ПРИЛОЖЕНИЕ № 6

к основной общеобразовательной программе - образовательной программе дошкольного образования муниципального казенного

дошкольного образовательного учреждения

Речкаловского детского сада

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**ПО РЕАЛИЗАЦИИ ОСНОВНОЙ**

**ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ – ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

**ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**Муниципального дошкольного образовательного учреждения**

**«Речкаловский детский сад»**

По физическому развитию детей от 2 до 7 лет

на 2019-2020 уч.год.

Составитель: Садриева Татьяна Сергеевна

инструктор по физической культуре

**ОГЛАВЛЕНИЕ**

ВВЕДЕНИЕ .......................................................................................................................................................1

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ…………………………………………………………………………...2

СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ……………………………………………………………………………4

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ……………………………………………………………………...6

ЦИКЛОГРАММА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА………………………………………………………..13

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ……………………………………………………………………….14

1. **Введение**

Рабочая программа по реализации основной общеобразовательной программы - образовательной программы дошкольного образования МДОУ «Речкаловский детский сад» в разновозрастной группе старшего дошкольного возраста (далее Программа), разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, с учетом «Примерной основной образовательной программы дошкольного образования», одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию от 20 мая 2015г. № 2/15I:

• в I части с использованием комплексной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой (издание 4-е, переработанное, - Мозаика-Синтез Москва, 2016г).

• во II части, формируемой участниками образовательных отношений, с использованием образовательной программы «Мы живём на Урале» авт. О.В.Толстикова, О.В. Савельева (Екатеринбург: ГАОУ ДПО СО «ИРО». – 2013г. –102с).

*Целью* Программы является проектирование социальных ситуаций развития ребенка младшего дошкольного возраста с 4 лет до 7 лет, обеспечивающих позитивную социализацию, мотивацию и поддержку индивидуальности детей через общение, игру, познавательно-исследовательскую деятельность и другие формы активности.

В Программе определены следующие разделы: планируемые результаты, содержание образования, тематическое планирование, циклограмма деятельности педагога и используемая методическая литература.

Содержание Программы реализуется на русском языке, и в течение всего времени пребывания ребенка в ДОУ.

1. **Планируемые результаты**

**I часть, основная.**

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

***Целевые ориентиры на этапе завершения освоения Программы***

К семи годам:

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

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

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

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

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

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

– ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать, строить смысловую картину окружающей реальности. 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, истории и т.п. Способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

Степень реального развития этих характеристик и способности ребенка их проявлять к моменту перехода на следующий уровень образования могут существенно варьировать у разных детей в силу различий в условиях жизни и индивидуальных особенностей развития конкретного ребенка.

Программа строится на основе общих закономерностей развития личности детей дошкольного возраста,с учетом сенситивных периодов в развитии.

**II часть, формируемая участниками образовательных отношений.**

***Целевые ориентиры освоения части формируемой участниками образовательных отношений***

- *ребенок ориентирован на сотрудничество*, дружелюбен, приязненно расположен к людям, способен участвовать в общих делах, совместных действиях, деятельности с другими детьми и взрослыми; способен понимать состояния и поступки других людей, выбирать адекватные способы поведения в социальной ситуации и уметь преобразовывать ее с целью оптимизации общения с окружающими;

- *ребенок обладает установкой на толерантность*, способностью мириться, уживаться с тем, что является отличным, непохожим, непривычным (например, с чужим мнением, с человеком, имеющим недостатки физического развития, с людьми других национальностей и др.); с удовольствием рассказывает о своих друзьях других этносов, высказывает желание расширять круг межэтнического общения;

- *ребенок знает некоторые способы налаживания межэтнического общения* с детьми других этносов и использует их при решении проблемно-игровых и реальных ситуаций взаимодействия;

- *ребенок обладает чувством разумной осторожности*, выполняет выработанные обществом правила поведения (на дороге, в природе, в социальной действительности);

- *ребенок проявляет уважение* к родителям (близким людям), проявляет воспитанность и уважение по отношению к старшим и не обижает маленьких и слабых, посильно помогает им;

