

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад «Гнёздышко»

УТВЕРЖДЕНА

заведующим

МБДОУ «Гнёздышко»

И.А. Родионова

Приказ № 92

от « 24 » 08 2018г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПЕДАГОГА**  
по физическому развитию детей дошкольного возраста (3-7 лет)  
(наименование)

**Срок реализации 1 год**

**Муллагалиева М.В. , инструктор по физкультуре**  
(Ф.И.О. педагога, разработавшего Рабочую программу, должность)

Черногорск  
2018

## **Содержание программы**

### **РАЗДЕЛ I. Целевой**

1.1 Пояснительная записка

1.1.1 Цели и задачи реализации Программы

1.1.2 Значимые для разработки и реализации Программы характеристики.

### **РАЗДЕЛ II. Содержательный**

2.1 Содержание образовательной деятельности

2.2 Календарно-тематическое планирование

2.3 Планируемые результаты

2.4 Система мониторинга.

### **РАЗДЕЛ III. Организационный**

3.1 Материально-техническое обеспечение реализации программы

3.2 Список литературы

## **РАЗДЕЛ I. Целевой**

### **1.1. Пояснительная записка**

Рабочая программа по физическому развитию детей дошкольного возраста (далее- Программа) разработана в соответствии с основной образовательной программой муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад «Гнёздышко».

Программа разработана на основании:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
  - 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 РФ от 15.05.2013г. № 26 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (СанПиН 2.4.1.3049-13).
  - Примерная основная образовательная программа дошкольного образования, одобренная решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20 мая 2015г. № 2/15) на основе использования образовательных программ дошкольного образования, обеспечивающих развитие детей в пяти взаимодополняющих образовательных областях в соответствии с ФГОС ДО:
  - Образовательная программа дошкольного образования «Истоки» под редакцией Л.А.Парамоновой – в группах общеразвивающей направленности детей с 2 до 7 лет;
  - Программа и программные требования "Физическая культура – дошкольникам" Глазыриной Л.Д.;
  - Методические рекомендации Л. И. Пензулаевой «Физическая культура в детском саду».
- Содержание Программы реализуется через непосредственно-образовательную деятельность по физической культуре:
- в группе общеразвивающей направленности детей 4-5 года (средняя группа);
  - в группе общеразвивающей направленности детей 5-6 года (старшая группа);
  - в группе общеразвивающей направленности детей 6-7 года (подготовительная к школе группа).

### **1.1.1. Цели и задачи реализации Программы**

**Цель программы** – проектирование социальных ситуаций развития ребёнка и развивающей предметно-пространственной среды, обеспечивающих позитивную социализацию, мотивацию и поддержку индивидуальности детей через общение, игру, познавательно-исследовательскую деятельность и другие формы активности.

**Задачи программы:** образовательная область «Физическое развитие»

1. Создать условия для приобретения детьми опыта в двигательной деятельности, в т.ч. 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 рук, а также с правильным выполнением основных видов движений (ходьба, бег, прыжки);
2. Формировать начальные представления о некоторых видах спорта;
3. Содействовать овладению детьми подвижными играми с правилами;
4. Создать условия для становления целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
5. Содействовать становлению ценностей здорового образа жизни, овладению элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, при формировании привычек и др.).

Целостность педагогического процесса в ДООУ обеспечивается реализацией образовательной программы дошкольного образования «Истоки» под редакцией Л.А.Парамоновой:

Цель: обеспечение полноценного, разностороннего развития каждого ребенка, формирование у него базового доверия к миру и универсальных, в том числе, творческих способностей до уровня, соответствующего возрастной специфике и требованиям современного общества; создание равных условий для развития детей, имеющих разные возможности.

### 1.1.2. Значимые для реализации Программы характеристики.

№ п/п	Наименование	Количество групп/детей
Группы общеразвивающей направленности:		3/90
1.	Средняя группа с 4 до 5 лет	1/30
2.	Старшая группа с 5 до 6 лет	1/30
3.	Подготовительная группа с 6 до 7 лет	1/30

ДОУ посещают дети, имеющие группы здоровья:

I группа здоровья 20 детей (22%)

II группа здоровья 65 детей (72%)

III группа здоровья 5 детей (6%)

Дети инвалиды отсутствуют.

55% детей имеют в основном средний уровень физического развития, 43% детей имеют высокий уровень физического развития. Часто болеющих детей 6 %

Социальный статус воспитанников:

1. 91 % детей воспитываются в полных семьях.
2. 9 % детей из неполных семей.
3. 13 % дети из многодетных семей.

#### Характеристики возрастных особенностей развития детей.

4-5 лет	<p>В этом возрасте интенсивно развиваются моторные функции. Двигательная активность детей характеризуется достаточно высоким уровнем самостоятельности действий. Движение детей имеют вполне преднамеренный и целеустремленный характер: дети хорошо различают виды движений, представляют себе их смысл, назначение, частично овладевают умением выделять наиболее существенные их элементы. К этому возрастному периоду дети достаточно хорошо овладевают навыками ходьбы. Однако у многих детей еще отсутствуют непринужденное положение корпуса и головы, согласованные движения головы и ног. Дети уже владеют прыжками разных видов, они умеют отталкиваться от опоры, помогая себе взмахами рук, а также мягко приземляться, сохраняя равновесие. При метании предметов еще недостаточно проявляется слитность замаха и броска.</p> <p>Возникает потребность действовать совместно, быстро, ловко, в общем, для всех детей темпе; соблюдать определенные интервалы во время передвижения в разных построениях, быть ведущим.</p>
5-6 лет	<p>Функциональные возможности детей этого возраста создают реальные предпосылки не только для овладения детьми основными движениями в обобщенном виде, но и для формирования умения выделять элементы 4 движений (такие как направление, скорость, амплитуда), воспринимать и</p>

	анализировать последовательность выполняемых действий.
6-7 лет	<p>Дети этого возраста владеют в общих чертах всеми видами движений. При этом стремятся к новым видам сочетаний движений, у них проявляется желание испытать свои силы в сложных видах движений и физических упражнений. У детей возникает потребность в двигательных импровизациях. Обычно они берутся за выполнение любой двигательной задачи, не соизмеряя свои силы, не учитывая реальные возможности. Убедившись в непосильности двигательного действия, ребёнок выполняет его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения, при этом он искренне убеждён в том, что всё сделал правильно. Растущее двигательное воображение становится в этом возрасте одним из стимулов обогащения моторики разнообразными способами действий. На первый план выдвигаются учебные мотивы, задачи овладения определёнными техниками движений.</p>

## **РАЗДЕЛ II. Содержательный.**

### **2.1. Содержание образовательной деятельности образовательной области «Физическое развитие».**

Содержанием образовательной области «Физическое развитие» является: совершенствование функциональных возможностей детского организма; приобретение опыта в двигательной деятельности, способствующего правильному формированию опорно-двигательной системы организма — выполнение упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость, развитие равновесия, развитие крупной и мелкой моторики обеих рук, выполнение основных движений; приобщение к некоторым доступным видам 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.).

