Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное

учреждение «Детский сад № 5 г. Бесланa»

Правобережного района Республика Северная Осетия – Алания

|  |  |
| --- | --- |
| ПРИНЯТО;  на педагогическом совете  МБДОУ «Детский сад №5 г.Беслан»  Приказ № \_\_\_от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_2021г. | УТВЕРЖДАЮ  И.о. заведующего МБДОУ «Детский сад № 5 г.Беслана» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.В. Арсагова Приказ № \_\_от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_2021г. |

**Рабочая программа**

**образовательная область «Физическая культура»**

**на 2021-2025 учебный год**

составлена на основе примерной программы «От рождения до школы»

под ред. Н.Е. Вераксы, М.А. Васильевой, Т.С. Комаровой

Составитель: Инструктор по физической культуре Засеева А.В.

Срок освоения программы: 4 года

**Содержание Программы**

1. **Целевой раздел Программы.**

1.1.Пояснительная записка………………………………………..….......................3

Цели и задачи рабочей Программы…………………………………..………….....5

Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста………….6

Принципы и подходы в организации образовательного процесса……………….8

1.2. Планируемые результаты освоения Программы. Мониторинг.. …………..10

1. **Содержательный раздел Программы**

2.1.Содержание образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие»………………….. ..................15

2.2.Интеграция образовательной области..……………………………………....15 2.3.Формы, способы, методы и средства реализации Программы…………...…16

2.4. Взаимодействие инструктора по физической культуре со специалистами..17

2.5.Особенности взаимодействия с семьями ……………………… ....................21

2.6.Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений (этнокультурная составляющая)………………………….................22

1. **Организационный раздел Программы**

3.1.Особенности организации образовательного процесса …………..………....23

3.2.Особенности организации предметно-развивающей среды …………….....24

3.3.Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий……….....25

3.4.Методическое обеспечение Программы………………………………...…....27

3.5.Режим двигательной активности…………………………………………...…28

**Приложения**

1. Режим НОД

2. Примерный календарный план воспитательной работы на 2021/22 учебный год

3. Перспективный план пополнения предметно-пространственной среды на 2021/22 учебный год.

4. Перспективно - тематический план НОД.

1. **Целевой раздел.**
   1. **Пояснительная записка**

Рабочая программа (далее - Программа) является компонентом, формируемым участниками образовательного процесса «МБДОУ № 5 г. Беслана» (далее - ДОУ) и спроектирована с учетом ФГОС дошкольного образования, основной образовательной программы ДОУ, образовательных потребностей детей и запросов родителей. Она определяет цель, задачи, планируемые результаты, содержание и организацию образовательного процесса с детьми дошкольного возраста.

Данная Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

1. Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273–ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 30 августа 2013 г. № 1014 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования".

3. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. № 1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования" (ФГОС).

6. СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций.

7. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р).

8. Государственная программа РФ «Развитие образования» (2018 - 2025 годы). Утверждена постановлением Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г. № 1642.

9. Национальный проект «Образование» (утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 г. N 16).

10. Федеральным законом от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся.

11. «Примерной общеобразовательной программы дошкольного образования», под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой - «От рождения до школы».

1. Устава ДОУ.

Целевыми ориентирами воспитания рассматриваются возрастные характеристики возможных достижений ребенка, которые корректируются с портретом выпускника ДОО, отражающим комплекс планируемых личностных результатов, заданных в форме «Портрета Гражданина России 2035 года».

В основе процесса воспитания детей в ДОУ лежат конституционные и национальные ценности российского общества:

**Ценности Родины и природы** лежат в основе патриотического направления воспитания.

**Ценности человека, семьи, дружбы, сотрудничества** лежат в основе социального направления воспитания.

**Ценность знания** лежит в основе познавательного направления воспитания.

**Ценность труда** лежит в основе трудового направления воспитания.

**Ценности культуры и красоты** лежат в основе этико-эстетического направления воспитания

**Ценность здоровья** лежит в основе физического и оздоровительного направления воспитательной программы; Предусматривается охрана жизни и укрепление здоровья ребенка, поддержание у него бодрого, жизнерадостного настроения, профилактика негативных эмоций и нервных срывов; совершенствование всех функций организма, полноценное физическое развитие, воспитание интереса к различным доступным видам двигательной активности, формирование основ физической культуры, потребности в ежедневных физических упражнениях, воспитание положительных нравственно – волевых качеств.

Программа предусматривает расширение индивидуального двигательного опыта ребенка, последовательное обучение движениям и двигательным действиям: правильной ходьбе, бегу, умению прыгать с места, разным видам метания, лазанья, различным движениям с мячами.

Важными задачами программы является воспитание физических качеств, развитие координации, равновесия, умения ориентироваться в пространстве.

В физическом воспитании большое место отводится физическим упражнениям, которые проводятся в игровой форме.

Занятия физической культурой в дошкольном возрасте призваны удовлетворить биологическую потребность растущего организма в двигательной деятельности, давать ребенку возможность ощущать радость и удовольствие от умения управлять своим телом.

Для обновления содержания физкультурно-оздоровительной работы используются различные парциальные программы, расширяющие и углубляющие знания, умения, навыки в этой области. Используются программа

О. М. Литвинова. «Система физического воспитания в ДОУ».

К программе прилагается ежегодные планы:

1. Перспективный план физкультурно-воспитательной работы план с указанием конкретных мероприятий и примерных сроков их проведения (Приложение 2).

2. Перспективный план пополнения предметно-пространственной среды

3. Перспективно - тематический план НОД - физкультурно-воспитательная работа с учетом знаний о возрастных, индивидуальных и психофизиологических особенностях детей дошкольного возраста и представляет систему рассчитанную на один учебный год - 36 недель.

4. Календарно – тематический план НОД.

**Цель и задачи рабочей Программы.**

**Цель освоения программы**: формирование основ здорового образа жизни, его направленность на укрепление здоровья, физическое и психическое развитие, эмоциональное благополучие каждого ребенка.

**Задачи:**

**Оздоровительные:**

- охрана жизни и укрепление здоровья, обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организма;

- всестороннее физическое совершенствование функций организма;

- повышение работоспособности и закаливание

**Образовательные:**

- формирование двигательных умений и навыков;

- развитие физических качеств;

-овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме,

-роли физических упражнений в его жизни,

-способах укрепления собственного здоровья

**Воспитательные:**

-формирование интереса и потребности в занятиях физическими

упражнениями;

-разностороннее, гармоничное развитие ребенка (умственное, нравственное, эстетическое, трудовое)

**Ценностные ориентиры воспитательной работы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Направление**  **воспитания / Ценности** | **Задачи воспитания для детей 3-7 лет** |
| **Физическое и оздоровительное/ Здоровье** | Воспитание положительных черт характера, нравственных и волевых качеств, выработка потребности и привычки к ежедневным занятиям физическими упражнениями ,умения творчески пользоваться приобретенными знаниями и навыками в различных видах деятельности  Формировать основные навыки личной и общественной гигиены, стремление соблюдать правила безопасного поведения в быту, социуме (в том числе в цифровой среде), природе. |
| **Патриотическое/** Родина, природа | Воспитывать любовь к своей малой родине, чувство привязанности к родному дому, семье, близким людям.  Развивать представления о своей стране. |
| **Социальное/** Человек, семья, дружба, сотрудничество | Формировать умение различать основные проявления добра и зла.  Воспитывать принятие ценностей семьи и общества и уважение к ним, правдивость, искренность, способность к сочувствию и заботе, к нравственному поступку.  Воспитывать чувство ответственности за свои действия и поведение. Воспитывать принятие и уважение к различиям между людьми.  Формировать основы речевой культуры.  Воспитывать дружелюбие и доброжелательность, умение слушать и слышать собеседника, способность взаимодействовать со взрослыми и сверстниками на основе общих интересов и дел. |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Познавательное/** Знание |  |  | | Воспитывать любознательность, наблюдательность, потребность в самовыражении, в том числе творческом, активность, самостоятельность, инициативу в познавательной, игровой, коммуникативной и продуктивных видах деятельности и в самообслуживании, обладающий первичной картиной мира на основе традиционных ценностей российского общества. |
| **Трудовое** | Воспитывать понимание ценности труда в семье и в обществе на основе уважения к людям труда, результатам их деятельности, трудолюбие при выполнении поручений и в самостоятельной деятельности. |

**Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста.**

**Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)**

На четвертом году жизни ребенок владеет большим объемом двигательных навыков; способен совершать более сложные действия, соблюдая определенную последовательность. Детей характеризует большая осознанность восприятия показа движений и словесного пояснения, что положительно сказывается на качестве выполнения упражнений. Формирование двигательных навыков и умений продолжается на основе подражания. Однако у них отмечается еще недостаточная слаженность в работе разнообразных мышечных групп. У ребенка возрастает стремление действовать самостоятельно, в то же время его внимание неустойчиво, он отвлекается и часто переходит от одного вида деятельности к другому.

К концу 4-го года у ребенка уже имеется довольно большой и прочный запас разнообразных движений и их сочетаний, который обусловливает свободу самостоятельных действий и уверенность в себе.

**Средняя группа (от 4 до 5 лет)**

На пятом году жизни движения ребенка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает все более устойчивый характер; совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятие; развивается целенаправленное запоминание. Дети владеют в общих чертах всеми видами основных движений, уже способны различать разные виды движений, выделять их элементы. Развивается способность воспринимать, представлять, анализировать и оценивать последовательность и качество своих действий. У них появляется интерес к результатам движения, потребность выполнять его в соответствии с образцом. У детей возникает потребность в двигательных импровизациях. Растущее двигательное воображение становится в этом возрасте одним из стимулов обогащения моторики детей разнообразными способами действий. Создаются условия для формирования дружеских отношений между детьми, проявления взаимопомощи и т.п.

Дальнейшее совершенствование двигательных умений и навыков обусловлено уровнем развития тех физических качеств, без которых они не могут проявляться достаточно правильно и эффективно. Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений. В результате расширяются и обогащаются двигательные возможности детей, возрастают их физические силы. Возникает психологическая готовность к выполнению сложных двигательных действий и проявлению определенных волевых усилий. Игровые мотивы детской деятельности сохраняют свое значение. Наряду с игрой побудительным мотивом двигательной деятельности выступает мотив усвоения новых умений и навыков, закрепление их. В результате закладываются прочные основы школы движений, повышения работоспособности и физической подготовленности.

**Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

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

На шестом году жизни ребенок успешно овладевает основными видами движений, которые становятся более осознанными и носят преднамеренный характер. Развивается способность понимать задачу, поставленную педагогом, самостоятельно выполнять указания. Дети обращают внимание на особенности разучиваемых упражнений. Во время объяснения у ребенка возникает мысленное представление о движении, его направлении, последовательности составных частей. Дети постепенно овладевают умением планировать свои практические и игровые действия, стремятся к их результативности. Оценка ребенком движений, как своих, так и товарищей, приобретает более развернутый и обоснованный характер. Дети начинают понимать связь между способом движения и полученным результатом.

Дети начинают упражняться в движениях по соей инициативе, многократно повторять их без напоминания педагога, пытаясь освоить то, что не получается. Растет уровень физической подготовленности дошкольников, создаются прочные психологические и физиологические основания для повышения их работоспособности путем целенаправленного развития двигательных качеств.

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

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

**Подготовительная группа (от 6 до 7 лет)**

На седьмом году жизни движения ребенка становятся более координированными и точными, умело пользуется своим двигательным аппаратом. Ребенок умеет их сочетать в зависимости от окружающих условий. У ребенка возрастает способность к различению пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма. Ребенок прослеживает движение последовательно, выделяет (с помощью взрослого) разные его фазы. Все это способствует образованию ясных представлений о движениях, ведет к овладению детьми техникой сложных по координации движений. Дети все чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качества движений. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания. Начинается интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела. У ребенка постепенно вырабатывается эстетическое отношение к ритмичным, ловким и грациозным движениям. Он начинает воспринимать красоту и гармонию. Дети понимают значение упражнений для совершенствования движений. Они целенаправленно повторяют упражнения, проявляя большую выдержку и настойчивость. Регулярные занятия способствуют увеличению показателей физической подготовленности детей. В этих показателях отражаются степень развития физических качеств, функции равновесия и работоспособности. Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движений.

В коллективной деятельности формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля.

**Принципы и подходы в организации образовательного процесса**

В Программе комплексно представлены все основные содержательные линии воспитания и образования ребенка от рождения до школы.

Реализация Программа основывается на принципах дошкольного образования:

* строится на принципе культуросообразности. Реализация этого принципа обеспечивает учет национальных ценностей и традиций в образовании, восполняет недостатки духовно-нравственного и эмоционального воспитания.

Образование рассматривается как процесс приобщения ребенка к основным компонентам человеческой культуры (знание, мораль, искусство, труд).

• соответствует ценностному подходу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;

• сочетает подход научной обоснованности и практической применимости (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и, как показывает опыт, может быть успешно реализована в массовой практике дошкольного образования);

• соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности

(позволяя решать поставленные цели и задачи при использовании разумного «минимума» материала);

• обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников;

• строится с учетом интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;

• основывается на комплексно-тематического построения образовательного процесса;

• предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;

• предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра;

• допускает варьирование образовательного процесса в зависимости от региональных особенностей;

• строится с учетом соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой.

Программа в части воспитания построена на основе ценностного подхода, предполагающего присвоение ребенком дошкольного возраста базовых ценностей и опирается на следующие принципы:

**Принцип гуманизма.** Каждый ребенок имеет право на признание его в обществе как личности, как человека, являющегося высшей̆ ценностью, уважение к его персоне, достоинству, защита его прав на свободу и развитие.

**Принцип субъектности.** Развитие и воспитание личности ребенка как субъекта собственной жизнедеятельности; воспитание самоуважения, привычки к заботе о себе, формирование адекватной самооценки и самосознания.

**Принцип интеграции.** Комплексный и системный подходы к содержанию и организации образовательного процесса. В основе систематизации содержания работы лежит идея развития базиса личностной культуры, духовное развитие детей во всех сферах и видах деятельности.

**Принцип ценностного единства и совместности.** Единство ценностей и смыслов воспитания, разделяемых всеми участниками образовательных отношений, содействие, сотворчество и сопереживание, взаимопонимание и взаимное уважение.

**Принцип учета возрастных особенностей.** Содержание и методы воспитательной работы должны соответствовать возрастным особенностям ребенка.

**Принципы индивидуального и дифференцированного подходов**. Индивидуальный подход к детям с учетом возможностей, индивидуального темпа развития, интересов. Дифференцированный подход реализуется с учетом семейных, национальных традиций и т.п.

**Принцип культуросообразности.** Воспитание основывается на культуре и традициях России, включая культурные особенности региона.

**Принцип следования нравственному примеру.** Пример как метод воспитания позволяет расширить нравственный опыт ребенка, побудить его к внутреннему диалогу, пробудить в нем нравственную рефлексию, обеспечить возможность выбора при построении собственной системы ценностных отношений, продемонстрировать ребенку реальную возможность следования идеалу в жизни.

**Принципы безопасной жизнедеятельности.** Защищенность важных интересов личности от внутренних и внешних угроз, воспитание через призму безопасности и безопасного поведения.

Принцип совместной деятельности ребенка и взрослого.

**Принципы инклюзивного образования.** Организация образовательного процесса, при которой все дети, независимо от их физических, психических, интеллектуальных, культурно-этнических, языковых и иных особенностей, включены в общую систему образования.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| * 1. **Планируемые результаты** **освоения Программы. Мониторинг**   Планируемые результаты направлены на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:   * развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации); * накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями); * формирование у воспитанников потребности вдвигательной активности и физическом совершенствовании.   Результаты освоения рабочей программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования.  *Целевые ориентиры образования в раннем возрасте*:   * 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. * Владеет активной речью, включенной в общение; может обращаться с вопросами и просьбами, понимает речь взрослых; знает названия окружающих предметов и игрушек. * Стремится к общению со взрослыми и активно подражает им в движениях и действиях; появляются игры, в которых ребенок воспроизводит действия взрослого. * Проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им; * Проявляет интерес к стихам, песням и сказкам, рассматриванию картинки, стремится двигаться под музыку; эмоционально откликается на различные произведения культуры и искусства. * У ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.).   *Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:*   * Ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности – игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности; * Ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, 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 развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуацию, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам; * Ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может 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 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, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениями природы и поступками людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики и т.п.; ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.  |  |  | | --- | --- | | **Возрастная группа** | **Планируемые результаты** | | 3 -4 года | - Свободно ходить и бегать, не шаркая ногами, не опуская головы;  - строится в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях;  - энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте с продвижением вперед;  - принимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места; в метании мешочков с песком;  - энергично отталкивать мячи при катании, бросании;  - ловить мяч двумя руками одновременно;  - сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии;  - реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.;  - выполнять правила в подвижных играх;  - соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве. | | 4 – 5 лет | - Правильно держать осанку;  - развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки, в  самостоятельной двигательной деятельности;  - ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы;  - перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).  - 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 сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие;  - прыгать через короткую скакалку;  - принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить  его кистями рук (на прижимая к груди);  - строиться в колонну, шеренгу, соблюдать дистанцию во время передвижения;  - выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры;  - самостоятельно организовать знакомые игры;  - действовать по сигналу. | | 5 – 6 лет | - Правильно держать осанку;  - осознанно выполнять движения;  - бегать наперегонки, с преодолением препятствий;  - лазать по гимнастической стенке, меняя темп;  - 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;  - сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на  месте и вести при ходьбе;  - ориентироваться в пространстве;  - помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место;  - проявлять интерес к различным видам спорта;  - уметь самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество;  - проявлять стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. | | 6 – 7 лет | -прыгать на мягкое покрытие;  - мягко приземляться;  - прыгать в длину с места;  - с разбега;  - в высоту с разбега– прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами;  -перебрасывать набивные мячи;  - бросать предметы в цель из разных исходных положений;  - попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния;  - метать предметы правой и левой рукой на расстояние;  - метать предметы в движущуюся цель;  - держать статическое и динамическое равновесие, координацию движений при выполнении сложных упражнений;  -выполнять правильно технику всех видов основных движений: ходьбы, бега, прыжков, метания, лазанья;  -уметь перестраиваться: в 3–4 колонны, в 2–3 круга на ходу,  шеренги после расчета на первый-второй;  -соблюдать интервалы во время передвижения;  - выполнять физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции;  - следит за правильной осанкой.  - участвовать в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис);  - уметь самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры. | |

**МОНИТОРИНГ**.

**Задачи мониторинга**: определить уровень усвоения детьми программного материала по образовательной области физического культура; определить уровень усвоения программного материала в соответствии возрастных и психо -физических особенностей детей (по сравнению с прошлым годом/началом года); оптимизировать работу с детьми, наметить направление работы по итогам мониторинга по группе в целом; построить образовательную траекторию развития каждого ребенка;

**Методы диагностики**: наблюдение; игровые упражнения; индивидуальная беседа; тестовые задания; беседа с родителями с учетом анкетирования.

Результаты диагностики усвоения детьми разделов программы определяются тремя уровнями:

- низкий (ребенок не справляется с заданием самостоятельно, даже с небольшой помощью воспитателя),

- средний (ребенок справляется с заданием с небольшой помощью воспитателя),

- высокий (ребенок самостоятельно справляется с предложенным заданием).

Периодичность проведения мониторинга - 2 раза в год (сентябрь, май)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ОВД | ПОЛ | ВОЗРОСТ ДЕТЕЙ В ГОДАХ | | | |
| 4. ГОДА | 5. ЛЕТ. | 6. ЛЕТ. | 6,5-7 ЛЕТ. |
| Скорость бега с хода на **10 м.** (в секундах) | М.  Д. | 3,0---2,3  3,2---2,4 | 2,6---2.1  2,8--- 2,2 | 2,5---1,8  2,7---1,9 | 2,3---1,7  3,6---1,9 |
| Скорость бега со старта на **30 м.**  ( в секундах) | М.  Д. | 9,8---7,9  10, 2---7,9 | 9,1---7,1  8,8---7,0 | 7,6---6,5  8,4---6,5 | 7 ,0---6,0  8,3 --6,3 |
| Длина прыжка с места ( в сантиметрах) | М.  Д. | 64,0---91, 5  60,0---88, 0 | 82 ,0---107, 0  77 ,0---103, 0 | 95 ,0---132, 0  92 ,0---121 ,0 | 112, 0---140, 0  97 ,0---129 ,0 |
| Дальность броска набивного мяча **(0.5 кг)** из – за головы (в сантиметрах) | М.  Д. | 125,0---205,0  110, 0---190, 0 | 165 ,0---260, 0  140 ,0---230, 0 | 215 ,0---340, 0  175, 0---300, 0 | 270, 0---400, 0  220 ,0---350, 0 |
| Ловля мяча с расстояния 1м. |  | Тест засчитывается если ребенок ловит мяч в двух попытках из трех. | | | |
| Балансировка на 1-ой ноге (секунд) |  | 5-8с | 8=10с | 10-13с | 13-15с |
| Прыжки на 1-ой ноге |  |  |  |  |  |
| Прыжки на 1-ой ноге с продвижением |  |  |  | 1м |  |

Сетка примерных нормативов мониторинга физических качеств и умений детей дошкольного возраста. (4 - 6,5-7 лет)

1. **Содержательный раздел Программы.**

**2.1. Образовательная область «Физическое развитие»**

«Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

* развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
* накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
* формирование у воспитанников потребности вдвигательной активности и физическом совершенствовании.

