам, рассматриванию картинок, стремится двигаться под музыку; эмоционально откликается на различные произведения культуры и искусства.

 С пониманием следит за действиями героев кукольного театра; проявляет желание участвовать в театрализованных и сюжетно-ролевых играх.

 Проявляет интерес к продуктивной деятельности (рисование, лепка, конструирование, аппликация).

У ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движений (бег, лазанье, перешагивание и пр.). С интересом участвует в подвижных играх с простым содержанием, несложными движениями.

К трем годам ребенок:

 интересуется окружающими предметами, активно действует с ними, исследует их свойства, экспериментирует. Использует специфические, культурно фиксированные предметные действия, знает назначение бытовых предметов (ложки, расчески, карандаша и пр.) и умеет пользоваться ими. Проявляет настойчивость в достижении результата своих действий;

 стремится к общению и воспринимает смыслы в различных ситуациях общения со взрослыми, активно подражает им в движениях и действиях, умеет действовать согласованно;

 владеет активной и пассивной речью: понимает речь взрослых, может обращаться с вопросами и просьбами, знает названия окружающих предметов и игрушек;

 проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им.

 Взаимодействие с ровесниками окрашено яркими эмоциями;

 в короткой игре воспроизводит действия взрослого, впервые осуществляя игровые замещения;

 проявляет самостоятельность в бытовых и игровых действиях. Владеет простейшими навыками самообслуживания;

 любит слушать стихи, песни, короткие сказки, рассматривать картинки, двигаться под музыку. Проявляет живой эмоциональный отклик на эстетические впечатления. Охотно включается в продуктивные виды деятельности (изобразительную деятельность, конструирование и др.);

 с удовольствием двигается – ходит, бегает в разных направлениях, стремится осваивать различные виды движения (подпрыгивание, лазанье, перешагивание и пр.).

К семи годам:

 ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в игре, общении, конструировании и других видах детской активности. Способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;

 ребенок положительно относится к миру, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства. Активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;

 ребенок обладает воображением, которое реализуется в разных видах деятельности и прежде всего в игре. Ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, следует игровым правилам;

 ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может высказывать свои мысли и желания, использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;

 у ребенка развита крупная и мелкая моторика. Он подвижен, вынослив, владеет основными произвольными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;

ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;

 ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, склонен наблюдать, экспериментировать, строить смысловую картину окружающей реальности. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет. Способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

Степень реального развития этих характеристик и способности ребенка их проявлять к моменту перехода на следующий уровень образования могут существенно варьировать у разных детей в силу различий в условиях жизни и индивидуальных особенностей развития конкретного ребенка. Программа строится на основе общих закономерностей развития личности детей дошкольного возраста,с учетом сенситивных периодов в развитии.

**II часть, формируемая участниками образовательных отношений.** Целевые ориентиры освоения части, формируемой участниками образовательных отношений. - ребенок ориентирован на сотрудничество, дружелюбен, приязненно расположен к людям, способен участвовать в общих делах, совместных действиях, деятельности с другими детьми и взрослыми; способен понимать состояния и поступки других людей, выбирать адекватные способы поведения в социальной ситуации и уметь преобразовывать ее с целью оптимизации общения с окружающими; - ребенок обладает установкой на толерантность, способностью мириться, уживаться с тем, что является отличным, непохожим, непривычным (например, с чужим мнением, с человеком, имеющим недостатки физического развития, с людьми других национальностей и др.); с удовольствием рассказывает о своих друзьях других этносов, высказывает желание расширять круг межэтнического общения; - ребенок знает некоторые способы налаживания межэтнического общения с детьми других этносов и использует их при решении проблемно-игровых и реальных ситуаций взаимодействия; - ребенок обладает чувством разумной осторожности, выполняет выработанные обществом правила поведения (на дороге, в природе, в социальной действительности); - ребенок проявляет уважение к родителям (близким людям), проявляет воспитанность и уважение по отношению к старшим и не обижает маленьких и слабых, посильно помогает им; - ребенок проявляет познавательную активность, способность и готовность расширять собственный опыт за счет удовлетворения потребности в новых знаниях, переживать радость открытия нового; умение использовать разнообразные источники получения информации для удовлетворения интересов, получения знаний и содержательного общения; - ребенок проявляет интерес к малой родине, родному краю, их истории, необычным памятникам, зданиям; к событиям настоящего и прошлого родного края; к национальному разнообразию людей своего края, стремление к знакомству с их культурой; активно включается в проектную деятельность, самостоятельное исследование, детское коллекционирование, создание мини-музеев, связанных с прошлым и настоящим родного края;