#### **Непосредственно-образовательная деятельность по физической культуре в группах общеразвивающей направленности:**

##### **1. В средней группе (4-5 лет)**

- формировать правильную осанку;
- развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;
- закреплять умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног;
- учить бегать легко, ритмично и энергично отталкиваясь носком;
- учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы;
- учить перелезать с одного пролёта гимнастической стенки на другой;
- учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперёд, ориентироваться в пространстве, в прыжках в длину и высоту с места, учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие; учить прыгать через короткую скакалку;
- закреплять умение принимать правильное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его обеими кистями рук (не прижимая к груди);
- учить кататься на 2-х колёсном велосипеде по прямой, по кругу
- учить ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору;
- учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения;
- развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость;
- учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры;
- во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, творчество, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками

Организуются подвижные игры, направленные на дальнейшее развитие и совершенствование основных и специализированных движений детей, которые применяются для формирования важнейших двигательных качеств. Проводятся следующие подвижные игры: «Лошадки», «Ловишки», «Мышки в норках», «Котята и щенята» (на развитие гибкости); «Подпрыгни повыше», «Лягушки», «По дорожке на одной ножке», «Подбрось повыше» (на развитие силы мышц) «Гуси-лебеди», «Пятнашки», «Найди себе пару» (на развитие выносливости); «По узкой дорожке», «Пилоты», «Попади в цель», «Прокати в ворота», «Перелет птиц», «Кольцеброс» (на развитие ловкости); «Перемени предмет», «Кто быстрее до флажка», «Не опоздай», (на развитие быстроты).

## **2. В старшей группе (5-6 лет)**

— Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.  
Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

— Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

— 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.

— Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести в ходьбе.

— Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой).

— Учить ориентироваться в пространстве.

— Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.

— Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

8

— Всесторонне развивать личность ребенка, формировать физические, умственные, нравственные, эстетические, духовные качества.

— Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им сведения о событиях спортивной жизни страны.

— Формировать умение играть в спортивные игры: футбол (элементы), хоккей (элементы), баскетбол (элементы), городки (элементы), бадминтон (элементы), настольный теннис (элементы).

Подвижные игры используются как важное средство повышения двигательной активности, развития движений и двигательных качеств детей: «Ловишки», «Затейники», «Дрессированные лошадки», «Кто скорее доберется до флажка», «Охотники и обезьяны», «Послушный шарик», «Охотники и зайцы», «Подвижная цель» (для развития гибкости); «Кто лучше прыгнет», «Из кружка в кружок», «Кто сделает меньше прыжков», «Пожарные на учении», «Брось за флажок» (для развития силы мышц); «Ловишки», «Встречные перебежки», «Пятнашки», «Мяч капитану», «За мячом» (для развития выносливости); «Парный бег», «Сделай фигуру», «Белые медведи», «Совушка», «Быстрой по местам», «Ловишки-журавлики», «Не оставайся на полу», «Классы», «Прыжки со скакалкой», «Кто скорее», «Успей пробежать», «Попади в обруч» (для развития ловкости);



«Мы веселые ребята», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Караси и щука», «День и ночь», «Бездомный заяц», «Два мороза» (для развития быстроты реакции). Одна и та же игра может способствовать развитию нескольких качеств.

### **3. В подготовительной группе (6-7 лет)**

- Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.
- Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах, деятельности. — Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.
- Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге
- Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.
- Добиваться активного движения кисти руки при броске.
- Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.
- Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.
- Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.
- Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.
- Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.
- Формировать умение играть в спортивные игры: футбол (элементы), хоккей (элементы), баскетбол (элементы), городки (элементы), бадминтон (элементы), настольный теннис (элементы).

Педагог создает условия для освоения элементов спортивных игр:

городки: игра по упрощенным правилам;

бадминтон: броски волана через сетку (шнур); броски волана друг другу с отбиванием ракеткой; отбивание волана друг другу через сетку (шнур);

футбол: передача мяча друг другу в движении, броски и отбивание мяча у стенки, игра в футбол по упрощенным правилам;

хоккей с шайбой (без коньков): игра в хоккей по упрощенным правилам;

баскетбол: игра по упрощенным правилам.

Используются подвижные игры как важное средство повышения двигательной активности, развития движений двигательных и личностных качеств детей (играть по правилам, проявлять дружелюбие при выполнении соревновательных элементов и пр.): «Перемени предмет», «Ловля обезьян», «Паучки», «Альпинисты», «Стоп», «Змейка» (на развитие гибкости); «С кочки на кочку», «Кто сильнее», «Десять передач», «Передал — садись» (для развития силы мышц); «Перенеси предметы», «Выставка картин», «Кузнечики», «Бегунки — прыгунки», «Перелет птиц» (на развитие выносливости); «Быстро возьми — быстро положи», «Ловишка, схвати ленту», «Кто скорее докатит обруч до флажка», «Удочка», «Кто самый меткий», «Забей в ворота», «Летающие тарелки» (на развитие ловкости); игры-эстафеты различного содержания «Догони свою пару», «Третий лишний», «Пустое место» (на развитие быстроты).

**Учебный план по реализации образовательная область «физическое развитие»**

	НОД в зале	НОД на воздухе	Количество НОД в неделю	Количество НОД в год
Средняя группа (4 – 5 лет)	2 (по 20 мин)	1 (по 20 мин)	3 (1 час)	108
Старшая группа (5 – 6 лет)	2 (по 25 мин)	1 (по 25 мин)	3 (1 ч 15 мин)	108
Подготовительная группа (6 – 7 лет)	2 (по 30 мин)	1 (по 30 мин)	3 (1 ч 30 мин)	108

**2.2. Календарно-тематическое планирование непосредственно образовательной деятельности.**

**Средняя группа (4 – 5 лет).**

<b>Месяц, неделя</b>	<b>Тема</b>	<b>Задачи непосредственно образовательной деятельности</b>
Сентябрь, №1	Здравствуй, детский сад	Выявление уровня физической подготовленности воспитанников
№2	Наша группа	Выявление уровня физической подготовленности воспитанников
№3	Городская улица. Транспорт	Создание условий для развития ловкости, быстроты; совершенствования умения спрыгивания с высоты, построения в шеренгу, повороты направо, налево, лазания по гимнастической стенке
№4	Городская улица. Магазины	Создание условий для развития выносливости, гибкости; совершенствования умения метания предмета вдаль одной рукой, прыгать через невысокие предметы, сохранения равновесия при остановке после движения
Октябрь, №1	Во саду ли, в огороде	Создание условий для развития силы, быстроты; совершенствования основных видов движения