Содержание психолого-педагогической работы по возрастам по освоению образовательной области “Физическая культура” стр. 130, Примерная основная образовательная программа дошкольного образования “От рождения до школы”/ под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА СИНТЕЗ, 2015

* 1. **Интеграция образовательной области «Физическая культура»**

Содержание рабочей программы обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности и охватывает следующие структурные единицы, представляющие определенные направления развития и образования детей (далее – образовательные области):

|  |  |
| --- | --- |
| ***Образовательная* область** | ***Задачи*** |
| «Социализация» | Приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности. |
| «Здоровье» | В части решения общей задачи по охране жизни и укреплению физического и психического здоровья. |
| «Музыка» | Развитие музыкально-ритмической деятельности на основе физических качеств и основных движений детей. |
| «Коммуникация | Развитие свободного общения со взрослыми и детьми в части необходимости двигательной активности и физического совершенствования. |
| «Познание» | В части двигательной активности как способа усвоения ребенком предметных действий, а также как одного из средств овладения операциональным составом различных видов детской деятельности. |
| «Труд» | Накопление опыта двигательной активности. |
| «Патриотизм» | Приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к патриотическим нормам знаний и действий со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности. |

* 1. **Формы, способы, методы и средства реализации Программы**

Организация жизнедеятельности детей по реализации и освоению

содержания рабочей программы осуществляется в двух основных моделях:

* Игровая беседа с элементами
* движений
* Игра
* Утренняя гимнастика
* Интегративная деятельность
* Упражнения
* Экспериментирование
* Ситуативный разговор
* Беседа
* Рассказ
* Чтение
* Проблемная ситуация

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Совместная образовательная деятельность педагогов и детей** | | **Самостоятельная деятельность детей** | **Образовательная деятельность в семье** |
| **Образовательная деятельность** | **Образовательная деятельность в режимных моментах** |
| Физкультурные занятия:  - сюжетно-игровые,  - тематические,  -классические,  -тренирующие,  - на улице,  Общеразвивающие упражнения:  -с предметами,  - без предметов,  -сюжетные,  -имитационные.  Игры с элементами спорта.  Спортивные упражнения | Индивидуальная работа с детьми.  Игровые упражнения.  Игровые ситуации.  Утренняя гимнастика:  -классическая,  -игровая,  -полоса препятствий,  -музыкально-ритмическая,  - имитационные движения.  Физкультминутки.  Динамические паузы.  Подвижные игры.  Игровые упражнения.  Игровые ситуации.  Проблемные ситуации.  Спортивные праздники и развлечения.  Гимнастика после дневного сна:  -оздоровительная,  -полоса препятствий. | Подвижные игры.  Игровые упражнения. | Беседа  Совместные игры. |

**Способы работы по образовательной области «Физическое развитие»**

**Фронтальный способ**. Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.

**Поточный способ**. Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

**Групповой способ**. Дети по указанию инструктора распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).

**Индивидуальный способ**. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

**Методы и приемы обучения**

**Наглядные:**

- наглядно-зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и спортивного оборудования, зрительные ориентиры);

- тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора);

**Словесные:** объяснения, пояснения, указания; подача команд, распоряжений, сигналов;вопросы к детям и поиск ответов;образный сюжетный рассказ, беседа;словесная инструкция;слушание музыкальных произведений.

**Практические:** выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями; выполнение упражнений в игровой форме; выполнение упражнений в соревновательной форме; самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.

* 1. **Взаимодействие инструктора по физической культуре со специалистами**

Слаженность в работе педагогов – залог хорошего результата. Данное правило действует в любом педагогическом учреждении. Одним из немаловажных факторов влияющих на эффективность образовательной деятельности в дошкольной организации является рациональность взаимодействия педагогов, например инструктора по ФИЗО, музыкального руководителя, учителя- логопеда и т.д.

В нашем ДОУ создана модель взаимодействия инструктора по физической культуре с педагогическим коллективом ДОУ

* С руководителем – участвует в  создании условий для физкультурно оздоровительной работы, координируют работу педагогов.
* С медицинской сестрой – участвует в проведении лечебно-профилактических и оздоровительных мероприятий, проводит санитарно-просветитель скую работу среди педагогов и родителей.
* С воспитателем – способствует обеспечению гибкого оздоровительного режима, формированию привычки здорового образа жизни, развитию двигательной культуры, профилактики заболеваний.
* С музыкальным руководителем – участвует в двигательном развитии детей, способствует развитию чувства ритма, темпа, речевого дыхания, координации движений.
* С учителем-логопедом – способствует обогащению словарного запаса, постановке правильного дыхания, общей и мелкой моторики, координации движений.
* С педагогом-психологом – способствует развитию эмоционально – волевой сферы дошкольников, познавательных процессов.
* С младшим воспитателем – способствует соблюдению санитарно – гигиенических требований.

Взаимодействие с медицинским персоналом.

В современных условиях полноценное воспитание и развитие здорового ребенка возможно только при интеграции образовательной и лечебно-оздоровительной деятельности дошкольного учреждения и, следовательно, тесного взаимодействия педагогов и медицинского персонала.

 Основными проблемами, требующими совместной деятельности являются:

Физическое состояние детей посещающих детский сад. В начале года, после оценки физического развития и здоровья детей,  совместно с медицинской сестрой заполняем листы здоровья, физического и двигательного развития детей.

Профилактика заболеваний ОДА, сердечнососудистой, дыхательной и других систем. Совместно с медсестрой разрабатываются рекомендации к построению образовательной деятельности с детьми, имеющими отклонения в развитии.

* Предупреждение негативных влияний интенсивной образовательной деятельности, т.е. рациональному чередованию нагрузки, соблюдению режима дня и двигательного режима.
* Проведение 2 раза в год медико-педагогический контроля ООД по образовательной области «Физическое развитие».
* Привлечение медицинских работников к проведению развлечений («День открытых дверей», «День здоровья»)

Взаимодействие с воспитателями.

  Инструктор по физической культуре оказывает помощь воспитателю по различным вопросам физического развития детей.

* планирование и организация образовательной деятельности по физическому воспитанию и физкультурно-оздоровительной работы в режиме дня;
* оказание методической помощи по вопросам физического воспитания всем педагогам ДОУ (консультации, выступление на педагогических советах, семинарах-практикумах, медико-педагогических советах и т.д.). Кроме групповых форм взаимодействия проходят обсуждения со специалистами по вопросам, требующих внимания (по потребности).

 Совместно с воспитателями 2 раза в год (вначале и в конце года) проводим обследование уровня двигательной активности и физической подготовленности детей. Что дает возможность спрогнозировать возможные положительные изменения этих показателей на конец учебного года построить свою деятельность в соответствии с этими прогнозами.

 Основную роль на занятии занимает инструктор. Воспитатель, зная методику проведения ООД, оценивает качество выполнения общеразвивающих упражнений  и  основных видов движений, помогает в регулировании физической нагрузки на каждого ребенка. Воспитатель  на ООД не только помогает  инструктору по физической культуре, но  и  фиксирует то, что необходимо закрепить с некоторыми детьми в индивидуальной работе.

К педагогу предъявляются те же требования, что и к дошкольникам: обязательное наличие физкультурной формы и соответствующей обуви.

В конце занятий проводится совместная рефлексия

В перспективе тетрадь взаимодействия

Взаимодействие с педагогом-психологом;

 Дети дошкольного возраста часто нуждаются в психологической помощи. Важно, чтобы методами психопрофилактики и психокоррекции владели не только педагоги-психологи, но и воспитатели и инструктор по физической культуре в том числе, а главное, чтобы они могли использовать их в своей повседневной работе с детьми, учитывая их индивидуальные психологические особенности и проблемы.

 Поэтому здесь очень необходимо сотрудничество с педагогом-психологом, который подскажет, какие игры и упражнения предложить детям с чрезмерной утомляемостью, непоседливостью, вспыльчивостью, замкнутостью, с неврозами и другими нервно-психическими расстройствами.

 Надо отметить, что и практически здоровые дети тоже нуждаются в психопрофилактической работе.

 Поэтому в ООД включаются игры и упражнения на снятие психоэмоционального напряжения, игры на развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим, на использование выразительных движений, мимики и жестов.

Взаимодействие с музыкальным руководителем.

Работу по совершенствованию развития двигательной сферы детей организовываем так, чтобы и музыкальный руководитель, и инструктор по физкультуре для решения стоящих перед ними задач могли использовать потенциальные возможности программного обеспечения друг друга, усиливая тем самым воздействие на формируемые у воспитанника функции, двигательные умения, навыки или процессы.

В рамках совместных мероприятий включаем в работу досуги, развлечения, праздники, цель которых — повысить у детей интерес к физкультуре и спорту через музыку.

Взаимодействие с учителем-логопедом.

  В последние годы, к сожалению, отмечается увеличение количества детей с ОВЗ, наш детский сад не исключение. В связи с этим задача инструктора по физической культуре помочь и логопеду, и воспитателю в воспитании и обучении таких детей.

    Для таких детей планирование физкультурно-оздоровительной работы составляется с учетом коррекционно-воспитательных задач.