- ребенок признает здоровье как наиважнейшую ценность человеческого бытия, проявляет готовность заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих, соблюдать правила безопасности жизнедеятельности, самостоятельно и эффективно решать задачи, связанные с поддержанием, укреплением и сохранением здоровья в рамках адекватной возрасту жизнедеятельности и общении;

- ребенок проявляет эмоциональную отзывчивость при участии в социально значимых делах, событиях (переживает эмоции, связанные с событиями военных лет и подвигами горожан, стремится выразить позитивное отношение к пожилым жителям города и др.);отражает свои впечатления о малой родине в предпочитаемой деятельности (рассказывает, изображает, воплощает образы в играх, разворачивает сюжет и т.д.);охотно участвует в общих делах социально-гуманистической направленности (в подготовке концерта для ветеранов войны, посадке деревьев на участке, в конкурсе рисунков «Мы любим нашу землю» и пр.; выражает желание в будущем (когда вырастет) трудиться на благо родной страны, защищать Родину от врагов, стараться решить некоторые социальные проблемы.

**Содержание образования**

**Физическое развитие** В области физического развития основными задачами образовательной деятельности являются создание условий для: – укрепления здоровья детей, становления ценностей здорового образа жизни; – развития различных видов двигательной активности; – формирования навыков безопасного поведения. В сфере укрепления здоровья детей, становления ценностей здорового образа жизни взрослые организуют правильный режим дня, приучают детей к соблюдению правил личной гигиены, в доступной форме объясняют, что полезно и что вредно для здоровья. В сфере развития различных видов двигательной активности Взрослые организую пространственную среду с соответствующим оборудованием – как внутри помещений Учреждение, так и на внешней ее территории (горки, качели и т. п.) для удовлетворения естественной потребности детей в движении, для развития ловкости, силы, координации и т. п. Проводят подвижные игры, способствуя получению детьми радости от двигательной активности, развитию ловкости, координации движений, правильной осанки. Вовлекают детей в игры с предметами, стимулирующие развитие мелкой моторики. В сфере формирования навыков безопасного поведения взрослые создают в Организации безопасную среду, а также предостерегают детей от поступков, угрожающих их жизни и здоровью. Требования безопасности не должны реализовываться за счет подавления детской активности и препятствования деятельному исследованию мира. **Для детей от 1 года до 2 лет *см.стр.131-133 комплексной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой -5-е издание –М: Мозаика –Синтез, 2019г.* Для детей от 2 лет до 3 лет*см.стр.143-146 основные движения стр.145, подвижные игры стр.146 комплексной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой -5-е издание –М: Мозаика –Синтез, 2019г.*** В области физического развития ребенка основными задачами образовательной деятельности являются создание условий для:

– становления у детей ценностей здорового образа жизни; – развития представлений о своем теле и своих физических возможностях; – приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности; –формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами. *В сфере становления у детей ценностей здорового образа жизни* Взрослые способствуют развитию у детей ответственного отношения к своему здоровью. Они рассказывают детям о том, что может быть полезно и что вредно для их организма, помогают детям осознать пользу здорового образа жизни, соблюдения его элементарных норм и правил, в том числе правил здорового питания, закаливания и пр. 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. *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, 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 коньках, лыжах, ездить на велосипеде, плавать, заниматься другими видами двигательной активности. **Для детей от 3 до 4 лет *см. стр.183 – 188 основные движения стр. 187, подвижные игры стр. 186 комплексной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой -5-е издание –М: Мозаика –Синтез, 2019г.* Для детей от 4 до 5 лет*см.стр.217-220 основные движения стр. 219, подвижные игры стр. 219 комплексной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой -5-е издание –М: Мозаика –Синтез, 2019г.* Для детей от 5 до 6 лет*см.стр.254, 255, 256, 257, 258, основные движения стр. 266, 267, подвижные игры стр. 258 комплексной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой -5-е издание –М: Мозаика –Синтез, 2019г..***