- *ребенок проявляет познавательную активность*, способность и готовность расширять собственный опыт за счет удовлетворения потребности в новых знаниях, переживать радость открытия нового; умение использо­вать разнообразные источники получения информации для удовлетворения интересов, получения знаний и содержа­тельного общения;

- *ребенок проявляет интерес* к малой родине, родному краю, их истории, необычным памятникам, зданиям; к событиям настоящего и прошлого родного края; к национальному разнообразию людей своего края, стремление к знакомству с их культурой; активно включается в проектную деятельность, самостоятельное исследование, детское коллекционирование, создание мини-музеев, связанных с прошлым и настоящим родного края;

- *ребенок обладает креативностью*, способностью к созданию нового в рамках адекватной возрасту деятельности, к самостоятельному поиску разных способов решения одной и той же задачи; способностью выйти за пределы исходной, реальной ситуации и в процессе ее преобразования создать новый, оригинальный продукт;

- *ребенок проявляет самостоятельность*, способность без помощи взрослого решать адекватные возрасту задачи, находить способы и средства реализации собственного замысла на ма­териале народной культуры; самостоятельно может рассказать о малой родине, родном крае (их досто­примечательностях, природных особенностях, выдающихся людях), использует народный фольклор, песни, на­родные игры в самостоятельной и совместной деятельности, общении с другими детьми и взрослыми;

- *ребенок способен чувствовать прекрасное*, воспринимать красоту окружающего мира (людей, природы), искусства, литературного народного, музыкального творчества;

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

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

*- ребенок обладает начальными знаниями о себе,* об истории своей семьи, ее родословной; об истории образования родного города (села);о том, как люди заботятся о красоте и чистоте своего города; о богатствах недр Урала (полезных ископаемых, камнях самоцветах);о природно-климатических зонах Урала (на севере - тундра, тайга, на Юге Урала – степи), о животном и растительном мире; о том, что на Урале живут люди разных национальностей; о том, что уральцы внесли большой вклад в победу нашей страны над фашистами во время Великой Отечественной войны; о промыслах и ремеслах Урала (камнерезное и ювелирное искусство; каслинское литье, ограды и решетки города Екатеринбурга; уральская роспись на бересте, металле, керамической посуде);

*- ребенок знает* название и герб своего города (поселка, села), реки (водоема), главной площади, местах отдыха; фамилии уральских писателей и названия их произведений (П.П. Бажов, Д.Н. Мамин-Сибиряк); другие близлежащие населенные пункты и крупные города Урала; Урал – часть России, Екатеринбург - главный город Свердловской области.

**Содержание образования «Физическое развитие»**

В области физического развития ребенка основными задачами образовательной деятельности являются создание условий для:

– становления у детей ценностей здорового образа жизни;

– развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;

– приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;

–формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами.

*В сфере становления у детей ценностей здорового образа жизни*

Взрослые способствуют развитию у детей ответственного отношения к своему здоровью. Они рассказывают детям о том, что может быть полезно и что вредно для их организма, помогают детям осознать пользу здорового образа жизни, соблюдения его элементарных норм и правил, в том числе правил здорового питания, закаливания и пр. Взрослые способствуют формированию полезных навыков и привычек, нацеленных на поддержание собственного здоровья, в том числе формированию гигиенических навыков. Создают возможности для активного участия детей в оздоровительных мероприятиях.

*В сфере совершенствования двигательной активности детей*, развития представлений о своем теле и своих физических возможностях, формировании начальных представлений о спорте Взрослые уделяют специальное внимание развитию у ребенка представлений о своем теле, произвольности действий и движений ребенка.

Для удовлетворения естественной потребности детей в движении взрослые организуют пространственную среду с соответствующим оборудованием как внутри помещения так и на внешней территории (горки, качели и т. п.), подвижные игры (как свободные, так и по правилам), занятия, которые способствуют получению детьми положительных эмоций от двигательной активности, развитию ловкости, координации движений, силы, гибкости, правильного формирования опорно-двигательной системы детского организма.