     Одним из эффективных приемов в коррекционной работе с детьми является использование упражнений, где речь взаимосвязана с движением. Это могут быть подвижные, пальчиковые игры, игровой массаж, дыхательные игры и упражнения, которые логопеды и воспитатели планируют согласно лексическим темам (времена года, транспорт, профессии, зимние виды спорта, домашние животные и т.д.) и предлагаются инструктору в качестве закрепления.  Разработаны и постоянно пополняются картотеки игр, упражнений, считалок, загадок, чистоговорок.

Взаимодействие с воспитатель - осетинского языка.

Реализация регионального компонента осуществляется через знакомство с национально-культурными особенностями республики Северная Осетия, города Беслана. Знакомясь с родным краем, его достопримечательностями, ребенок учится осознавать себя, живущим в определенный временной период, в определенных этнокультурных условиях. Данная информация реализуется через целевые беседы, проекты, изучение элементов национального фольклора, знакомство с национальными праздниками, национальными подвижными играми и предлагаются инструктору в качестве закрепления.

По отношению к детям с ОВЗ разрабатывается индивидуальный образовательный маршрут совместно всеми специалистами.

Таким образом, эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДОО напрямую зависит от степени взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива.

План работы по взаимодействию со специалистами представлен в примерном календарном плане воспитательной работы Модуль7 «Взаимодействие со специалистами»

* 1. **Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.**

Ведущая цель - создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей (способности разрешать разные типы социальнo - педагогических ситуаций, связанных с воспитанием ребенка); обеспечение права родителей на уважение и понимание, на участие в жизни детского сада.

**Основные задачи взаимодействия детского сада с семьей:**

• Изучение отношения педагогов и родителей к различным вопросам воспитания, обучения, развития детей, условий организации разнообразной деятельности в детском саду и семье;

• Знакомство педагогов и родителей с лучшим опытом воспитания в детском саду и семье, а также с трудностями, возникающими в семейном и общественном воспитании дошкольников;

• Информирование друг друга об актуальных задачах воспитания и обучения детей и о возможностях детского сада и семьи в решении данных задач;

• Создание в детском саду условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей с детьми;

•привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами мероприятиях;

• Поощрение родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребенка, создание необходимых условий для их удовлетворения в семье.

**Виды и формы деятельности, которые используются в ДОУ.**

Групповые формы работы:

- Родительский комитет, участвующий в решении вопросов воспитания и социализации детей.

- Родительские собрания, посвященные обсуждению актуальных и острых проблем воспитания детей дошкольного возраста.

- Взаимодействие в социальных сетях: родительские форумы на интернет-сайте ДОУ, посвященные обсуждению интересующих родителей вопросов воспитания; виртуальные консультации педагогов.

Индивидуальные формы работы:

- Работа по запросу родителей для решения проблемных ситуаций, связанных с физическим воспитанием ребенка дошкольного возраста.

- Участие родителей (законных представителей) и других членов семьи дошкольника в реализации проектов и мероприятий физкультурно-воспитательной направленности.

- Индивидуальное консультирование родителей c целью координации воспитательных усилий педагогического коллектива и семьи.

План работы с родителями представлен в примерном календарном плане воспитательной работы Модуль 6 «Работа с родителями»

**2.6. Часть Программа формируемая участниками образовательных отношений (этнокультурная составляющая)**

Физическая активность детей в нашем учреждении организуется с учетом национально – регионального компонента и представляется как часть

занятия в форме осетинских народных подвижных игр, игровых упражнений и физкультурных праздников и развлечений

Этнический состав воспитанников - большинство детей из осетинских и русских семей. Обучение и воспитание в ДОУ осуществляется на двух языках: русском и осетинском языке.

Основной контингент воспитанников проживает в условиях города.

Реализация регионального компонента осуществляется через знакомство с национально-культурными особенностями республики Северная Осетия, города Беслана. Знакомясь с родным краем, его достопримечательностями, ребенок учится осознавать себя, живущим в определенный временной период, в определенных этнокультурных условиях. Данная информация реализуется через целевые беседы, проекты, изучение элементов национального фольклора, знакомство с национальными праздниками, национальными подвижными играми.

Для максимального достижения задач были выделены пути их реализации:

* улучшение условий работы путем сбора информации об обычаях и традиция народов Осетии,
* пополнения картотеки подвижны игр народов Осетии и атрибутов для них;
* работа с педагогическим персоналом через проведение бесед и консультаций;
* в работе с родителями было проведено анкетирование на выявление знаний о народах нашего региона, их обычая и играх, после чего им были предложены беседы по истории семьи у народов Осетии, оформлены папок-передвижек: “Играйте с детьми”, “Подвижные игры народов Осетии”;
* включение в физкультурные занятия народных подвижных игр, а также проведение физкультурных досугов и развлечений в рамках ознакомления детей с подвижными играми народов Осетии.

План работы этнокультурной составляющей представлен в примерном календарном плане воспитательной работы Модуль 5 «Этнокультурные мероприятия – «Этнокультурный календарь»»

**III.Организационный раздел программы**

**3.1. Особенности организации образовательного процесса.**

Организация жизнедеятельности детей по реализации и освоению содержания рабочей программы осуществляется в двух основных моделях организации образовательного процесса:

*- совместной деятельности взрослого и детей*

*-самостоятельной деятельности детей.*

Решение образовательных задач в рамках первой модели - совместной

деятельности взрослого и детей - осуществляется как в виде непосредственно образовательной деятельности (не сопряженной с одновременным выполнением педагогами функций по присмотру и уходу за детьми), так и в виде образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов (решение образовательных задач сопряжено с одновременным выполнением функций по присмотру и уходу за детьми – утренним приемом детей, прогулкой, подготовкой ко сну, организацией питания и др.).

Непосредственно образовательная деятельность реализуется через организацию различных видов детской деятельности:

*- игровой,*

*- двигательной,*

*- познавательно-исследовательской,*

*- коммуникативной,*

*- продуктивной,*

*- музыкально-художественной,*

*- трудовой,*

*- чтения художественной литературы или их интеграцию с использованием разнообразных форм и методов работы.*

Объем самостоятельной деятельности как свободной деятельности

воспитанников в условиях созданной педагогами предметно-развивающей

образовательной среды по каждой образовательной области не определяется.

Общий объем самостоятельной деятельности детей соответствует требованиям СанПиН 2.4.1.3049 – 20 (3-4 часа в день для всех возрастных групп).

В общем объеме непосредственно образовательной деятельности и

образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов,

учитываются следующие закаливающие мероприятия:

*- утренняя гимнастика;*

*- подвижные, спортивные игры, национальные игры и упражнения*

*- физические упражнения и другие виды двигательной активности;*

*- физкультурные занятия (в помещении и на улице);*

*- физминутки*

Проведение других закаливающих мероприятий осуществляется в пределах

времени, необходимого для осуществления функций присмотра и ухода за детьми.

**3.2. Особенности организации предметно-развивающей среды**

Важнейшим условием реализации Программы является создание развивающей и эмоционально комфортной для ребенка образовательной среды. Пребывание в детском саду созданы условия для проявления таких качеств, как: инициативность, жизнерадостность, любопытство и стремление узнавать новое.

Развивающая среда в ДОУ построена на следующих принципах:

1. насыщенность;
2. доступность;
3. безопасность.

Насыщенность среды в спортивном зале соответствует возрастным возможностям детей и содержанию Программы.

Образовательное пространство оснащено средствами обучения и воспитания,

соответствующими материалами, игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем, которые обеспечивают:

Безопасность предметно-пространственной среды и соответствие всех ее элементов требованиям по надежности и безопасности их использования.

|  |  |
| --- | --- |
| **Тип оборудования** | **Наименование оборудования и инвентаря** |
| **Для ходьбы,**  **бега,**  **равновесия** | Гимнастическая скамейка |
| Ребристая доска |
| Ровная доска |
| Навесная доска |
| Коврик для массажа стоп |
| Шнур длинный |
| **Для прыжков** | Стойки. |
| Маты |
| Конусы с отверстиями |
| Обруч среднего диаметра |
| Скакалки |
| Короткие шнуры |
| **Для катания, бросания, ловли** | Щит для метания |
| Щит с баскетбольным кольцом |
| Кегли |
| Мешочки для метания с утяжелением |
| Мячи большого размера |
| Шарики для метания |
| Мячи мини |
| Шайбы с клюшками |
| Мячи набивные |
| Мячи баскетбольные |
| **Для ползанья, лазанья, подлезания** | Гимнастические лесенка |
| Дуги для подлезания разной высоты |
| Обруч большого диаметра |
| **Для общеразвивающих упражнений** | Кубики |
| Ленты |
| Мяч массажный |
| Гантели |
| Гимнастические палки |
| Мячи среднего размера |
| Обруч малый |
| Флажки разноцветные |
| Канат для перетягивания х/б 10м диам.30мм |
| Мягкие модули |
| Дощечки «Степ» |
| Клюшка с шайбой (комплект) |
| Мячи надувные большие (хопы) |

Перспективный план пополнения предметно-пространственной среды на 2021-2022 учебный год (Приложение 3).

**3.3. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий.**

Основными видами культурно-досуговой деятельности являются физкультурно-массовые мероприятия: физкультурные досуги и праздники, дни здоровья.

*Физкультурные досуги.* Задачей физкультурного досуга является создание бодрого настроения, стимулирование активности каждого ребенка с учетом его индивидуальных возможностей, предоставление возможности испытать удовольствие от двигательной деятельности, испытать радость от командных действий.

Физкультурный досуг не требует специальной подготовки, проводится во всех возрастных группах, как с одной группой, так и с группами детей, близких по возрасту. Проводится в обычной обстановке, с обычными атрибутами, как в помещении, так и на воздухе.

По содержанию могут быть различными:

- строится на хорошо знакомых играх и игровых упражнениях;

- строится на упражнениях в основных видах движений и спортивных упражнениях;

- строится в основном на играх-эстафетах типа «Веселые старты»;

- строится на элементах одной из спортивных игр;

- музыкально-физкультурный досуг.

В содержание досуга может быть введен сказочный персонаж или можно использовать занимательный сюжет. Следует использовать музыкальное сопровождение.

*Физкультурные праздники.* Это массовые зрелищные мероприятия показательного и развлекательного характера, способствующие пропаганде и приобщению к физической культуре и спорту, совершенствованию движений, воспитывают такие черты характера, как коллективизм, дисциплинированность, уважительное отношение к соперникам.