№2	Такие разные зёрнышки	Создание условий для развития силы, ловкости; совершенствования умения ползания на четвереньках, прокатывания мяча различного диаметра; обучения технике выполнения прыжков с продвижением вперёд, построению по подгруппам
№3	Домашние животные	Создание условий для развития быстроты, выносливости; совершенствования умения ползания на четвереньках с изменением темпа, построения по подгруппам, выполнения нескольких прыжков подряд; обучению технике ходьбы в разных направлениях
№4	Запасы на зиму	Создание условий для развития гибкости, силы; совершенствования умения двигаться в разных направлениях; обучения технике выполнения удара мяча об пол и его ловлю, ползания на четвереньках между предметами
Ноябрь, №1	В гостях у трёх медведей	Создание условий для развития ловкости, быстроты; совершенствования умения выполнять построение в колонну по одному, ползать на четвереньках между предметами с различной скоростью; обучения технике прыжков с поворотом вправо – влево
№2	Про ёжиков и не только	Создание условий для развития выносливости, гибкости; совершенствования умения прыгать с поворотом; обучения технике ловли мяча после удара об стенку, двигаться приставным шагом в стороны, вперёд, назад
№3	Котятки и перчатки	Создание условий для развития силы, ловкости; совершенствования умения ловли мяча после удара об стенку, построения в колонну по одному; обучения технике ползания по наклонной поверхности, прыжков на одной ноге

№4	Такая разная обувь	Создание условий для развития быстроты, выносливости; совершенствования умения ползания по наклонной поверхности, прыжков на одной ноге; обучения технике построения в круг и бега по кругу по одному
Декабрь, №1	День и ночь – сутки прочь	Создание условий для развития гибкости, силы; совершенствования умения бегать по кругу в колонне по одному; обучения технике отбивания мяча от пола, ползания по гимнастической скамейке с подтягиванием рук
№2	Здравствуй, зимушка-зима!	Создание условий для развития ловкости, быстроты; совершенствования самостоятельного построения в круг, умения ползания по гимнастической скамейке с подтягиванием рук; обучения технике прыжка с высоты 20см на мат, построения парами
№3	Подарки Деда Мороза	Создание условий для развития выносливости, гибкости; совершенствования умения спрыгивать с высоты 20см; обучения технике ходьбы с поворотами, прокатывания малого мяча в разных направлениях
№4	Новогодний праздник	Создание условий для развития силы, ловкости; совершенствования умения прокатывания мяча в указанном направлении, построение в колонну парами; обучения технике лазания по лесенке – стремянке, прыжка в длину с места
Январь, №1	К нам гости пришли	Создание условий для развития силы, ловкости; совершенствования умения прокатывания мяча, построение в колонну парами; обучения технике лазания по лесенке – стремянке, прыжка в длину с места

№2	Зимние развлечения	Создание условий для развития быстроты, выносливости; совершенствования умения лазания по лесенке – стремянке, прыжка в длину с места; обучения технике построения в шеренгу по ориентиру, ходьбы со сменой темпа и направления
№3	Зимние холода	Создание условий для развития гибкости, силы; совершенствования техники ходьбы со сменой темпа и направления, метания мяча на дальность; обучения технике метания мяча на дальность, лазания по гимнастической стенке вверх и вниз приставным шагом
Февраль, №1	Путешествие в Африку	Создание условий для развития быстроты, выносливости; совершенствования умения построения в шеренгу по ориентирам; обучения технике прыжков на двух ногах на месте с разным положением рук, движения по ограниченной поверхности
№2	Море и его обитатели	Создание условий для развития, силы, гибкости; совершенствования навыка движения по ограниченной поверхности; обучения технике метания в вертикальную цель, лазания вверх – вниз по гимнастической стенке чередующим шагом
№3	Защитники	Создание условий для развития ловкости, быстроты; совершенствования умения построения в шеренгу, лазания вверх – вниз по гимнастической стенке чередующим шагом; обучения технике прыжка в длину с места, построения в звенья по ориентирам
№4	Чаепитие	Создание условий для развития выносливости, гибкости; совершенствования техники прыжков в длину с места, движения по ограниченной поверхности; обучения технике метания в горизонтальную цель

Март, №1	Праздник бабушек и мам	Создание условий для развития быстроты, выносливости; совершенствования умения строиться в одну шеренгу, передвигаться по гимнастической стенке приставным шагом вправо – влево; обучения технике ходьбы по наклонной поверхности
№2	Каким бывает огонь	Создание условий для развития силы, гибкости; совершенствования умения ходить по наклонной поверхности, ползания между предметами в сочетании с другими видами движения; обучения технике метания в вертикальную цель
№3	Какой бывает вода	Создание условий для развития ловкости, быстроты; совершенствования умения построения в круг, ползания между предметами в сочетании с другими видами движения, изменением темпа; обучения технике прыжков через короткую скакалку, бега по кругу парами
№4	К нам весна шагает	Создание условий для развития выносливости, гибкости; совершенствования умения прыгать с ноги на ногу через короткую скакалку, отбивать мяч от пола одной рукой; обучения технике бега широким шагом
Апрель, №1	Кто построил этот дом?	Создание условий для развития силы, ловкости; совершенствования умения отбивания мяча одной рукой, прыгать через короткую скакалку разными способами, бегать по кругу парами; обучения ползанию по наклонной поверхности
№2	Что там в небе голубом?	Создание условий для развития быстроты, гибкости; совершенствования умения лазания по гимнастической стенке разными способами; обучения технике ходьбы с последующей остановкой по сигналу, бега с преодолением препятствий

№3	Выдумщики и изобретатели	Создание условий для развития силы, быстроты; совершенствования основных видов движения
№4	Такие разные насекомые	Создание условий для развития силы, ловкости; совершенствования техники метания мяча на дальность, бега с преодолением препятствий, лазания по гимнастической стенке различными способами
Май, №1	Во поле берёза стояла	Создание условий для развития быстроты, гибкости; совершенствования техники выполнения прыжков, ходьбы, построения и перестроения всей группой, основных приёмов ползания и лазания
№2	Летние путешествия	Выявление уровня физической подготовленности воспитанников
№3	Итоговое	Выявление уровня физической подготовленности воспитанников

**Старшая группа(5 – 6 лет).**

<b>Месяц, неделя</b>	<b>Тема</b>	<b>Задачи непосредственно образовательной деятельности</b>
Сентябрь, №1	Встречи после лета	Выявление уровня физической подготовленности воспитанников
№2	Мы – группа	Выявление уровня физической подготовленности воспитанников
№3	Жизнь людей и природа в городе	Создание условий для развития силы, ловкости, гибкости; совершенствования техники прыжка; восстановления навыка бросания и ловли мяча
№4	Жизнь людей и природа в городе	Создание условий для развития ловкости, быстроты, выносливости; совершенствования техники прокатывания и отбивания мяча, лазания по гимнастической стенке