Взрослые поддерживают интерес детей к подвижным играм, занятиям на спортивных снарядах, упражнениям в беге, прыжках, лазании, метании и др.; побуждают детей выполнять физические упражнения, способствующие развитию равновесия, координации движений, ловкости, гибкости, быстроты, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также правильного не наносящего ущерба организму выполнения основных движений.

Взрослые проводят физкультурные занятия, организуют спортивные игры в помещении и на воздухе, спортивные праздники; развивают у детей интерес к различным видам спорта, предоставляют детям возможность кататься на коньках, лыжах, ездить на велосипеде, плавать, заниматься другими видами двигательной активности.

**Для детей от 5 до 6 лет *см. стр.* *154,157,161-162, основные движения стр. 301, подвижные игры стр. 162 комплексной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой -4-е издание –М: Мозаика –Синтез, 2016г.***

**Для детей от 6 до 7 лет см.  *стр.* *154,158,162-163, основные движения стр. 305, подвижные игры стр. 163 комплексной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой -4-е издание –М: Мозаика –Синтез, 2016г.***

**II часть формируемая участниками образовательных отношений.**

***Содержание образования соответствует содержательному разделу образовательной программы с учетом специфики национальных, социокультурных и иных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность с детьми дошкольного возраста «Мы живём на Урале» авт. О.В.Толстикова, О.В. Савельева (Екатеринбург: ГАОУ ДПО СО «ИРО». – 2013г.) см. стр. 22 по 65.***

**III часть Тематическое планирование.**

***Первая младшая группа (2 – 3 года)***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Тема** | **Содержание работы** | **Итоговые мероприятия** |
| **Детский сад**  **(1-2 неделя сентября)** | Знакомство с детьми и окружением.  Способствовать формированию положительных эмоций. Ходьба в прямом направлении к цели. «Идите ко мне!». Прячемся под зонтик. Садимся на стульчики. Полетели как птички по залу. | Физкультурный досуг  «Игры на лесной полянке» |
| **Осень (3 неделя сентября)** | Основные части тела, их значение. Где же наши ручки, ножки, глазки, носик. Ходьба стайкой за воспитателем. Прыжки на месте. | День подвижных игр |
| **Я в мире человек**  **(4 неделя сентября)** | Сокойная ходьба по залу с остановками. Пружинки – маленькие приседания. Все вместе, дружно. Хлопаем в ладоши, топаем ногами, вертим головой. Игры с воздушным шаром. | Неделя физического развития |
| **Мой дом**  **(1-2 неделя ноября)** | Зарядка с игрушкой: собачка, зайчик, птичка. Передаем игрушку по кругу друг другу, знакомимся, называем свое имя. ОРУ – Наши ручки. Ходьба и бег стайкой. | Физкультурный досуг «Веселые котята» |
| **Транспорт, профессии**  **(3-4 неделя ноября, 1 неделя декабря)** | Ориентация в пространстве. Идем за воспитателем стайкой. Бежим к мишке, бежим к кукле. Мы большие – высоко поднять руки, мы маленькие – присесть. Игра «Мы по садику пойдем».  Строимся паровозиком друг за другом. | Тематическое занятие «Веселый паровозик» |
| **Новогодний праздник**  **(3-4 неделя декабря)** | Спокойная ходьба, меняя положение рук: на поясе, в стороны, за спиной. Игровые упражнеия с прибаутками: Мишка косолапый, Зайка - попрыгайка, Гуси-гуси. Игра «Карусель» с обручем. | Неделя зимних игр и забав |
| **Зима, сезонные изменения**  **(2-4 неделя января, 1 неделя февраля)** | Шагаем по дорожке, по мостику. Бег стайкой за воспитателем в заданном напрвлении. ОРУ с платком. Метание мягких кубиков вдаль. Играем в прятки. | «По зимним дорожкам» |
| **Мамин день**  **(2-4 неделя февраля, 1 неделя марта)** | Спокойная ходьба, переходящая на марш. Бег по кругу. Прыжки на месте. Игры и упражнения с мамой. Игра с платком, прятки. | Физкультура с мамой |
| **Игрушки**  **(2-3 неделя марта)** | Ходьба спокойная, топающий шаг. Легкий бег стайкой. Прыжки вместе с зайчиком. ОРУ с лентами. Хороводные игры. «Карусели», «Кот и воробушки». | День народных игр |
| **Весна**  **(4 неделя марта, 1-4 неделя апреля)** | Ходьба друг за другом. Строимся друг за другом паравозиком. Топающий шаг, легкий бег. ОРУ с приседаниями. Подлезание под арку на четвереньках. | «Маша и медведь» - развлечение к 1 апреля. |
| **Скоро лето**  **(1-4 неделя мая)** | Игры с мячами, мягкими игрушками, лентами. | Физкультурное развлечение **«**Витаминки» |