Содержание праздника составляют подвижные игры и спортивные упражнения, эстафеты, музыкально-ритмические движения, знакомые детям и обновленные путем введения неожиданных условий, необычных пособий, способов организации. В программу физкультурного праздника включаются также занимательные викторины и загадки. Содержание праздника во многом зависит от сезона, условий, в которых он проходит.

В праздники принимают участие дети всего дошкольного учреждения.

Праздники приобретают большое оздоровительное и воспитательное значение при условии насыщения их мероприятиями, в которых могут принимать активное участие все зрители.

*Дни здоровья.* Содействуют оздоровлению детей, предупреждению утомляемости.

Двигательный режим насыщается играми, музыкальными развлечениями, спортивными играми и упражнениями, соревнованиями, досугами, физкультурными занятиями, трудом в природе, художественным творчеством.

**3.4. Методическое обеспечение Программы**

1. Борисова Е.Н. Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками. – Волгоград: Изд. Панорама; Москва: Глобус, 2006.
2. Н.Е. Веракса, Т.С. Комарова, М.А. Васильева Общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы», 2012.
3. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. 3-4г.: Методическое пособие. – М.: Мозайка-Синтез, 1983г..
4. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа: Методическое пособие. – М.: Мозайка-Синтез, 2012.
5. Фонарев М.И. Комплексы лечебной физическая культура при детских заболеваниях Изд Медицина, 1981.
6. Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 3-5 лет.- М.: Издательство ГНОМ и Д,2005.-128с
7. Фролов. В. г. Физкультурные занятия ,игры и упражнения на прогулке. Изд. «Просвещение» 1986г.
8. Рунова. М. А. Радость жизни Изд. Воспитание дошкольника 2004г.
9. Рунова. М. А. Дифференцированные занятия по физической культуре 5-7 лет. Изд. Просвешение2005г.
10. Аверина Е.И. Физкультурные минутки и динамические паузы. Изд. АИРИС ПРЕС 2006
11. Полтавцева НВ. Физическая культура в дошкольном детстве. Изд. Просвещение 2005г.
12. Рамановская Э,М, Развитие движений ребенка-дошкольника. Изд. «Просвещение» 1975г.
13. Гришин В,Г, Игры с мяч и ракеткой Изд. «Просвещение» 1975г.
14. Пономарев СА. Растите малышей здоровыми. Изд. Спарт 1992г.
15. ВвиловаЕ.Н. Учите Бегать,прыгать , лазать и метать. Изд. «Просвещение» 1983г
16. ОсокинаТ.И. Физическая культура в детском саду. Изд. «Просвещение» 1973г.
17. ОсокинаТ.И. Игры и развлечения детей на воздухе. Изд. «Просвещение» 1983г.
18. ОсокинаТ.И. Физические упражнения для дошкольников. Изд. «Просвещение» 1971г.
19. Викулова .Д. Развитие физических способностей детей. Изд. Гринго 1996г.
20. Адашкавичени З,Й, Спортивные игры и упр. в детском саду. Изд. «Просвещение» 1992г.
21. Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста Изд. Творческий центр 2015г.
22. Литвинова Система физического воспитания ДОУ Изд. Учитель 2006г.

**3.5. Режим двигательной активности.**

Режим дня составлен с расчетом на 12-ти часовое пребывание ребенка в детском саду по примерной основной общеобразовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

***Двигательная активность детей***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | *Содержание /группы* | *2 мл.* | *Средняя* | *старшая* | *Подгот.* |
| 1 | Утренняя гимнастика (ежедневно) | 5-6 мин. | 6-8 мин. | 8-10 мин. | 10-12мин. |
| 2 | Подв. игры во время утреннего приема детей. | 3 мин | 3-5 мин | 5-7 мин | 7-10 мин |
| 3 | Физическая культура (2 в зале, 1 на улице) | по 15 мин. | по 20 мин. | по 25 мин. | по 30 мин. |
| 4 | Музыка (2р. в неделю) | по 15 мин. | по 20 мин. | по 25 мин. | по 30 мин. |
| 5 | Физкультминутки | 1-2 мин. х2р. | 1-2 мин. х2 р. | 2-3 мин. х2р. | 2-3 мин. х 3р. |
| 6 | Гимнастика пробуждение | 5-7 мин. | 5-7 мин. | 8-10 мин. | 8-10 мин. |
| 7 | Оздоровительные гимнастики | 5-7 мин. | 5-7 мин. | 8-10 мин. | 8-10 мин. |
| 8 | Подвижные игры (на воздухе, утро, вечер) 2 р. | 6-8 мин. | 8-10 мин. | 10-12 мин. | 15 мин. |
| 9 | Спортивные игры | - | - | 10-15 мин. | 10-15мин. |
| 10 | Спортивные упражнения: (1-2р. в нед) | 5 мин. | 10 мин. | 15 мин. | 20 мин. |
| 11 | Игры с подгруппами детей | 2-3 мин. | 3-5 мин. | 5-7 мин. | 6-8 мин. |
| 12 | Подгрупповая работа по развитию ОВД | 3-5 мин.х2р. | 5-8 мин.х2р. | 8-10 мин.х2р. | 10 мин.х2р. |
| 13 | Спортивные упражнения | 5-7 мин. | 7-10 мин. | 10-15 мин. | 15-20мин. |
| 14 | Игры-забавы | 3-5 мин. | 5-8 мин. | 8-10 мин. | 10 мин. |
| 15 | Игровая деятельность с использованием оборудования физкультурного уголка | 8-10 мин. | 10-15 мин. | 15 мин. | 15-20ин. |
| 16 | Подвижные игры и игровые упражнения | 10 мин. | 10 мин. | 20 мин. | 25 мин. |
| 17 | Элементы спортивных игр |  | 15-20 мин. | 25 мин. | 30 мин. |
| 18 | Самостоятельная двигательная деятельность | Ежедневно, характер и продолжительность зависит от индивидуальных особенностей и потребности детей. Проводится под наблюдением воспитателя. | | | |
| 19 | Двигательная деятельность в течение дня | 2 ч .00 мин. | 4 ч. 00 мин. | 4 ч. 20 мин. | 5 ч. 15 мин. |
| 20 | Физкультурные досуги(1 раз в месяц) | 15-20 мин. | 20-25 мин. | 25-30 мин. | 30-35 мин. |
| 21 | Спортивный праздник(1 раз в квартал) | - | 45 мин. | 60 мин. | 60 мин. |
| 22 | Неделя игры и игрушки | 2 раза в году | | | |
| 23 | День / неделя Здоровья | По плану дошкольного учреждения | | | |

**Приложение 1.**

**Режим НОД – физическая культура**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **1мл.гр.** | **2мл.гр.** | **Ср. гр.** | **1ст.гр** | **2ст. гр.** | **Под. гр..** |
| **Понед.** |  | 9.25 |  | 10.10. |  |  |
| **Вторник** |  |  | 9.30 |  | 9.00 | 10.20 |
| **Среда** | 9.30 | 9.55 | 9.30 |  |  |  |
| **Четверг** |  |  |  |  |  | 9.40 |
| **Пятница** | 11.20 |  |  | 9.35 | 10.10 |  |

**График утренней гимнастики**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Средние группы | Старшие группы | Подготовительные группы |
| Понедельник | В группах | 8.20 | 8.30 |
| Вторник | 8.20 | 8.30 | В группах |
| Среда | 8.20 | В группах | 8.30 |
| Четверг | В группах | 8.30 | 8.20 |
| Пятница | 8.20 | В группах | 8.30 |