**Для детей от 6 до 7 лет см. *стр.294, 295, 296, 297, 298, 299, основные движения стр. 296, 297, подвижные и спортивные игры стр.295 комплексной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой -5-е издание –М: Мозаика –Синтез, 2019г*. II часть формируемая участниками образовательных отношений.**

***Содержание образования соответствует содержательному разделу образовательной программы с учетом специфики национальных, социокультурных и иных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность с детьми дошкольного возраста «Мы живём на Урале» авт. О.В.Толстикова, О.В. Савельева (Екатеринбург:ГАОУ ДПО СО «ИРО». – 2013г.) см. стр.37-39,стр. 49-52, стр. 63.***

**4 . Тематическое планирование**

|  |
| --- |
| **Сентябрь** |
| **Тема «Детский сад» (4 неделя августа – 1 неделя сентября)** |
| **Задачи:**  Продолжать развивать разнообразные виды движений.  **От 2 до 3 лет**  Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.  **От 3 до 4 лет**  Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Учить действовать совместно: строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. |
| **Итоговое мероприятие:** Развлечение «Мои любимые игрушки» |
| **Тема «День знаний» (первая неделя сентября)** |
| **Задачи:**  Обеспечивать гармоничное физическое развитие.  **От 4 до 5 лет**  Формировать правильную осанку.  **От 5 до 6 лет**  Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.  **От 6 до 7 лет**  Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. |
| **Итоговое мероприятие** «День знаний» |
| **Тема «Осень» (2 -4 недели сентября).** |
| **Задачи:**  Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей. |
| **От 2-3 лет**  Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога.  **От 3-4 лет**  Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед;  **От 4-5 лет**  Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.  **От 5-6 лет**  Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.  **От 6-7 лет**  Совершенствовать технику ocновных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.  Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. |
| **Итоговое мероприятие:** Праздник «Осенины». |
| **Октябрь-Ноябрь** |
| **Тема: «Я и моя семья» (1-2 неделя октября)** |
| **Задачи:**  Способствовать психофизическому развитию детей.  **От 2-3 лет**  Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.  **От 3-4 лет**  Принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром15–20см. |
| **Итоговое мероприятие: спортивное развлечение.** |
| **Тема: «Моё село, мой район, моя страна» (1-2 неделя октября)** |
| **Задачи:**  Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре и прыжках. Упражнять детей в беге продолжительностью до минуты. Развивать ловкость в упражнении с мячом. Закреплять умение действовать по сигналу.  **От 4-5 лет**  Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку.  **От 5-6 лет**  Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.  **От 6-7 лет**  Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. |
| **Итоговое мероприятие: праздник здоровья «Мы сильны»!** |
| **Тема: «Мой дом, моё село» (3 неделя октября – 2 неделя ноября).** |
| **Задачи:**  Формировать основные жизненно важные движения. Воспитывать умение действовать самостоятельно.  **От 2 до 3 лет**  Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать).  **От 3 до 4 лет**  Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. |
| **Итоговое мероприятие:** Развлечение «Путешествие по селу». |
| **Тема: «День народного единства» (3 неделя октября-2 неделя ноября).** |
| **Задачи:**  Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной активности.  **От 4-5 лет**  Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).  **От 5-6 лет**  Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.  Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическим и упражнениями, убирать его на место.  **От 6-7 лет**  Добиваться активного движения кисти руки при броске.  Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. |
| **Итоговое мероприятие:** Праздник «День народного единства». |
| **Ноябрь – Декабрь** |
| **Тема: «Новогодний праздник» (3 неделя ноября – 4 неделя декабря).** |
| **Задачи:**  Развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях. Формировать умения в основных видах движении (ходьбе, беге, прыжках); сохранять устойчивое положение тела.  **От 2-3 лет**  Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.  **От 3-4 лет**  Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать. |
| **Итоговое мероприятие:** Праздник «Новый год». |
| **Тема: «Новый год» (3 неделя ноября – 4 неделя декабря).** |
| **Задачи:**  Развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях. Формировать умения в основных видах движении (ходьбе, беге, прыжках); сохранять устойчивое положение тела.  **От 4-5 лет**  Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.  Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.  **От 5-6 лет**  Учить бегать « на перегонки», с преодолением препятствий. Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.  **От 6-7 лет**  Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. |
| **Итоговое мероприятие:** Праздник «Новый год». |
| **Январь** |
| **Тема: «Зима» (1-4недели января).** |
| **Задачи:**  Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. |
| **От 2-3 лет**  Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, не сложными движениями. |
| **От 3-4 лет**  Формировать интерес и любовь к спорту, знакомить с некоторыми видами спорта, формировать потребность в двигательной активности. |
| **От 4-5 лет**  Продолжать формировать интерес и любовь к спорту. Развивать представления о некоторых видах спорта. Учить ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. |
| **От 5-6 лет**  Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы. |
| **От 6-7 лет**  Начальные представления о некоторых видах спорта. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. Продолжать знакомить с различными видами спорта. |
| **Итоговое мероприятие:** праздник «Зимняя олимпиада». |
| **Февраль** |
| **Тема: «День защитников отечества» (1-3 неделя)** |
| **Задачи:**  Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений. |