Октябрь, №1	Жизнь людей в деревне.	Создание условий для развития ловкости, гибкости, чувства равновесия; совершенствования умение ориентироваться в пространстве; восстановления и закрепления техники лазания и ползания, перебрасывания и отбивания мяча
№2	Ферма	Создание условий для развития силы, быстроты, координации движений; совершенствования техники бега по прямой и наклонной поверхности; обучения прыжкам вверх на месте
№3	Золотая осень	Создание условий для развития ловкости, гибкости, силы; совершенствования умения выполнять прыжки на месте разными способами; освоения техники бросания и ловли мяча одной рукой
№4	Осень	Создание условий для развития выносливости, гибкости, быстроты; совершенствования умения бросания и ловли мяча одной и двумя руками; обучения технике ползания на животе и в полном приседе
Ноябрь, №1	Лес в жизни человека и животных	Создание условий для развития координации, ловкости, выносливости; совершенствования техники движения по возвышенной ограниченной, поверхности; обучения технике ходьбы приставным шагом и бега с выбрасыванием прямых ног вперёд
№2	Лес в жизни человека и животных	Создание условий для развития быстроты, координации, ловкости; обучению технике бега с забрасыванием голени назад и прыжков на двух ногах с продвижением вперёд



№3	Кто во что одет?	Создание условий для развития силы, выносливости, быстроты; совершенствования техники прыжков на двух ногах с продвижением вперёд; обучения бросанию мяча вверх с хлопком в ладоши и закреплению навыка бросания мяча о землю и его ловля двумя руками
№4	Кто во что одет?	Создание условий для развития координации движений и умения ориентироваться в пространстве; совершенствования основных движений; повышению двигательной активности; воспитанию волевых качеств
Декабрь, №1	Времена года. Календарь	Создание условий для развития быстроты, силы, ловкости; совершенствования лазания по гимнастической стенке и ползания по скамье; обучения технике ходьбы перекатом с пятки на носок и выполнение поворотов на месте способом переступания
№2	Новогодний праздник.	Создание условий для развития быстроты, выносливости, ловкости; совершенствования техники прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и навыка ходьбы перекатом с пятки на носок; обучению технике прыжков на одной ноге с продвижением вперёд, с ноги на ногу
№3	Дед Мороз и Санта – Клаус	Создание условий для развития силы. Выносливости, ловкости; совершенствования технике прыжков на одной ноге; обучению технике броска мяча через сетку и отбивания мяча об пол на месте двумя руками

№4	Коляда	Создание условий для развития ловкости, выносливости; совершенствования технике ходьбы перекатом с пятки на носок, умению лазать по гимнастической стенке; воспитания волевых качеств, повышения двигательной активности
Январь, №1	Цирк	Создание условий для развития быстроты, гибкости, ловкости; совершенствования умения действовать с мячом; ознакомления с новыми приёмами и способами лазания
№2	Зимние игры и соревнования	Создание условий для развития ловкости, силу, быстроту; совершенствования навыка лазания; обучения технике ходьбы на уменьшенной опоре, выполнения поворотов в движении
№3	Путешествие на север	Создание условий для развития выносливости, быстроты, ловкости; совершенствования навыка ходьбы по уменьшенной опоре, прыжка в длину с места; обучению технике прыжка через предмет
Февраль, №1	Путешествие на юг	Создание условий для развития гибкости, ловкости, выносливости; совершенствования навыка прыжка через предмет; обучения технике отбивания мяча об пол на месте
№2	Кто в море живёт, что по морю плывёт	Создание условий для развития быстроты, ловкости, координации движений; совершенствования техники движения по уменьшенной и наклонной поверхности; обучения строевым упражнениям
№3	Про храбрых и отважных	Создание условий для развития быстроты, ловкости, выносливости; совершенствования навыка ориентировки в пространстве; обучения технике прыжка в длину и в высоту с разбега

№4	Про самых любимых	Создание условий для развития быстроты, ловкости, выносливости; совершенствования навыка прыжка в длину и в высоту с разбега; обучения технике прокатывания набивного мяча и метания малого мяча
Март, №1	Здравствуй, солнышко!	Создание условий для развития силы, ловкости, выносливости; совершенствования умения проползать под несколькими препятствиями, бегать в разных направлениях; обучения технике ходьбы по подвижной опоре, равнению в шеренге и круге
№2	Весна. Капель.	Создание условий для развития быстроты реакции, гибкости, ловкости; совершенствования навыка ходьбы по подвижной опоре. Равнения в круге, шеренге; обучения технике прыжков через короткую скакалку
№3	Вода и её свойства	Создание условий для развития силы, быстроты, выносливости; совершенствования техники прыжков через короткую скакалку; обучения технике метания в вертикальную цель на дальность
№4	Весна. Прилёт птиц	Создание условий для развития быстроты, гибкости, координации движений; совершенствования техники ползания и лазания; формирования навыка метания вдаль
Апрель, №1	Камни и их свойства	Создание условий для развития гибкости, чувства равновесия, ловкости; совершенствования навыка лазания по гимнастической стенке, ползания по ограниченной поверхности; обучения технике челночного бега

№2	Жизнь людей и природа в горах	Создание условий для развития силы, выносливости, ловкости; совершенствования техники прыжков в длину с разбега; обучения технике прыжков через короткую скакалку в движении и на месте с ноги на ногу, преодоления препятствий во время бега
№3	Телевидение	Создание условий для развития выносливости, гибкости; совершенствования техники прыжков через короткую скакалку, челночного бега; обучению технике бега с высокого старта, прыжков через длинную скакалку
№4	Телевидение	Создание условий для развития быстроты; совершенствования техники прыжков в длину с разбега; обучения технике бега по пересечённой местности
Май, №1	Моя страна	Создание условий для развития гибкости, ловкости, выносливости; совершенствования навыка прыжков через короткую скакалку, лазания и ползания; формирования умения бегать с заданной скоростью
№2	Москва – столица	Выявление уровня физической подготовленности воспитанников
№3	Скоро лето	Выявление уровня физической подготовленности воспитанников

**Подготовительная группа (6 -7 лет).**

<b>Месяц, неделя</b>	<b>Тема</b>	<b>Задачи непосредственно образовательной деятельности</b>
Сентябрь, №1	Встречи друзей после летнего отдыха	Выявление уровня физической подготовленности воспитанников
№2	Встречи друзей после летнего отдыха	Выявление уровня физической подготовленности воспитанников