**Приложение 2**

Примерный календарный план воспитательной работы

на 2021/22 учебный год.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Мероприятия | | | Возраст воспитанников | | Ориентировочное время проведения | | Ответственные | | | | |
| Модуль 1. Непосредственно образовательная деятельность (НОД) | | | | | | | | | | | |
| Разработка конспектов, проектов, направленных на воспитание дошкольников и проведение НОД в соответствии с календарно-тематическим планированием. | | | Все группы | | В течение года | | Инструктор по физической культуры | | | | |
| Модуль 2. Ключевые общесадиковые мероприятия | | | | | | | | | | | |
| Проект «Волшебный светофор» | | 2-7 лет | | | | Сентябрь-июнь | Зам. зав по ВМР, старший воспитатель, педагоги и воспитатели ДОУ | | | | |
| «День здоровья» | | 2-7 лет | | | | март | Зам. зав по ВМР, старший воспитатель, педагоги и воспитатели ДОУ | | | | |
| Модуль 3. Физкультурные мероприятия | | | | | | | | | | | |
| Развлечение-эстафета «Семейный марафон» | | 2-7 лет | | | | сентябрь | Инструктор по физ. культуре, тренер по плаванию | | | | |
| Досуг «На лесной лужайке» | | 2-3 года | | | | октябрь | Инструктор по физ. культуре | | | | |
| Развлечение «Состязания Нартов» | | 4-7 лет | | | |
| Развлечение «Осенний листопад» | | 2-3 года | | | | ноябрь | Инструктор по физ. культуре, тренер по плаванию | | | | |
| Праздник «Осень в гости к нам пришла» | | 4-7 лет | | | |
| Игры-забавы «Снежный ком» | | 2-7 лет | | | | декабрь | Инструктор по физ. культуре | | | | |
| Развлечение «Зайка в саночках сидит» | | 2-3 года | | | | январь | Инструктор по физ. культуре | | | | |
| Развлечение «Зимние виды спорта» | | 4-7 лет | | | |
| Развлечение «Бравые солдаты» | | 2-3 года | | | | февраль | Инструктор по физ. культуре | | | | |
| Досуг «День защитников Отечества» | | 4-7 лет | | | |
| Досуг «Для Мамы цветочек» | | 2-3 года | | | | март | Инструктор по физ. культуре | | | | |
| Эстафета «Папа, Мама, Я - спортивная семья» | | 4-7 лет | | | |
| Развлечение «День спорта» посвящен-ный дню здоровья | | 2-7 лет | | | | апрель | Инструктор по физ. культуре, тренер по плаванию | | | | |
| Развлечение «Мой веселый звонкий мяч» | | 2-3 года | | | | май | Инструктор по физ. культуре | | | | |
| праздник «День Победы» | | 4-7 лет | | | |
| Игры-забавы «Лето красное» | | 2-7 лет | | | | июнь | Инструктор по физ. культуре, тренер по плаванию | | | | |
| Модуль 4. Творческие соревнования | | | | | | | | | | | |
| Эстафета «Выше, сильнее, быстрее» | | | 5-6 лет | | апрель | | Зам. зав по ВМР, старший воспитатель, педагоги и воспитатели ДОУ | | | | |
| Модуль 5.Этнокультурные мероприятия – «Этнокультурный календарь» | | | | | | | | | | | |
| Развлечение «Игры Нартов» | | | 5-7 лет | | | октябрь | Физинструктор, Воспитатели групп, Учитель осетинского языка. | | | | |
| Развлечение «Марафон народных игр» | | | 5-7 лет | | | декабрь | Физинструктор, Воспитатели групп, Учитель осетинского языка. | | | | |
| Модуль 6**.** Работа с родителями | | | | | | | | | | | |
| Группа  Месяц | Младшая группа | | | | | Средняя группа | | | Старшая группа | | Подготовительная группа |
| Сентябрь | Доклад Инструктора по физической культуре на тему; - «Ознакомление с задачами Физкультурное – оздоровительной работой на новый учебный год. Напомнить о санитарно – гигиенических требованиях к физкультурной форме детей. | | | | | | | | | | |
| Октябрь | Статья в родительский уголок - «Подвижные игры на природе и дома» | | | Папка-передвижка- «Закаливание детей – задача общая» | | | | Консультация- «Профилактика сколиоза» | | | Папка -передвижка – «Средние показатели физического развития детей 1-6 лет» |
| Ноябрь | «День открытых дверей»  (по графику.) | | | | | | | | | | |
| Декабрь | Привлечь родителей воспитанников к сбору спорт – инвентаря из бросового материала | | | | | | | | | | |
| Январь | Переоформление «Информационного уголка» | | | | | | | | | | |
| Февраль | Оформление «Папки-передвижки» | | | | | | | | | | |
| Март | Выставка литературы – Обруч «Физкультура дома» | | | Выставка литературы – «Одежда и здоровье детей» | | | | Практический показ – «Использование музыкально-ритмических мелодий на физкультурных разминках » | | | |
| Апрель | «День открытых дверей» - привлечь родителей к благоустройству спортивной площадки. | | | | | | | | | | |
| Май | Фотовыставка «Это мы умеем» | | | | | | | | | | |
| Июнь. | Оформление родительских уголков на тему:- «Инвентарь своими руками» | | | | | | | | | | |
| Модуль 7.  Взаимодействие со специалистами. | | | | | | | | | | | |
| № | Тема мероприятия. | | | | | | | Период. | | Ответственные. | |
| 1. | Регулярно информировать о спортивных мероприятиях в детском саду. | | | | | | | в течение года | | Инструктор по физкультуре | |
| 2. | Консультировать по индивидуальной работе с детьми в целях развития физических качеств и совершенствования ОДА. | | | | | | | в течение года | | Инструктор по физкультуре | |
| 3. | Провести консультации для воспитателей:  Тема: «Подвижные игры как средство гармоничного развития дошкольников».  Тема: «Краткая характеристика основных видов движений, описание подвижных игр».  Тема: «Игры и развлечения на воздухе. Методика проведения подвижных игр на воздухе». | | | | | | | октябрь  декабрь  февраль | | Инструктор по физкультуре | |
| 4. | Проведение практических мероприятий  Тема: «Национальные подвижные игры» | | | | | | | Январь | | Инструктор по физкультуре | |
| 5. | Выступление на педагогических советах:  Тема: «Использование ТСО в подвижных видах деятельности» | | | | | | | Май. | | Инструктор по физкультуре | |

**Приложение 3**

Перспективный план пополнения предметно-пространственной среды

на 2021-2022 учебный год

|  |  |
| --- | --- |
| Месяц | Оснащение |
| Сентябрь | Пополнение наглядного пособи . |
| Октябрь | Оформление музыкального материала |
| Ноябрь | Создание уголка «Живой дневник» |
| Декабрь | Подбор газетных статей по теме: «Герои спорта» |
| Январь | Пополнение дидактических игр. «Спорт» |
| Февраль | Подбор презентаций по теме: «Герои спорта» |
| Март | Пополнение оформительского материала. |
| Апрель | Пополнение атрибутов к подвижной игре «Два Мороза» |
| Май | Оформление Родительского уголка. |

**Приложение 4.**

**Перспективная сетка занятий физической культурой**

**младшей возрастной группы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Неделя  Месяц | 1 неделя | 2 неделя | 3 неделя | 4 неделя |
| Сентябрь | «По дорожке в Д\с»  ОВД\ 1 -прыжки через шнур-ручеек. 2- прокаты- ие мяча в даль. п/.и «По ровненькой дорожке» | «Ползком к игрушке»  ОВД\1- полз.на четвере. 2-прыжки на 2-х ногах. п\и «Горячая картошка» | «Урожай всей семьей собирай.» ОВД\1ползан ие по гим скамье. 2- ме тание в корзинку(шишку) п\и -»Огородники» | «Кормушка» ОВД\1-прыжки на двух ногах-птички взлетают. 2-метание киндра в корзину . п\и »Птички в гнездышке» |
| Октябрь | «Не опоздай в Д\с» ОВД\1-ползание между. 2-подскоки с продвиж -наездник. 3- передай по  цепочке. п\и «Не опоздай | «Чепена» ОВД\ 1- на четверень. По гим. доске. 2- прыжки на месте «Бэнд энэй къашт» 3-Попади в корзину. п\и »Чепена» | «Не опоздай витамины получай» ОВД\ 1- прыжкки в высоту. 2- катание мяча друг другу п\и «Не опоздай» | «Игры Нартов» и.у.\  1- «Наездники»  2- «Чепена»  3- «Передай по цепочке»  4- «Бэндэнэй къашт» |
| Ноябрь | «Друзья под зонтиком» ОВД\ 1-ползание на четвереньках. 2-прыжки через предмет. п\и »Солнышко и дождик» | « Картошки урожай» ОВД\ 1на четвереньках за мячом. 2-прыжки на 2-х ногах»Зайчики» п\и «Горячая картошка» | «Мыши в кладовой» ОВД\ 1-прыжки на 2-х ногах с продвижениием. 2-прокати мяч между предме-и п\и «Мыши и кот» | «Витаминов урожай» 1-п\и»Солнышко и дождик» 2-эстафета «Горячая карт.» п\и»мыши и кот» |
| Декабрь | «Зимовье Воробьев» ОВД\ 1-подлезание под дугу. 2-прыжки вокруг. 3-сежок в корзину  п\и»Воробушки и кот» | «Насест» ОВД\ 1-спрыгивание со скамьи 2--снежок в цель. п\и «Перестрелки снежками» | «Новогодний поезд» ОВД\ 1по медвежьи 2прыжки до снежка.3-перехват катящегося обруча п\и»Поезд» | »Зимние забавы» ИУ.\ 1-прыжки через 2-«Холодный ком» 3- «В норку» 4- «Перестрелки» |
| Январь | «Зимние краски» ОВД\ 1-лазание под дугу. 2-прыжки через черту. 3- «По узенькой дороже» П\и»Найди свой цвет» | «Мыши » ОВД\ 1- полание между ножек стула . 2-метание в даль п\и»Мыши в кладовой | «Звонкий мяч» ОВД\ 1-пролезапие в обруч фронт. 2-прыжки с бума. п\и»Мой веселый звонкий мяч» | «Новый год» ИУ.\1-прыжки через гим. палки. 2- «Снежные перестрелки» 3-«Снежком в цель». 4- «По узенькой дороже» |
| Февраль | «Тихая разведка» ОВД\ 1по пластунски под скамью 2прыжки из обруча в обруч.3мяч в ворота. П\и. «Иди тихо» | «Лохматый пес « ОВД\1под шнур пр. боком2прыжки через 2 линии.3перебрасывание мяча инструктору. П\и »Лохматый пес» | «Мыши и кот» ОВД\1под шнурлев.боком.2прыжки с снежным комом (мячик). меж колен. П\и»Мыши и кот» | «Защитник»  и\у;1-«Пройди тихо» 2-«Подлезь не задень» 3-«Снежком в цель». 4-«Бой снежками» |
| Март | «Мамин день» ОВД\ 1-подлеза.в обруч пр.\лев. боком. 2-« Пингвины». 3-метание в горизонтальную цель. П\и »Беги ко мне» | «Весна-пробуждение» ОВД\ 1-полз на животе по гим.скамье. 2-прыжки в длину с места. 3-мета-ние в верт цель. П/и »Солнышко и дождик» | «Цыплята будьте осторожны» ОВД\ 1-под лезание под шнур. 2- прыж ки в высоту. 3- метание в даль. П\и »Наседка и цыплята» | «Дружная семья» И.У\ 1-«Наседка» 2-«Пара». 3 -«Верхом» 4-«Узнай на ощупь» 5- «Беги ко мне» |
| Апрель | «Метко в цель» ОВД\ 1- подлезание в обруч.  2- прыжки через шнур. 3- метание в горизонт. цель П\и «Попади в обруч» | «Здоров как Космонавт» ОВД\ 1-лаз по гим.лес.-произволь. 2-прыжки через куб. 3- метание в верт.цель. . П\и «Кто скорее до флажка» | «Тренировка» ОВД\ 1-лазание по гим. Стен.-произ. 2-прыжки в выс. 3-метание султанчи ков в даль. П\и «По ровненькой дорожке» | «Космическая подго товка» И.З\ 1-«Гигиена в космосе» 2-« Кто скорее до флажка» 3-«Попади в центр» 4-«По ровненькой дорожке» |
| Май | «Праздничный флажок» овд\ 1-ползание на животе по гим. скам. 2- прыжки в длину с места 3-метание мешочка в даль. П\и »Брось за флажок» | «Совушка» овд\1-ползание по гим. скамье на животе. 2-прыжки в длину с места.  3-катание набивного мяча. П\и»Совушка» | «Кто скорее до флажка» овд\1- лазание по гим лес. 2- прыжки в высоту. 3-катание набивного мяча. П\и «Найди свой цвет» | «День победы» И.З\ 1- «Брось за флажок». 2-«Попади в цель» 3-«Найди свой цвет». 4-«Чье звено быстрее соберется». 5-«Кто скорее до флажка» |