***Разновозрастная группа младший дошкольный возраст.***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Тема** | **Содержание работы** | | **Итоговые мероприятия** |
| **группа**  **(от 3 до 4 лет)** | **группа**  **(от 5 до 6 лет)** |
| **День знаний(3-4 неделя августа)** | Знакомство с залом для занятий физкультурой. Показать оборудование, пособия. Ходьба обычная в заданном направлении. Бег обычный всей группой. Построение в колонну по одному. Подъем на носки, приседание. Игра «Мыши и кот». | Ходьба обычная в заданном направлении. Бег обычный всей группой. Построение в колонну по одному.  Соблюдаем интервалы при ходьбе и беге. |  |
| **Осень (1-4 неделя сентября)** | Учимся действовать совместно. Упражнять в ходьбе и беге всей группой. Ходьба по кругу взявшись за руки. Упражнения для рук – подъемы вверх, в стороны (одновременно, по очереди). Сидя на полу, подтягивать ноги к себе. Игра «Сторож и зайцы». | Упражнять в ходьбе и беге всей группой. Ходьба по кругу взявшись за руки. Упражнения для рук – подъемы вверх, в стороны (одновременно, по очереди). Сидя на полу, подтягивать ноги к себе. Игра «Мы веселые ребята» | Кросс наций, день бега. |
| **Я вырасту здоровым (1-2 неделя октября)** | Развивать ориентировку в пространстве. Ходьба парами, держась за руки. Бег по кругу. Построение в колонну по одному, повороты направо, налево, с переступаниями. Прыжки на двух ногах. Игра «Воробышки и кот». | Построение в колонну по одному, повороты направо, налево, с переступаниями. Прыжки на двух ногах на месте и в продвижении. Игра «Тише, мыши, не шумите» | День подвижных игр |
| **День народного единства (3-я неделя октября — 2-я неделя ноября)** | Ходьба в разных направлениях. Ходьба с перешагиванием через предметы. Бег в разных направлениях. Метение на дальность правой, левой рукой – 2-3 метра. Подлезание под препятствием не касаясь руками пола. Игра «Сбей кеглю». | Ходьба с перешагиванием через предметы. Бег в разных направлениях. Метение на дальность правой, левой рукой – 2-3 метра. Подлезание под препятствием не касаясь руками пола. Игра «Меткий стрелок» | Физкультурный досуг «Джунгли зовут!» |
| **Новый год (3-я неделя ноября — 4-я неделя декабря)** | Учимся ходить по уменьшенной площади опоры. Бег с изменением темпа. Построение в ровный круг. ОРУ с мячом. Катание мяча друг другу. Ползание на четвереньках. Лежа на спине поднимать и опускать ноги. Прыжки на месте. | Бег с изменением темпа. Построение в ровный круг. ОРУ с мячом. Катание мяча друг другу. Ползание на четвереньках. Лежа на спине поднимать и опускать ноги.  Игра «Найди свое место». | Неделя физического развития |