№3	Города моей страны	Создание условий для развития выносливости, гибкости, быстроты; совершенствования умения бросания и ловли мяча одной и двумя руками; обучения технике ползания на животе и в полном приседе
№4	Города моей страны	Создание условий для развития координации, ловкости, выносливости; совершенствования техники движения по возвышенной ограниченной, поверхности; обучения технике ходьбы приставным шагом и бега с выбрасыванием прямых ног вперёд
Октябрь, №1	Такой разный урожай	Создание условий для развития быстроты, координации, ловкости; обучению технике бега с забрасыванием голени назад и прыжков на двух ногах с продвижением вперёд
№2	Встречаем гостей	Создание условий для развития силы, выносливости, быстроты; совершенствования техники прыжков на двух ногах с продвижением вперёд; обучения бросанию мяча вверх с хлопком в ладоши и закреплению навыка бросания мяча о землю и его ловля двумя руками
№3	Весёлая ярмарка	Создание условий для развития выносливости, гибкости; совершенствования умения прыгать с поворотом кругом; обучения умению ходить приставными шагами вперёд, технике многократного подбрасывания мяча и его ловли
№4	Весёлая ярмарка	Создание условий для развития ловкости, быстроты; обучения и совершенствования техники перестроения из одного круга в два в движении; обучения лазанию одноимённым способом с переходом с пролёта на пролёт, технике прыжков на месте смещая ноги вправо – влево

Ноябрь, №1	Хорошая книга – лучший друг	Создание условий для развития гибкости, силы; совершенствования умения ходить перекатом с пятки на носок, бросать мяч о землю и его ловля двумя руками; обучения технике лазания разноимённым способом, переходя с пролёта на пролёт
№2	Хорошая книга – лучший друг	Создание условий для развития быстроты, выносливости; совершенствования умения ползания на четвереньках по возвышенной ограниченной поверхности, прыжкам на одной ноге с продвижением вперед; обучения технике построения в колонну и ходьбы в быстром темпе
№3	Свет и тепло в доме	Создание условий для развития силы, ловкости; совершенствования умения метания предмета в вертикальную цель ,построение в колонну с интервалами; обучения технике ползания на животе по скамье, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами, прыжкам боком вправо – влево
№4	Свет и тепло в доме	Создание условий для развития выносливости, гибкости; совершенствования навыка прыжка боком вправо – влево, умения ходить приставным шагом назад; обучения технике бросания мяча одной рукой вверх и его ловли несколько раз подряд
Декабрь, №1	Измерение времени – календарь	Создание условий для развития силу, ловкости; совершенствования навыка бросания мяча вверх одной рукой и его ловли; обучения технике лазания по верёвочной лестнице в различном темпе, прыжка вверх из глубокого приседа

№2	Измерение времени – часы	Создание условий для развития выносливости; совершенствования техники лазания по верёвочной лестнице в различном темпе, прыжка вверх из глубокого приседа; обучения умению перестраиваться в три колонны в движении, менять темп движения, двигаться в полном приседе
№3	Какого цвета зима?	Создание условий для развития гибкости, силы; совершенствования умения движения в полном приседе, отбивания мяча об пол одной рукой; обучения ползанию в чередовании с другими видами движения
№4	Новый год шагает по планете	Создание условий для поддержания бодрого, радостного настроения; совершенствования основных движений; повышать двигательную активность
Январь, №1	Театр	Создание условий для развития ловкости, выносливости; совершенствования умения перестроения в три колонны в движении, прыжков через обруч как через скакалку; обучения технике движения спиной вперёд
№2	Путешествие к Северному полюсу	Создание условий для развития гибкости, силы; совершенствования техники движения спиной вперёд, лазания по лестнице вверх – вниз в одном темпе; обучения технике отбивания мяча об пол с продвижением вперёд
№3	Путешествие в Антарктиду	Создание условий для развития ловкости, быстроты; совершенствования умения перестроения в три колонны в движении, лазания по гимнастической стенке с изменением темпа; обучения технике прыжка боком с опорой руками на предмет, перестроения из трёх колонн в одну

Февраль, №1	Путешествие в Америку	Создание условий для развития гибкости, ловкости; совершенствования техники прыжка боком с опорой руками на предмет, умения двигаться по подвижной опоре; обучения технике отбивания мяча от пола с продвижением вперёд с последующим броском в вертикальную цель (корзину)
№2	Путешествие в глубины океана	Создание условий для развития силы, ловкости; совершенствования техники отбивания мяча от пола с продвижением вперёд с последующим броском в вертикальную цель, перестроения из одной в три колонны и обратно; обучения технике прыжков сериями в 20 раз, лазания по гимнастической стенке
№3	Путешествие в прошлое: крепости и богатыри	Создание условий для развития быстроты, выносливости; совершенствования техники прыжков сериями в 30 раз, лазания по лестнице с переходом с пролёта на пролёт, чередуя разно- и одноимённые способы; обучения технике выполнения поворотов на углах во время ходьбы, специальных беговых упражнений
№4	Мир природный и рукотворный	Создание условий для развития гибкости, силы; совершенствования умения технически правильно выполнять беговые упражнения, забрасывать мяч в баскетбольную корзину; обучения технике ползания на четвереньках по бревну
Март, №1	Красота и доброта	Создание условий для развития силы, ловкости; совершенствования забрасывания мяча в баскетбольную корзину, техники выполнения поворотов на углах во время ходьбы; обучения технике лазания по наклонной скамейке на четвереньках, прыжка в длину с места



№2	Живая и неживая природа	Создание условий для развития быстроты, выносливости; совершенствования умения лазания по наклонной скамейке на четвереньках, прыжка в длину с места; обучения технике размыкания на вытянутые руки, ходьбы выпадами
№3	Путешествие в пустыню – туда, где нет воды	Создание условий для развития силы. Ловкости; совершенствования навыка выполнения броска мяча в корзину, размыкания на вытянутые руки; обучения технике лазания по наклонной скамье в полном приседе, прыжкам в длину с разбега
№4	Такие разные звуки	Создание условий для развития выносливости, гибкости; совершенствования навыка прыжка в длину с разбега, челночного бега 5*10; обучения технике броска мяча через сетку
Апрель, №1	Путешествие в прошлое: динозавры и мамонты	Создание условий для развития ловкости, быстроты; совершенствования умения выполнения поворотов на углах во время ходьбы, лазания по наклонной скамье в полном приседе; обучения технике прыжков в высоту с разбега, поворотам направо – налево в движении
№2	Праздники моей страны – День космонавтики	Создание условий для развития силы, гибкости; совершенствования навыка челночного бега; обучения технике метания в движущуюся цель, перелезания через горку матов, скамейку