| **От 2-3 лет**  Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения *(ходьба ,бег, бросание, катание)*. |
| **От 3-4 лет**  Приобщать к доступным спортивным занятиям: учить кататься на санках, кататься на лыжах (надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место). |
| **От 4-5 лет**  Развивать интерес к подвижным играм. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Развивать в играх психофизические качества (быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость и др.). |
| **От 5-6лет**  Продолжать знакомить с различными видами спорта. Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.  Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны. |
| **От 6-7 лет**  Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений. Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними. |
| **Итоговое мероприятие:** Праздник «Защитники отечества» |
| **Февраль – Март** |
| **Тема: «Мамин день» (4 неделя февраля – 1 неделя марта).** |
| **Задачи:** Побуждать к двигательной активности. Обеспечивать укрепление здоровья детей. |
| **От 2-3 лет**  Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых пepcoнажей. |
| **От 3-4 лет**  Приобщать к доступным подвижным играм, воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве, учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др., вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений. |
| **Итоговое мероприятие:** праздник «Мамин день». |
| **Февраль – Март** |
| **Тема: «Международный женский день» ( 4 неделя февраля – 1 неделя марта).** |
| **Задачи:** Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. |
| **От 4-5 лет**  Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Повторить упражнения в равновесии и прыжках. |
| **От 5-6 лет**  Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.  Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. |
| **От 6-7 лет**  Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств *(ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость)*, координации движений, умения ориентироваться в пространстве. |
| **Итоговое мероприятие: Праздник** «Международный женский день». |
| **Март** |
| **Тема: «Народная игрушка» ( 2-4 неделя марта).** |
| **Задачи:** побуждать к двигательной активности. Формировать умение ориентироваться в пространстве. |
| **От 2-3 лет**  Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге по сигналу. Учить разнообразно действовать с мячом. |
| **От 3-4 лет**  Развивать самостоятельность, активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. |
| **Итоговое мероприятие:** развлечение «Вечерки в светёлке». |
| **Март** |
| **Тема: «Народная культура и традиции» ( 2-4 неделя марта).** |
| **Задачи:** формировать умение ориентироваться в пространстве. Воспитывать умение действовать самостоятельно. |
| **От 4-5 лет**  Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т.д., упражнять детей в беге на выносливость. |
| **От 5-6 лет**  Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Повторить игровые упражнения с бегом. Разучить прыжок в высоту с разбега. |
| **От 6-7 лет**  Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию. Повторить упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре. |
| **Итоговое мероприятие:** развлечение «Вечерки в светёлке». |
| **Апрель** |
| **Тема: «Весна» ( 1-4 неделя апреля).** |
| **Задачи:** способствовать психофизическому развитию детей. |
| **От 2-3 лет**  Учить кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево. |
| **От 3-4 лет**  Приобщать к доступным спортивным занятиям: учить кататься на трехколесном велосипеде (самостоятельно садиться, кататься на нем и слезать с него).Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре. |
| **Итоговое мероприятие:** праздник «Весна». |
| **Апрель** |
| **Тема: «Весна» (1-2 неделя апреля).** |
| **Задачи**: развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. |
| **От 4-5 лет**  Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. |
| **От 5-6 лет**  Учить кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве. |
| **От 6-7 лет**  Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения; справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. |
| **Итоговое мероприятие:** Праздник «Весна – Красна». |
| **Апрель – май** |
| **Тема: «День победы» ( 3 неделя апреля – 1 неделя мая).** |
| **Задачи:** Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной активности. |
| **От 4-5 лет**  Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. |
| **От 5-6 лет**  Продолжать знакомить с различными видами спорта. Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом и в прыжках. |
| **От 6-7 лет**  Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям *(городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол)*. |
| **Итоговое мероприятие:** праздник «День победы». |
| **Май** |
| **Тема: «Лето» ( 1-4 неделя мая).** |
| **Задачи:** формировать умение ориентироваться в пространстве. Формировать основные жизненно важные движения. |
| **От 2-3 лет**  Воспитывать умение детей действовать самостоятельно. Повторить упражнения с мячами. Разучить игровое упражнение «Мишки идут по лесу». |
| **От 3-4 лет**  Развивать самостоятельность, активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений.  Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами. |
| **Итоговое мероприятие**: Праздник «Лето». |
| **Май** |
| **Тема: «Лето. До свиданья детский сад» ( 2-4 неделя мая).** |
| **Задачи**: воспитывать умение действовать самостоятельно; формировать основные жизненно важные движения. |
| **От 4-5 лет**  Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.  Повторить прыжки в длину с места; повторить метание в вертикальную цель; разучить игровое упражнение «Угадай кто позвал». |
| **От 5-6 лет**  Повторить элементы спортивных игр, игры с элементами соревнования, игры-эстафеты.  Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. |
| **От 6-7 лет**  Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств *(ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость)*, координации движений, умения ориентироваться в пространстве. Разучить подвижную игру «Горелки». |
| **Итоговое мероприятие:** Праздник «Выпуск в школу». |
| **Июнь – август** группа работает в каникулярном режиме. |