| **Зима (1-я–4-я недели января)** | Развивать умение действовать по сигналу. Бег змейкой и врассыпную. ОРУ с косичками. Прыжки в продвижении. | Ходьба змейкой, между предметами. Развивать умение действовать по сигналу. Бег змейкой и врассыпную. ОРУ с косичками. Прыжки в продвижении. Игра «найди свой цвет» | Неделя зимних игр и забав  «В гости к снеговику» |
| **День защитника Отечества (1-я–3-я недели февраля)** | Ходьба на пятках. Ходьба по ребристой доске. Приседать, вынося руки вперед. ОРУ с гантелями. Учимся группироваться при лазании под шнур и арку. Игра «Мыши в кладовой». | Ходьба на пятках и носках. Бег с выполнением заданий. Приседать, вынося руки вперед. ОРУ с гантелями. Учимся группироваться при лазании под шнур и арку. Ползание по шведской стенке. | «Морское путешествие» |
| **Международный женский день (4-я неделя февраля — 1-я неделя марта)** | Прыжки на месте. Учимся приземляться на полусогнутые ноги.  Игра «Совушка». Партерная гимнастика. | Ходьба на носках. Бег на носках. Прыжки на месте. Учимся приземляться на полусогнутые ноги. Прыжки через шнур. ОРУ сидя на полу. Лежа на спине упражнение «велосипед». Игра «Совушка». | Неделя здоровья в ДОУ |
| **Народная культура и традиции (2-я–4-я недели марта)** | Развивать ловкость в игровом задании с мячом. Упражнять в ползании. Игра «Наш веселый, звонкий мяч». Игра «Гори, гори ясно» | Ходьба с высоким подниманием колена. Бег в медленном темпе в течении 60 сек. Развивать ловкость в игровом задании с мячом. Упражнять в ползании. Лежа на животе сгибать и разгибать ноги. Игра «Наш веселый, звонкий мяч». | Неделя народных игр |
| **Весна (1-я–2-я недели апреля)** | Ходьба врассыпную. Бег в быстром темпе на расстояние 10м. ОРУ с хлопками – перед собой, за спиной, над головой Пролезание в обруч. Игра «Лохматый пес».. | Ходьба врассыпную. Бег в быстром темпе на расстояние 10м. ОРУ с хлопками – перед собой, за спиной, над головой. Координация движений при ползании и упражнениях в равновесии. Прыжок в обруч и из обруча. Пролезание в обруч. Игра «Лохматый пес». | «Цирк приехал» - игровая программа к 1 апреля. |
| **День Победы (3-я неделя апреля — 1-я неделя мая)** | Упражнять в ходьбе колонной по одному.  Упражнения с мячом.  Смыкание и размыкание. Игра «Паравозик».  Прокатывание мяча друг другу. | Упражнять в ходьбе колонной по одному. Бег с изменением темпа. Прыжки с высоты 15-20 см. Упражнения с мячом. Прокатывание и перебрасывание мяча друг другу. Перестроение в колонну по двое. Смыкание и размыкание. Игра «Паравозик». | Физкультурный досуг «Здоровье дарит Айболит» |
| **Здравствуй лето! До свидания детский сад!**  **(2-я–4-я недели мая)** | Подвижные игры. | Подвижные игры. ОРУ под музыку. | Здравствуй лето - «Кот Леопольд и его Друзья» |