№3	Путешествие в Австралию	Создание условий для развития быстроты реакции, ловкости, выносливости; совершенствования умения ползать по наклонной скамье различными способами, прыгать в разных направлениях из одного исходного положения; обучения технике перестроения по звеньям по ориентирам, выполнения шагов с прискоком
№4	Путешествие на родину Олимпийских игр	Создание условий для развития силы, ловкости; совершенствования умения бросать мяч через сетку и ловить его, перестроения по звеньям по ориентирам; обучения технике работы рук и ног при лазании по канату, прыжкам через короткую скакалку
Май, №1	Моя страна и её соседи	Создание условий для развития выносливости, гибкости; совершенствования техники прыжков через длинную скакалку, сочетания различных видов ходьбы; обучения технике метания мяча на дальность правой, левой рукой
№2	Праздники моей страны – День Победы	Выявление уровня физической подготовленности воспитанников
№3	До свиданья, детский сад!	Выявление уровня физической подготовленности воспитанников

**Непосредственно образовательная деятельность по физической культуре на улице.**

**Средняя группа (4 – 5 лет).**

<b>Месяц</b>	<b>Вводная часть</b>	<b>Основная часть</b>
Сентябрь	Ходьба и бег мелким и широким шагом	<ul style="list-style-type: none"> <li>- бег в разных направлениях (по кругу, «змейкой», врассыпную)</li> <li>- метание мяча в горизонтальную и вертикальную цель</li> <li>- прыжки с высоты в длину с места</li> </ul>
Октябрь	Ходьба с высоким подниманием колен. Прямой галоп.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ходьба по гимнастической скамье</li> <li>- лазание по гимнастической стенке, переходить с пролёта на пролёт</li> <li>- ползание в полном приседе по доске</li> <li>- элементы игры «футбол»: подача мяча ногой и бег за ним</li> </ul>

Ноябрь	Ходьба и бег «змейкой» за воспитателем.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- прыжок вверх с места «поймай снежинку»</li> <li>- бросание малых мячей вверх одновременно всей группой</li> <li>- ведение мягкого мяча клюшкой</li> <li>- ходьба по гимнастической скамье</li> </ul>
Декабрь	Ходьба и бег боковым приставным шагом	<ul style="list-style-type: none"> <li>- катание на санках друг друга</li> <li>- метание снежков (мягких мячей) вдаль</li> <li>- скольжение по ледяной дорожке при поддержке за руки</li> <li>- упражнения на лыжах на месте</li> </ul>
Январь	Ходьба с разным положением рук. Бег со сменой ведущего по сигналу	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ведение шайбы по прямой и вокруг предмета</li> <li>- метание снежков в горизонтальную цель - катание по ледяным дорожкам после разбега</li> <li>- игры с санками</li> </ul>
Февраль	Ходьба и бег в быстром и медленном темпе	<ul style="list-style-type: none"> <li>- катание по ледяным дорожкам после разбега</li> <li>- ходьба скользящим и ступающим шагом на лыжах</li> <li>- ведение шайбы «змейкой» вокруг предметов</li> <li>- метание снежков в вертикальную цель</li> </ul>
Март	Ходьба и бег, выполняя подражательные движения	<ul style="list-style-type: none"> <li>- прыжки в высоту 25см. с места</li> <li>- бросание мягких мячей (снежков) через верёвку</li> <li>- ходьба по гимнастической скамье</li> <li>- кружение на месте с приседанием по сигналу</li> </ul>
Апрель	Ходьба и бег с изменением направления по сигналу	<ul style="list-style-type: none"> <li>- бросание мяча через сетку: элементы игры «пионербол»</li> <li>- лазание по гимнастической стенке, переход с пролёта на пролёт</li> <li>- вис на перекладине</li> <li>- прыжки в высоту (20см.) с небольшого разбега; прыжки через скакалку</li> </ul>
Май	Ходьба с разным положением рук. Бег в быстром темпе на расстояние 20м.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- прыжки через длинную скакалку</li> <li>- метание на дальность правой и левой рукой</li> <li>- челночный бег.</li> </ul>

### Старшая группа (5 – 6 лет).

Месяц	Вводная часть	Основная часть
Сентябрь	Ходьба приставным шагом вправо – влево. Бег с высоким подниманием колен	<ul style="list-style-type: none"> <li>- прыжки в длину с места и с разбега</li> <li>- бег на скорость 30м</li> <li>- метание в горизонтальную и вертикальную цель</li> <li>- элементы игры баскетбол (ведение мяча рукой, забрасывание мяча в корзину)</li> </ul>
Октябрь	Ходьба и бег в разных направлениях	<ul style="list-style-type: none"> <li>- прыжки через короткую скакалку</li> <li>- ходьба и бег по ограниченной поверхности</li> <li>- лазание по гимнастической стенке с перелезанием с одного пролёта на другой</li> <li>- работа с мячом: перебрасывание мяча через сетку</li> </ul>

Ноябрь	Ходьба с разным положением рук. Бег в быстром и медленном темпе	-прыжки в высоту с разбега - лазание по гимнастической стенке, переход с пролёта на пролёт -метание набивного мяча вдаль - подлезание под верёвку -удары по катящемуся мячу ногой (элемент игры футбол)
Декабрь	Ходьба и бег мелким и широким шагом	- катание на санках друг друга - метание снежков (мягких мячей) вдаль различными способами - скольжение по ледяной дорожке после небольшого разбега - ходьба на лыжах скользящим шагом
Январь	Ходьба скользящим шагом. Боковой и прямой галоп.	- ведение шайбы клюшкой толчками по прямой - метание снежков в горизонтальную цель - скольжение по ледяным дорожкам в полуприседе - свободная ходьба на лыжах и повороты переступанием - катание на санках по одному, вдвоём
Февраль	Ходьба и бег со сменой направления по сигналу	- катание по ледяным дорожкам в полном приседе - катание на санках, отталкиваясь руками - ходьба скользящим шагом на лыжах, обходя препятствия - ведение шайбы без отрыва от клюшки «змейкой» вокруг предметов - метание снежков в вертикальную цель
Март	Ходьба и бег с выполнением заданий по сигналу	- прыжки в высоту с разбега -- бросание мягких мячей (снежков) вдаль разными способами - ходьба по гимнастической скамье, с выполнением заданий -передача и приём мяча (шайбы) друг другу
Апрель	Ходьба и бег парами	- бросание мяча через сетку (согласованная работа в команде) - лазание по гимнастической стенке, переход с пролёта на пролёт, спуск по диагонали - подтягивание на турнике (попытка) - прыжки в длину с места
Май	Ходьба с выполнением заданий по сигналу. Бег в быстром темпе на расстояние 20м	- элементы игры футбол (ведение мяча по прямой, подача мяча друг другу ногой, подача мяча ногой в цель - прыжки в длину с места - челночный бег - метание на дальность правой и левой рукой