**Циклограмма деятельности педагога по организации образовательного процесса по образовательной области «Физическое развитие» с 2 до 7 лет**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |  |
| Зарядка  8-10 раннего дошкольного возраста  8-15 – старшего дошкольного возраста | | | | | |
| Занятие | Индивидуальная работа с детьми | Занятие | Беседы по формированию представлений о здоровом образе жизни | Игровой час на свежем воздухе |  |

**Литература**

 Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от17 октября 2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрирован Минюстом России 14 ноября 2013г., регистрационный № 30384).

 Примерная основная образовательная программа дошкольного образования одобренная решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию от 20.05.2015г №2/15

 Комплексная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой (издание 4-е, переработанное. Мозаика-синтез Москва, 2016г).

 Толстикова О.В., Савельева О.В. Мы живем на Урале: образовательная программа с учетом специфики национальных, социокультурных и иных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность с детьми дошкольного возраста. – Екатеринбург: ГАОУ ДПО СО «ИРО». – 2013 г.

**Методическое обеспечение Программы**

|  |  |
| --- | --- |
| А.И. Пензулаева, Физкультурные занятия с детьми 5,6 лет | Печатный |
| Комплексные занятия по программе «От рождения до школы» для средней группы, старшей группы, подготовительной группы | Печатный |
| Контроль физического состояния детей дошкольного возраста Москва | Электронный |
| Физическая культура в детском саду Т.И Осокина Москва «Просвещение» | Печатный |
| Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду старшая группа 3,4 года» Мозаика-синтез Москва 2016г. | Печатный |
| Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду старшая группа 4,5 года» Мозаика-синтез Москва 2016г | Печатный |
| Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду старшая группа 5,6лет» Мозаика-синтез Москва 2016г | Печатный |
| Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду старшая группа 6,7 года» Мозаика-синтез Москва 2016г. | Печатный |
| Занимательная физкультура для детей 4,7лет: планирование, конспекты занятий. Авт.,сост. Гаврилова В.В. Волгоград: Учитель | Печатный |