***Разновозрастная группа старший дошкольный возраст***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Тема** | **Содержание работы** | | **Итоговые мероприятия** |
| **Старшая группа**  **(от 5 до 6 лет)** | **Подготовительная к школе группа**  **(от 6 до 7 лет)** |
| **День знаний(3-4 неделя августа)** | Адаптация в новой группе, знакомство с ребятами и педагогами.  Подвижные игры с мячом. Наблюдения за живой природой. | Прогулки и походы за территорию Детского сада. Наблюдения за живой природой. Рассказы и беседы о птицах и животных. Подвижные игры с мячом, скакалкой, бубном, платком, обручем. | Турпоход «Здравствуй лес, полный сказок и чудес» |
| **Осень (1-4 неделя сентября)** | Форма и обувь для занятий физкультурой. Ходьба обычная в колонне по одному, соблюдая интервалы. Бег обычный в среднем темпе, в чередовании с ходьбой. ОРУ с мячом.  Построение в колонну, шеренгу. | Форма и обувь для занятий физкультурой. Ходьба обычная в колонне по одному, соблюдая интервалы. Бег обычный в среднем темпе, в чередовании с ходьбой. ОРУ с мячом. Прыжки на двух ногах на месте. Бросание мяча вверх, перебрасывание друг другу. Построение в колонну, шеренгу, расчет на - 1,2. размыкание в колонне на вытянутые руки вперед. | Развлечение «День знаний»  Кросс наций |
| **Я вырасту здоровым (1-2 неделя октября)** | Виды спорта. Прививать потребность к занятиям физкультурой.  Упражнения на равновесие. | Виды спорта. Прививать потребность к занятиям физкультурой. Ходьба на носках, на пятках, на наружной стороне стопы. Бег с высоким подниманием бедра. Упражнения на равновесие и правильную осанку. | День подвижных игр |
| **День народного единства (3-я неделя октября — 2-я неделя ноября)** | Правила гигиены.  Прыжки на двух ногах. Ходьба и бег в колонне, соблюдая интервалы. Смыкание, размыкание, колонны и круга.  Пролезание под аркой и в тоннель. Перешагивание через мягкие модули. | Движенье – это жизнь. Правила гигиены. Ходьба с высоким подниманием колена, боковой шаг вправо, влево. Бег змейкой. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.  Пролезание под арками разной высоты.  Перешагивание барьера разной высоты. | Неделя физического развития |
| **Новый год (3-я неделя ноября — 4-я неделя декабря)** | Зимние виды спорта.  Бег врассыпную. Метание в цель. ОРУ с косичкой. Игры на улице. | Известные спортсмены России. Олимпийские зимние виды спорта. Ходьба с перекатом с пятки на носок. Ходьба в колонне по двое. Бег врассыпную. ОРУ с косичкой. | Путешествие в город «Физкультурный» |
| **Зима (3-я–4-я недели января)** | Бег в чередовании с ходьбой. Прыжки с высоты. Метание предметов вдаль. Игра «Волшебные рукавицы» | Зимние забавы – лыжи, санки, снежки, ледяные горки. Ходьба в полуприседе. По наклонной доске. Бег в чередовании с ходьбой. Прыжки с высоты. Метание предметов (снежков) вдаль. | Неделя зимних игр и забав «Тот кто веселится, мороза не боится» |
| **День защитника Отечества (1-я–3-я недели февраля)** | Закаливание – солнце, воздух и вода. Ходьба широким, мелким шагом.  Лазанье под шнур разными способами. | Закаливание – солнце, воздух и вода. Ходьба широким, мелким шагом, по гимнастической скамейке. Бег мелким и широким шагом. Лазанье под шнур разными способами. ОРУ на равновесие. | Спортивный праздник «Бравые моряки» |
| **Международный женский день (4-я неделя февраля — 1-я неделя марта)** | Прыжки на одной ноге.  Бег в лабиринте. Игра «Ниточка, иголочка и узелок»  Зимние игры на прогулке. | Олимпийские виды спорта. Ходьба гимнастическим шагом, с мешочком на голове. Бег с препятствиями. Бег в снежном лабиринте. Прыжки на одной ноге. Отбивание мяча от пола. Ритмическая гимнастика «На катке» |  |
| **Народная культура и традиции (2-я–4-я недели марта)** | Бег в чередовании с ходьбой. Прыжки с высоты. Метание предметов вдаль. Игра «Волшебные рукавицы» | Ходьба в полуприседе. По наклонной доске. Бег в чередовании с ходьбой. Прыжки с высоты. Метание предметов вдаль. Народные игры. | Неделя народных игр |
| **Весна (1-я–2-я недели апреля)** | Ходьба и бег разными способами. Построение в колонну по 2,3. Веселые эстафеты. | Ходьба и бег со сменой ведущего. Построение в колонну по 2,3, 4. Самостоятельное проведение игр и показ упражнений. Эстафеты. | «Первоапрельский ералаш»  «Весенние старты» совместно с 1 классом СОШ. |
| **День Победы (3-я неделя апреля — 1-я неделя мая)** | Ходьба змейкой, по кругу.  Прыжки в длину. Построения в клону, шеренгу, врассыпную. | Будущие защитники страны любят спорт и физкультуру. Ходьба змейкой, по кругу. Бег в сочетании с ОРУ. Прыжки в длину. Построения и перестроения в колонну по 2, 3, 4. | Тематический урок ОБЖ. «Быть здоровыми хотим, помогает нам режим» |
| **Здравствуй лето! До свидания детский сад!**  **(2-я–4-я недели мая)** | Подвижные игры на улице.  Бег на скорость 20 метров. Подвижные игры с бегом. | Подвижные игры на улице. Ходьба, меняя направление. Бег на скорость 20 метров, челночный бег 3 раза по 10 метров. Ритмическая гимнастика. | «Неразлучные друзья - взрослые и дети»  Здравствуй лето - «Кот Леопольд и его Друзья» |