### Подготовительная группа (6 – 7 лет).

Месяц	Вводная часть	Основная часть
Сентябрь	Ходьба в полуприседе. Бег с захлестом голени назад и выбросом прямых ног вперёд.	- элементы игры бадминтон - прыжки с короткой скакалкой разными способами - прыжки в длину с разбега - метание набивного мяча на дальность из-за головы
Октябрь	Ходьба и бег с преодолением препятствий	-прыжки через короткую скакалку -«футбол» - учебная игра - перебрасывание мяча через сетку «пионербол» -работа на турнике «рукоход»
Ноябрь	Ходьба и бег с разным	-прыжки в высоту с разбега

	положением рук и ног	<ul style="list-style-type: none"> <li>- лазание по гимнастической стенке, спускаясь по диагонали</li> <li>-метание набивного мяча вдаль</li> <li>-лазание по турнику «Гуннель» в полном приседе</li> <li>-«футбол» - учебная игра</li> </ul>
Декабрь	Ходьба и бег с преодолением препятствий	<ul style="list-style-type: none"> <li>- катание на санках друг друга</li> <li>- метание снежков (мягких мячей) вдаль правой и левой рукой</li> <li>- скольжение по ледяной дорожке с разным положением рук</li> <li>- ходьба на лыжах скользящим шагом на согнутых ногах</li> <li>-ведение шайбы клюшкой и бросок шайбы в ворота</li> </ul>
Январь	Ходьба и бег парами, выполняя задания	<ul style="list-style-type: none"> <li>- учебная игра «хоккей»</li> <li>- метание снежков в горизонтальную цель</li> <li>- катание по ледяным дорожкам в полуприседе, присесть и снова встать</li> <li>- свободная ходьба на лыжах и повороты переступанием</li> <li>-игровые задания с санками</li> </ul>
Февраль	Ходьба и бег в чередовании с другими видами движений	<ul style="list-style-type: none"> <li>- катание по ледяным дорожкам в полном приседе</li> <li>- катание на санках, отталкиваясь руками</li> <li>- ходьба скользящим шагом на лыжах, обходя препятствия «змейкой»</li> <li>- учебная игра «хоккей»</li> <li>- метание снежков в вертикальную цель</li> </ul>
Март	Ходьба и бег с выполнением подражательных движений.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- прыжки в высоту с разбега</li> <li>- бросание мягких мячей (снежков) вдаль разными способами</li> <li>- ходьба по гимнастической скамье, с выполнением заданий</li> </ul>
Апрель	Ходьба и бег с преодолением препятствий	<ul style="list-style-type: none"> <li>- лазание по гимнастической стенке, переход с пролёта на пролёт, спуск по диагонали</li> <li>- подтягивание на турнике</li> <li>- прыжки в длину с места</li> <li>-учебная игра « футбол»</li> </ul>
Май	Ходьба с подниманием прямой ноги и хлопком в ладоши под ней. Бег парами, держась за руки.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- бег со скакалкой</li> <li>- метание на дальность правой и левой рукой</li> <li>- лазание по гимнастической стенке с одноимённым и разноимённым движением рук и ног</li> <li>- прыжки в длину с места</li> </ul>

### **2.3. Планируемые результаты освоения Программы**

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представляют собой характеристики возможных достижений воспитанников к концу каждого возрастного периода дошкольного образования, делают неправомерными требования от ребёнка дошкольного возраста.

#### ***Младший дошкольный возраст:***

- развиты основные физические качества;
- сохраняет статистическое равновесие (от 15с), стоя на линии (пятка одной ноги примыкает к носку другой);
- подбрасывает и ловит мяч двумя руками;
- прыгает в длину с места, приземляясь на обе ноги, не теряя равновесия;
- бегает свободно, быстро и с удовольствием, ловко обегает встречающиеся предметы, не задевая их;
- бросает теннисный мяч, шишку, снежок удобной рукой на 5 – 8м;
- хорошо владеет своим телом, сохраняет правильную осанку;
- накапливается резерв здоровья;
- активен, хорошо ест, спит;
- владеет элементарными навыками здорового образа жизни.

#### ***Старший дошкольный возраст:***

- развиты в соответствии с возрастом основные двигательные качества (ловкость, гибкость, скорость, сила, общая выносливость);
- сохраняет статистическое равновесие (от 15с), стоя на линии (пятка одной ноги примыкает к носку другой);
- подбрасывает и ловит мяч двумя руками (от 10 раз);
- прыгает в длину с места, приземляясь на обе ноги, не теряя равновесия;
- бегает свободно, быстро и с удовольствием, ловко обегает встречающиеся предметы, не задевая их;
- бросает теннисный мяч или любой маленький мячик, шишку, снежок удобной рукой на 5 – 8м;
- хорошо владеет своим телом, сохраняет правильную осанку;
- накапливается резерв здоровья;
- активен, хорошо ест, спит;
- владеет элементарными навыками здорового образа жизни.

### **2.4. Мониторинг физического развития детей в условиях ФГОС ДО.**

Согласно Федеральному закону «Об образовании в Российской Федерации» дошкольное образование выступает начальным уровнем общего образования, при этом «освоение образовательных программ дошкольного образования не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации обучающихся».

#### ***Система мониторинга.***

Цель мониторинга – определить, сформирован ли у ребёнка тот или иной показатель, и при этом не имеет принципиального значения, сформирован ли он на среднем или высоком уровне.

Мониторинг физического развития детей в процессе педагогического наблюдения только для внутреннего пользования. Поэтому мониторинг по «Физическому развитию» воспитанников проводится на начало и конец года, с тем, чтобы выстроить индивидуальную траекторию образовательной работы в этом направлении с каждым ребёнком и проследить динамику развития ребёнка, сравнивая его только с самим собой. Это позволяет оценить индивидуальную динамику детей и скорректировать свои

действия. Таким образом, ФГОС ДО представляет не как стандарт достижений (результатов), а как стандарт условий.

*Карта педагогической диагностики ребенка на конец четвертого года жизни.*

Параметр оценки	Уровень («достаточный», «близкий к достаточному», «недостаточный»)
Прыгает в длину с места на 40 см и более	
Может влезать по гимнастической стенке на 4 – 5 перекладин удобным способом и спускаться обратно	
Метает мяч на дальность правой и левой руками (расстояние 2м и более)	
Пробегаёт 10м с хода за 3,5с и быстрее	
Может бегать непрерывно в течение 1мин	
Удерживает равнение при ходьбе в колонне, по кругу, парами	
Подбрасывает мяч и ловит его двумя руками; ловит мяч после удара его об пол (2 -3 раза подряд)	
Прыгает через линии, невысокие предметы	
Проявляет интерес к коллективным формам организации двигательной активности	
Использует приобретённые двигательные навыки в самостоятельной деятельности	