**Средняя группа**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Неделя  Месяц | 1 неделя | 2 неделя | 3 неделя | 4 неделя |
| Сентябрь | «Игры в саду» И.З\ 1-«Горячая картошка» 2- «Между шишек до флаж-  ка» 3 –«Из обруча в обруч» 4-«Овощи в корзину» | «Арбуз в корзину» овд\ 1-Ползание на 3-х видах четверенек. 2-Перебрасыва-ние мяча другому. П\и »Мяч в верт. цель» | «Урожай всей семьей собирай» овд\  1- Прыжки в высоту  2- Метание в горизон-ую  Цель. П\и «Огородники» | «Народная игра» овд\ 1-на четвереньках «змейкой» 2-«Подбрось -поймай». П\и «Кърикъуппай къашт» |
| Октябрь | «Витамины осенние» овд \1- на четвереньках до флажка. 2 -«С кочки на кочку» 3- передай по цепочке. П\и «Птички и кошка» | «Кэй фырт дэ» овд \1-  Подлезание в обруч пр.  лев. боком. 2-прыжки через веревку «Бэндэнэй къашт» 3- подбрось поймай. П\и «Къабэлэй исын» | «Чепена» овд\ 1- по медвежьи. 2- прыжки с продвижением. 3-отби вание мяча от пола. П\и «Чепена» | «Игры Нартов» И.З\ 1-«Къэбалай исын» 2-«Передай по цепочке»  3-«Перетя-ние каната» 4-«Бэндэнэй къашт» 5-«Чепена» |
| Ноябрь | «Полет» овд\ 1-по пластунски под предмет. 2- прыжки в высоту. 3- кати обруч. П\и «Пилоты» | «Пара » овд\ 1-Ползание на животе(скамья). 2- прыжки на 1-ой ноге, скрестно. П\и «Найди себе пару» | «Овощи» овд\ 1-на четве реньках мяч перекатывая мяч головой головой. 2-прыжки с продвижении ем. П\и»Огуречик» | «Урожай собирай» И.З\ 1-«Соберем картошку» 2-«Картошка на ложке» 3-«Горячая картошка»  4-«Мяч над головой» |
| Декабрь | «Зимующие птицы» овд\ 1-подлезание на четвереньках 2- прыжки вокруг предм. 3- метание в вертикальную цель П\и «Птички и кошка» | «Буря» овд\ 1-ползание на четвереньках. По гим. скамье. 2-прыжки парами с продвижением. 3- метание в горизонтальную цель .  П\и «Перестрелки» | «Автомобили» овд\ 1-по пластунски. 2-прыжки в высоту сериями. 3- подбрось-отбей. П\и «Цветные автомобили» | «Лесные обитатели» И.З\ 1-«Перепрыгни» 2-«Тандем». 3 -«Ком по шеренге». 4-«В норку за грибами». 5-«Чья горка выше» |
| Январь | «Школа мяча» овд\ 1-подлезание боком с предметом. 2 -прыжки из обруча в обруч \допрыгни до предметаи. 3-перестре –лки снежками. П\и «Школа мяча» | «Национальная игра» овд\ 1-подлезание боком с пред-  метом. 2-Прыжки на 1-й ноге 3-Метание в вертикальную цель. П\и «Кърикъуппай къашт» | «Лиса в курятнике» овд\ 1-Ползание на животе гим.ск. 2- прыжки в длину с места(70см) 3-Метние в гориз.цель(2.5м). П\и «Лиса в курятнике» | «Зимние забавы» И.З\ 1-«Из обруча в обруч и до предмета». 2-«Кукла на санях» 3-«Лыжники» 4-«Чья снежная башня выше» 5-«Перестрелки снежками» |
| Февраль | «Транспортные средства» овд\ 1-По пластунски под скамью. 2-из обруча в обруч и до пред.3-Шайбу в ворота. П\и «Лошадки» | «А я папе помогу» овд\ 1-На четвереньках «змейкой» 2- На «Лошадке»-гим пал.подскоками.3- Мяч через веревку П\и «Затейники» | «Найди себе пару» овд \1- Подлезание под шнур пр.лев боком 2- Прыжки с зажатым комом в коленях  3- Метание снежка в вертикальную цель .П\и «Найди себе пару» | «Защитники» И,З\ 1-«Десант из обруча. в обр.» 2-«Наездники» 3-«Тачанка» 4-«Чье звено быстрее соберется» |
| Март | «Мама всем нужна» овд\ 1-«Гонки 5-ти обручей» .2-«Пингвины»  3 -Метание в горизон- тальную цель. П\и «Кърикъуппай къашт» | «Весна-пробуждение» овд\1-Ползание на животе по гим.ск. 2- Прыжки в длину с места  3-Метание в вертикаль-  ную цель. П\и«Караси и щука» | «Спортивные прыжки» овд\ 1-Подлезание под шнур.  2-прыжки в высоту. 3-  Метание в даль.  П\и»Зайцы и волк» | «Дружная семья» И.З\ 1-«Пара в обруче»  2-«Через препятствие»  3-«Гонки 5-и обручей»  4-« Пара пингвинов »  5-«Чье парное звено быстрее соберется» |
| Апрель | «Метко в цель» овд\ 1-Полезание пр.лев боком в обруч. 2-Прыжки в высоту с разбега. 3-Мета-  Ние. П\и «Попади в обруч» | «Космонавты» овд\ 1-Прыжки на одной ноге.  2-Лазание произвольно по гим лес. 3-Метание в вертикальную цель. П\и «Кто скорее до флажка» | «Весенняя рыбалка» овд\ 1-Лазание переход на сосед. пролет.2-Прыжки в высоту боком.3- Метание  султан-в в даль. П\и «Удочка» | «Здоров как космонавт» И.З\ 1-«Предметы гигиены» 2-«Чистые фрук  Ты» 3-«Кто скорее до флажка» 4-«Попади в цель» 5-«Удочка» |
| Май | « Мой город украшен флажками» овд\ 1-Полза ние на животе по скамье 2- Прыжки в длину с места 3-Метание мешочка в даль. П\и «Брось за флажок» | «Совушка» овд\ 1-Полза ние на животе по гм.ск. 2-Прыжки в длину с места 3-Метание набивного мяча. П\и «Совушка» | «Кто скорее до флажка» овд\1-Лазание по гим.лес. переход на сосед.пролет  3- Катание набивного мяча. П\и «Найди свой цвет» | «День победы» И.З\ 1-  »Брось за флажок» 2-«Кто скорее до флажка» 3-«Попади в цель» 4-«Найди свой цвет»  5»Чье звено быстрее соберется» |

**Старшая группа**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| неделя  месяц | 1неделя | 2 неделя | 3 неделя | 4 неделя |
| Сентябрь | «Игры в саду» И.З\ 1-«У Ежика на спине» 2-«Между шишек до флажка» 3-«Из обруча в обруч» 4-«Овощи в корзину» | «Подбрось и назови овощ» овд\ 1-Ползание на 3-х видах четверенек. 2- Ппинг вины. 3-подбрось - отбей. п\и »Мини Баскетбол» | «Урожай всей семьей собирай» овд\  1- Прыжки в высоту  2 -Метание в горизон-ую  цель п\и «Огородники» | «Мостик» овд\ 1-на четвереньках «змейкой» 2-Подбрось-поймай 1-ой рукой .  п\и »Полет птиц» |
| Октябрь | «Поймай и назови хлебо изделия» овд\ 1-по медве жьи 2- прыжки в высоту. 3- подбрось поймай 1-ой рукой .п\и «Гуси лебеди» | «Жэрватык» овд\ 1-лазание по гим лес разноименно 2- прыжки на 1-ой ноге, 3- подбрасывание и ловля 2-мя руками п\и»Пролети тихо»,»Кърикъуппэй къаст» | «Овощи» овд\ 1-на четве-  реньки. Катя мяч головой 2- прыжки с продвиже нием. 3 -отбивание в движении. п\и»Огуречик» | «Урожай собирай» И.З\ 1-«Соберем картошку» 2-«Картошка на ложке» 3-«Горячая картошка»  4- «Мяч над головой» |
| Ноябрь | «Национальная игра» овд \1- По пластунски до флажка. 2- Подпрыгивание до пред. 3-«Подбрось-поймай». п\и »Бэндэнэй къашт» | «Медведи и пчелы» овд \1-  Полз. по скам. на животе \четвереньках 2- прыжки в высоту(15см) продвигаясь 3- перебрасывание от груди снизу. п\и «медведи и пчелы» | «Морской транспорт» овд\ 1- по медвежьи 2- прыжки с продвижении ем 3- отбивание мяча от пола. п\и «Море волнуется 1р» | «Игры нартов» И.З\ 1-«Къэбалай ишын»  2-«Кърикъуппэй къашт» 3-«Передай по цепочке»  4-«Перетяни канат» 5-«Бэндэнэй къашт»  6.»Уэхскэй курын» |
| Декабрь | «Два Мороза» овд\ 1-подлезание на четвереньках 2- прыжки со скамьи на скамью 3- метание в вертикальную цель. п\и»Два мороза» | «Дед Мороз снежки принес» овд\ 1-ползание на четверень\животе. по гим. скамь. 2-прыжки парами с продвижением.3- метание в горизонтальную цель .  п\и «Перестрелки» | «Охотники и зайцы» овд\ 1-по пластунски толкая мяч головой. 2-прыжки в высоту сериями. 3- подбрось-отбей.. п\и»Охотники и зайцы» | «Победила дружба» И.З\ 1-»Перепрыгни» 2-«Тандем». 3- «Ком по шеренге». 4-«В норку за грибами». 5-«Чья горка выше» 6»снежный ком» |
| Январь | «Зимний спорт» овд\ 1-подлезание боком с предметом. 2- прыжки из обруча в обруч \допрыгни до предмета. 3- Шайбу в ворота. п\и «Два мороза» | «Хитрая лиса» овд\ 1- ползание сидя на санях. 2- Прыжки на 1-й ноге 3- Метание в вертикальную цель. п\и »Хитрая лиса » | «Шайбу в ворота» овд\ 1-Ползание на животе гим.ск.. 2- прыжки в длину с места 3 -шайбу в ворота. п\и «Шайбой в цель» | «Зимние забавы» И.З\ 1-«Из обруча в обруч и до предмета». 2-«На санях» 3-«Лыжники» 4-«Чья снежная башня выше» 5-«Шайбу в ворота» |
| Февраль | «Мышеловка» овд\ 1-По пластунски под скамью 2-из обруча в обруч и до пред.3-Шайбу в ворота. п\и «Мышеловка» | «Помошь-добро» овд\ 1-по пластунси «змейкой» 2- прыжки через длинную скакалку. 3 -Мяч через веревку. п\и «Затейники» | «Летчики» овд \1- Ползание сидя на санях . 2- Прыжки с зажатым комом в коленях. 3- Метание снежка в вертикальную цель. п\и «Кто летает» | «Защитники» И,З\ 1-«Десант из обруча в обр.» 2-«На санях» 3- «Лыжники» 4- «Чье зве но быстрее соберется» 5-«Снарядом в цель» |
| Март | «Мама всем нужна» овд\ 1-«Гонки 5-ти обручей» 2-«Пингвины»  3- Метание в горизон-тальную цель. п\и «Кърикъуппай къаст» | «Весна-пробуждение» овд\1-Ползание на животе по гим.ск. 2- Прыжки в длину с места  3 -Метание в вертикаль-  ную цель. п\и»Медведи и пчелы» | «В здоровом теле – здоровый дух» овд\ 1-Подлезание под шнур. 2-прыжки в высоту. 3-Метание в даль. п\и»Караси и щука» | «Дружная семья» И.З\ 1-«Пара в обруче»  2-«Через препятствие»  3-«Гонки 5-и обручей»  4-« Пара пингвинов »  5-«Чье парное звено быстрее соберется» |
| Апрель | «Метко в цель» овд\ 1-Полезание пр.лев боком в обруч. 2-Прыжки в высоту с разбега. 3-Метание в гори-  зонтальную цель. п\и «Попади в обруч» | «Космонавты» овд\ 1-Прыжки на одной ноге.  2- Лазание произвольно по гим лес.и на сосед пролет 3-Метание в вертикальную цель. п\и »Кто скорее до флажка» | «Весенняя рыбалка « овд\ 1-Лазание переход на сосед. пролет вис 45%. 2-Прыжки в высоту боком-серийно. 3- Метание  султан-в в даль .п\и «Удочка « | «Здоров как космонавт» И.З\ 1-«Предметы гигиены» 2-«Чистые фрук  ты» 3-«Кто скорее до флажка» 4-«Попади в цель» 5-«Удочка» 6-«Змейкой до подарка» |
| Май | « Праздничный флажок» овд\ 1-Ползание на животе по скамье 2- Прыжки в длину с места 3-Метание мешочка в даль. п\и»Брось за флажок» | «Осетинские игры» овд\ 1-Ползание на животе по гм.ск. 2-Прыжки в длину с места 3-Метание набив ного мяча. п\и»Игры Нартов» | «Кто скорее до флажка» овд\1-Лазание по гим.лес. переход на сосед. пролет вис 45% 2-Прыжки в высоту серийно.3-Катание  набивного мяча. п\и «Найди свой цвет» | «День победы» И.З\ 1 -«Брось за флажок» 2-«Кто скорее до флажка» 3-«Попади в цель» 4-«Найди свой цвет»  5-«Чье звено быстрее соберется» |