**Циклограмма деятельности педагога**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дни недели\**  **виды деятельности** | | **Образовательные предложение для целой группы (занятия)** | | | | | **Утренняя гимнастика** | | | | | **Индивидуальная работа** | **Организация двигательной активности на прогулке** | **Праздники/развлечение** | **Консультация педагогов** | **Консультации для родителей** |
| **I младшая группа** | **2 младшая группа** | **Средняя группа** | **Старшая группа** | **Подготовительная к школе группа** | **I младшая группа** | **2 младшая группа** | **Средняя группа** | **Старшая группа** | **Подготовительная к школе группа** |
| **понедельник** | **I половина дня** |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  | **+** |
| **II половина дня** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **вторник** | **I половина дня** | **+** | **+** | **+** |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  | **+** |  |
| **II половина дня** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **среда** | **I половина дня** |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |
| **II половина дня** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **четверг** | **I половина дня** | **+** | **+** | **+** |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  | **+** |  |
| **II половина дня** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **пятница** | **I половина дня** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **II половина дня** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** |  | **+** |

**\* - занятия планируются согласно нормативов предельной нагрузки на ребенка, смотри Режим занятий.**

**Методическое обеспечение**

1. С.Ю. Федорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 6-7 лет» Москва 2017

2. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду старшая группа 5-6 лет» Москва 2014

3. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду вторая младшая группа 3-4 года» Москва 2014

4. Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду старшая группа»

Москва 2010

5. Н.Ч. Железняк, Е.Ф Желобкович «100 комплексов ОРУ для старших дошкольников с использованием стандартного и нестандартного оборудования» Москва 2009

6. Е.Ф. Желобкович «150 эстафет для детей дошкольного возраста» Москва 2010

7. М.Ю. Картушина «Сюжетные физкультурные занятия для детей средней группы ДОУ» Москва 2011

8. Е.И. Подольская «Необычные физкультурные занятия для дошкольников» Волгоград 2011

9. Н.С Голицына «Нетрадиционные занятия физкультурой в ДОУ» Москва 2005

10. Авторский коллектив: Л.Ю. Кострыкина, О.Г. Рыкова, Т.Г Корнилова «Система работы по развитию основных движений детей раннего возраста» Москва 2006

11. Е.А. Бабенкова, Т.М. Параничева «Подвижные игры на прогулке» Москва 2015

12. О.Н. Моргунова «Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ» Воронеж 2005

13. МААМ.RU Международный образовательный портал – электронный

14. Социальная сеть работников образования nsportal.ru – электронный

15. Е.Ф. Желобкович «Физкультурные занятия в детском саду» (средняя группа),2010г.

16. А.И. Пензулаева, Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет, 1988

17. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ - электронный

18. В.Г. Фролов, Физкультурные занятия на прогулке, 1983г.

19. Комплексные занятия по программе «От рождения до школы» для средней группы, старшей группы, подготовительной группы. - электронный

20. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста Москва – 2005

21. Физическая культура в детском саду Т.И Осокина Москва « Просвещение» 1986

22. «Азбука физкультминуток для дошкольников» В.И.Коваленко Москва-2011