**Уровень:**

- достаточный
- близкий к достаточному
- недостаточный

*Карта педагогической диагностики ребенка на конец пятого года жизни.*

Параметр оценки	Уровень («достаточный», «близкий к достаточному», «недостаточный»)
Прыгать в длину с места не менее 70см	
Пробегаёт 30 м со старта за 8,5 с и быстрее	
Может пробежать по пересечённой местности в медленном темпе 200 – 240м	
Бросает набивной мяч (0,5кг), стоя из – за головы на 1м	
Ходит свободно, держась прямо, не опуская головы	
Уверенно ходит по бревну (гимнастической скамейке), удерживая равновесие	
Умеет лазать по гимнастической стенке вверх и вниз приставным и чередующимся шагами	
Бросает мяч вдаль удобной рукой на 5м и дальше	
Активен, с интересом участвует в подвижных играх	

**Уровень:**

- достаточный
- близкий к достаточному
- недостаточный

*Карта педагогической диагностики ребенка на конец шестого года жизни*

Параметр оценки	Уровень («достаточный», близкий к достаточному», «недостаточный»)
Характеризуется адаптивным поведением, обладает эмоционально – волевыми качествами	
Хорошо владеет своим телом, сохраняет правильную осанку	
Может бежать непрерывно в медленном темпе 2 мин	
Пробегаёт 3*10 м (челночный бег) быстрее 11,2 с	
Прыгает в длину с места на 80см и более	
Бросает мяч на дальность удобной рукой на 5м и более	
Умеет прыгать через короткую скакалку, вращая её вперёд, на двух ногах	
С удовольствием участвует в подвижных и спортивных играх; спортивных праздниках и соревнованиях	
Охотно осуществляет элементарные оздоровительно – закаливающие процедуры	

**Уровень:**

- достаточный
- близкий к достаточному
- недостаточный

*Карта педагогической диагностики ребенка на конец седьмого года жизни.*

Параметр оценки	Уровень («достаточный», близкий к достаточному», «недостаточный»)
Переключивание двумя пальцами по одному предмету из группы мелких вещей в коробку	
Сохранение статистического равновесия стоя на линии (пятка одной ноги примыкает к носку другой ноги)	
Бег с преодолением препятствий (обегание предметов «змейкой»)	
Подбрасывание и ловля мяча	
Прыжок в длину с места	



Уровень:

- достаточный
- близкий к достаточному
- недостаточный.

### **Интерпретация итоговых результатов (карта развития ребёнка 6 – 7 лет)**

Если у ребенка число «достаточный» уровень превышает число оценок уровень «близкий к достаточному», оценок «недостаточный» уровень нет, делается следующий вывод: «Возрастное развитие соответствует норме. Ребенок готов к обучению в школе».

Если у ребенка число оценок «достаточный» уровень не превышает число оценок, при этом оценок «недостаточный» уровень нет, делается следующий вывод: « Возрастное развитие соответствует норме. Готовность к школьному обучению находится в процессе становления».

Если у ребенка доминируют оценки уровень «близкий к достаточному» (больше 2 / 3 от общего числа оценок), при этом оценок «недостаточный» уровень нет, или при любых соотношениях прочих оценок присутствуют оценки «недостаточный» уровень, делается следующий вывод: «Обучение в школе может быть затруднено вследствие недостаточной готовности ребенка к обучению в школе. Рекомендуются консультация и комплексное обследование у психолога».

Карта развития ребенка 6 – 7 лет поможет родителям правильно решить, в каком возрасте – в шесть или семь лет – их ребенку лучше начать обучение в школе, а учителю – сориентироваться в его индивидуальных особенностях.

## РАЗДЕЛ III. Организационный.

### 3.1. Материально-техническое обеспечение программы.

Материально – технические и медико – социальные условия обеспечивают психофизическое развитие детей, охрану и укрепление здоровья.

Предметно – пространственная среда ДОУ	Формы воспитательно – образовательного процесса	Оснащение
Спортивный зал	Утренняя гимнастика, физкультурные занятия, спортивные праздники, досуги, индивидуальная работа, кружковая работа	шведская стенка, гимнастические скамейки, ребристая доска с зацепами, дуги и обручи на подставке для лазания и ползания, мишени для метания, корзины для метания и забрасывания, лестница верёвочная; разнообразный спортивный инвентарь: лыжи, клюшки, балансиры, кегли, обручи, скакалки, мячи, кубики, разноцветные флажки, ленты цветные, султанчики, погремушки, гантели, мешочки с грузом, гимнастические палки, шнуры (короткие), кубы деревянные, кегли-ориентиры, кегли (набор), кольцеброс (набор), серсо, ракетки для игры «Бадминтон», воланчики; атрибуты для подвижных игр (шапочки-маски); батут, детский настольный теннис, комплекс "Здоровье (канат, перекладина для подтягивания), диски здоровья, маты(малые), мячи-фитбол для гимнастики, массажные дорожки для профилактики плоскостопия, снаряд для прыжков высоты (2 стойки, шнур с грузом); индивидуальные коврики для детей.

<p>Спортивная площадка (улица)</p>	<p>Утренняя гимнастика, физкультурные занятия, спортивные праздники, досуги, индивидуальная работа</p>	<p>площадка – трансформер (мини - футбол, пионербол, баскетбол), футбольные ворота, баскетбольные щиты с корзинами, спортивный бум, рукоход, лабиринт, турники для лазания, беговая дорожка, яма для прыжков в длину, сетка волейбольная с мячом. Выносной материал (мячи, скакалки, лыжи, клюшки, кольцеброс ...)</p>
--	--	--

### 3.2. Список литературы:

1. Истоки: Примерная образовательная программа дошкольного образования. - 5-е изд. - М.: ТЦ Сфера, 2015. - 192с.
2. Рунова М.А. Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 4-5 лет. – М.: «Просвещение», 2007.
3. Рунова М.А. Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5-7 лет. – М.: «Просвещение», 2006.
4. Глазырина Л.Д. "Физическая культура – дошкольникам: Программа и программные требования. – М.: Гуманит. Изд.центр ВЛАДОС, 1999. – 144с.
5. «Оздоровительная гимнастика». Комплексы упражнений. Для занятий с детьми 3 – 7 лет, автор Л. И. Пензулаева. – М.: Мозаика – Синтез, 2016. – 128с.
6. «Физическая культура в детском саду» Младшая группа. Методические рекомендации Л. И. Пензулаевой. – М.: Мозаика – Синтез, 2016.- 80с.
7. «Физическая культура в детском саду» Средняя группа. Методические рекомендации Л. И. Пензулаевой. – М.: Мозаика – Синтез, 2016.- 112с.
8. «Физическая культура в детском саду» Старшая группа. Методические рекомендации Л. И. Пензулаевой. – М.: Мозаика – Синтез, 2016.- 128с.
9. «Физическая культура в детском саду» Подготовительная группа. Методическиерекомендации Л. И. Пензулаевой. – М.: Мозаика – Синтез, 2016.- 112с.