**Подготовительная группа.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Неделя  месяц | 1 неделя | 2 неделя | 3 неделя | 4 неделя |
| Сентябрь | «Игры в саду» И.З\ 1-«У Ежика на спине» 2 –«Между шишек до флаж-ка» 3 –«Из обруча в обруч» 4-«Собери картошку» | «Осеняя прогулка» овд\ 1-Ползание на 3-х видах четверенек 2-Пингвины.  3- Подбра-е мяча вверх-пол-ловля 2мя рук.  п\и »Мини Баскетбол» | «Хор- бирэ» овд\ 1-Прыжки в высоту 2-Подбр-через хлопок поймай и в горизон-ую цель. 3- На четвереньках по гим. доске .  п\и «Чепена» | «Мостик через лужицу» овд\ 1-на четвереньках «змейкой» 2- «Мини Баскетбол» . 3 -Прыжки через препятствие(15-25)  п\и »Не промочи ног» |
| Октябрь | «Заранил - назовись» овд \1- По плстун. до флажка. 2-Подпрыгивание до предмета. 3-«Подбрось-поймай».  п\и »Бэндэнэй къашт» | «Медведи и пчелы» овд \1-  Ползан.на четвер\животе по г.скамье 2 -прыжки в высоту(20) продвигаясь 3-перебрасывание от груди снизу. п\и «Медведи и пчелы» | «Море волнуется-1» овд\ 1- лазание чередующим , с пролета на прол 2- прыжки на одной ноге.\»Уэхшкэй курын» 3- подбрасывание вверх и ловля 1ой рук. п\и «Море волнуется-1» | «Игры нартов» И.З\ 1-«Къэбалай ишын»  2- «Кърикъуппэй къашт» 3-«Передай по цепочке»  4-«Перетяни канат» 5-«Бэндэнэйк ъаштг»  6-«Уэхшкэй курын» |
| Ноябрь | «Город с птичьего полет» овд\ 1-по пластунски под предмет 2- прыжки в высоту. 3- подбрось –поимай 1ой рукой.  п\и «Перелет птиц», »Кърикъуппэй къашт» | «Парный вид спорта» овд\  1-Лаз-е по г.стенке\вис ноги углом\в сторны. 2-прыжки через бум продвиг. вперед . 3-броски 2мя рук от груди.  .п\и «Найди себе пару» | «Осенняя пора» овд\ 1-на четвереньках катя мяч головой. 2- прыжки через бум на мягкое покрытие.3-метание в гориз.цель (3м). п\и»С кочки на кочку» | «Урожай собирай» И.З\ 1-«Соберем картошку» 2-«Картошка на ложке» 3-«Горячая картошка»  4- «Мяч над головой»  5-«С кочки на кочку»  6-«Прокати не задень» |
| Декабрь | «Осторожно гололед» овд\ 1-подлезание на спине по скамье 2- прыжки со скамьи на скамью. 3- метание в вертикальную цель . п\и»Два Мороза» | «Снежная буря» овд\ 1-ползание на четве./спине по скамье 2-прыжки парами с продвижением. 3- метание в горизон. цель.  п\и «Перестрелки» | «Охотники и зайцы» овд\ 1-по пластунски толкая головой мяч. 2-прыжки на 1ой ноге продвигаясь. 3- подбрось-отбей –веди между предмет. п\и»Охотники и зайцы» | «Победила дружба» И.З\ 1-«Прыгай по номерам» 2-«Тандем». 3- «Ком по шеренге». 4-«В норку за грибами». 5-«Чей снеговик выше» 6-«Снежный ком» |
| Январь. | «Школа мяча» овд\ 1-подлезание на четвереньках под дугу с предметом в руке. 2- прыжки из обруча в обруч 3-Шайбу в ворота.  п\и «Школа мяча» | «Хитрая лиса» овд\ 1- ползание сидя на санях. 2 -Запрыгивание на предмет (40см) 3 -Шайбу в ворота. п\и »Хитрая лиса» | «Закаляйся» овд\ 1-Ползание по гим. скамье на животе. 2- прыжки в длину с места(1м) 3-Метние снежка в гориз. цель(4м). п\и «Шайбу в цель» | «Зимние забавы» И.З\ 1-«Из обруча в обруч и до предмета». 2-«Гонки а санях» 3-«Лыжники» 4«Чья снежная башня выше» 5-«Перестрелки снежками»  6-«Шайбу в ворота» |
| Февраль | «Пилоты Осетии» овд\ 1-По пластунски под скамью 2-прыжкичерез скамью \в высоту до предме.3-Шайбу в ворота. п\и «Кто летает» | «Папины затейники»  овд\ 1-По пластунски «змейкой» 2-Прыжки через длинную скакалку. 3-Мяч через веревку.  п\и «Затейники« | «Зимовье» овд \1-Ползание сидя на санях. 2- Прыжки с зажатым комом в коленях  3- Метание снежка в вертикальную цель.  п\и «Хитрая лиса» | «Защитники» И,З\ 1-«Десант из обруча. в обр.» 2-«Лыжники» 3-«Скачки на снегоходах» 4-«Чье звено быстрее соберется» 5-« Метко в цель» |
| Март | «Мама всем нужна» овд\ 1-«Гонки 5-ти обручей» 2-«Пингвины»  3- Метание в горизонталь- ную цель .  п\и «Кърикъуппай къаст» | «Весна-пробуждение» овд\1-Ползание на животе по гим.ск. 2-Прыжки в длину с места(90см) 3- Метание в вертикальную цель(4х2). п\и»Полет птиц» | «Внимание- капель» овд\ 1-Подлезание под шнур боком(50см).  2-прыжки в высоту (40см). 3-Метание в даль.(5-9м).  п\и»Не промочи но» | «Дружная семья» И.З\ 1-«Пара в обруче» 2»Через  препятствие» 3-«Гонки 5-и  обручей» 4-« Пара пингви-  нов» 5-«Чье парное звено быстрее соберется»  6-«Держим мячик головой» |
| Апрель | «Метко в цель» овд\ 1-Полезание пр.лев боком в обруч. 2-Прыжки в высоту с разбега. 3-Мета-ие в горизонтальную цель.  п\и «Попади в обруч» | «Космонавты» овд\ 1-Прыжки на одной ноге через пред.2-Лазание произвольно по гим лес переход на сосед пролет. 3-Метание в верт цель.  п\и »Кто скорее до флажка» | «Полезный рыбий жир « овд\ 1-Лазание произвольно вис спиной.2-Прыжки в высоту боком сериями.3- Метание  султанчиков в даль (6-12м).  п\и «Удочка « | «Здоров как космонавт» И.З\ 1-«Предметы гигиены» 2-«Чистые фрукты». 3-«Кто скорее до флажка» 4-«Попади в цель» 5-«Удоч ка» 6 - «Змейкой за подар- ком» |
| Май | « Праздничный флажок» овд\ 1-Ползание на животе по скамье 2 -Прыжки в длину с места 3-Метание мешочка в даль(10м).  п\и»Брось за флажок» | «Совушка» овд\ 1-Ползание на животе по гм.ск. 2.Прыжки в длину с разбега 3.Метание набивного мяча. п\и»Совушка» | «Кто скорее до флажка» овд\1-Лазание по гим.лес. переход на сосед. пролет \вис прямыми ногами  3- Броски набивного мяча. п\и «Кто скорее до флажка» | «День победы» И.З\ 1-«Брось за флажок» 2- «Кто скорее до флажка» 3 -«Попа ди в цель» 4-«Найди свой цвет» 5- «Чье звено быстрее соберется» 6-«Колонной до флажка» |