

**Содержание**

[**1.** **Целевой раздел** 3](#_Toc83383452)

[**1.1** **Пояснительная записка** 3](#_Toc83383453)

[**1.2** **Цель и задачи реализации РП** 6](#_Toc83383454)

[**1.3** **Принципы и подходы в организации образовательного процесса** 7](#_Toc83383455)

[**1.4** **Значимые для разработки и реализации РП характеристики детей** 8](#_Toc83383456)

[**1.5** **Планируемые результаты освоения РП** 12](#_Toc83383457)

[**1.6** **Мониторинг индивидуального развития воспитанников** 14](#_Toc83383458)

[**2** **Содержательный раздел** 23](#_Toc83383460)

[**2.1 Образовательная деятельность в соответствии с направлениями физического развития ребенка** 23](#_Toc83383461)

[**Планирование с определением основных видов деятельности воспитанников.** 26](#_Toc83383462)

[**2.2** **Вариативные формы и способы, методы и средства реализации РП с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.** 27](#_Toc83383463)

[**2.3** **Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.** 31](#_Toc83383464)

[**2.4** **Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре со специалистами детского сада** 32](#_Toc83383465)

[**2.5** **Особенности организации образовательного процесса части, формируемой участниками образовательных отношений** 33](#_Toc83383466)

[**4.** **Организационный раздел РП** 34](#_Toc83383467)

[**3.1 Материально - техническое обеспечение** 34](#_Toc83383468)

[**3.2 Обеспеченность методическими материалами** 34](#_Toc83383469)

[**3.3 Режим дня, учебный план, расписание занятий** 37](#_Toc83383470)

[**3.4 Особенности традиционных событий праздников, мероприятий** 37](#_Toc83383471)

[**3.5 Особенности организации РППС** 37](#_Toc83383472)

[**Список используемой методической литературы:** 41](#_Toc83383473)

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

 Рабочая программа инструктора по физической культуре по реализации образовательной области «Физическое развитие» направление «физическая культура» детского сада № 13 «Карлсон» - филиала АН ДОО «Алмазик» (далее РП) является внутренним нормативным документом детского сада.

РП обеспечивает единство оздоровительных, воспитательных и обучающих целей и задач образования и воспитания детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются социально-нормативные способности и качества для успешного обучения в школе.

РП предполагает построение образовательного процесса по обучению и воспитанию на адекватных возрасту формах работы с детьми и строится с учетом принципа интеграции, что позволяет гармонизировать образовательный процесс и гибко его планировать (сужать и расширять), в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников.

РП инструктора по физической культуре *(далее РП*) детского сада № 13 «Карлсон» - филиалом АН ДОО «Алмазик» *(далее детский сад)* разработана в соответствии:

* Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
* Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (Приказ № 1155 от 17 октября 2013 года);
* Письмом Министерства образования и науки России от 28 февраля 2014 г. № 08-249 "Комментарии к ФГОС дошкольного образования"
* Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам дошкольного образования (Приказ Минобрнауки России от 31.07. 2020 г. № 373);
* В соответствии с действующими санитарными требованиями, правилами и нормативами;
* ООП детского сада № 13 «Карлсон»
* Положение о рабочих программах специалистов детского сада № 13 «Карлсон» - филиала АН ДОО «Алмазик»

РП направлена на:

* реализацию принципа доступности, учитывая возрастные особенности воспитанников;
* соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», реализуя принцип систематичности и последовательности;
* усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования дошкольниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Обязательная часть РП разработана на основе учебно-методического комплекта «Физическая культура в детском саду» Пензулаевой Л.И. к программе «От рождения до школы».

 Часть, формируемая участниками образовательных отношений, реализуется через ознакомление с традиционными якутскими праздниками и народными подвижными играми с детьми старшей и подготовительной к школе групп.

Учебный год длится с 1 сентября по 31 мая. Занятия проводятся согласно учебного плана и в соответствии с расписанием занятий, утвержденным заведующим детским садом. С 1 сентября по 31 мая количество часов, отведенных на физкультурные занятия, составляет 72 часа для каждой возрастной группы + игровое/на воздухе (36 ч.). Игровые занятия и занятия на свежем воздухе проводятся согласно расписанию занятий воспитателями возрастных групп.

С 1 июня по 31 августа - летний оздоровительный период. Количество занятий с 1 июня по 31 августа составляет 36 ч. Во время ЛОП занятия, праздники и развлечения проводятся воспитателями согласно плана инструктора по физической культуре по закреплению пройденного материала в игровой форме.

Инструктор по ФК реализует РП в течении учебного года с воспитанниками детского сада с 3 до 8 лет, с воспитанниками от 1-3 лет занятия проводят воспитатели возрастных групп в групповых помещениях.

**Учебный план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Возрастная группа** | **Продолжительность** занятия по физической культуре | **вводная часть** | **Основная часть** (обще развивающие упражнения, основные виды движений, подвижная игра) | **Заключительная часть**(игра малой подвижности) | **Количество занятий** |
| В неделю | В учебный год |
| Младшая (3-4 года) | 15 минут | 2 минуты | 11 минут | 2 минуты | 2 учебныхинструктор по ФК | 1игровоевоспитатель  | 144 ч.72 ч. инструктор / 36 ч. воспитатель |
| Средняя (4-5 лет) | 20 минут | 3 минуты | 15 минут | 2 минуты | 2 | 1игровоевоспитатель | 144 ч.72 ч. инструктор / 36 воспитатель |
| Старшая (5-6 лет) | 25 минут | 4 минуты | 18 минут | 3 минуты | 2 | 1игровоевоспитатель | 144 ч.72 ч. инструктор / 36 ч. воспитатель |
| Подготовительная к школе группа (6-8 лет) | 30 минут | 5 минуты | 21 минута | 4 минуты | 2 | 1игровоевоспитатель | 144 ч.72 ч. инструктор / 36 ч. воспитатель |
|  | **3 – е занятие: игровое – вводная часть** (игровые задания);**основная** – игровые упражнения, подвижная игра;**заключительная** – игра малой подвижности.Продолжительность занятий и частей структуры идентична занятиям, проводимым в физкультурном зале. |

* 1. **Цель и задачи реализации РП**

|  |
| --- |
| **Цели** |
| **Обязательная часть** | **Часть, формируемая участниками ОО** |
| Приобщение к физической культуре детей дошкольного возраста, формирование культуры здоровья, первичных представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека в соответствии с целостным подходом к здоровью человека как единству его физического, психологического и социального благополучия.  | Приобщение дошкольников к культурному наследию якутского народа через спортивные, подвижные игры и досугов, и развлечений |
| **Реализация данной цели связана с решением следующих задач:**  |
| 1. Создать условия для охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, их эмоционального благополучия
2. Развить физические качества - скоростные, силовые, гибкость, выносливость, координацию
3. Накапливать и обогащать двигательный опыт детей – овладеть основными двигательными движениями (бег, ходьба, прыжки, метание, лазанье)
4. Формировать потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании
5. Развивать инициативу, самостоятельность и творчество в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценки при выполнении движений.

**Физическое и оздоровительное направление воспитания** * обеспечить построение образовательного процесса физического воспитания детей (совместной и самостоятельной деятельности) на основе здоровье формирующих и здоровье сберегающих технологий, и условий для гармоничного физического и эстетического развития ребенка;
* закаливание, повышение сопротивляемости к воздействию условий внешней среды;
* укреплять опорно-двигательный аппарат; развивать двигательные способности, обучать двигательным навыкам и умениям;
 | 1. Обучить технике игр, которые развивают силу, быстроту, ловкость, выносливость.
2. Приобщить к физической культуре народа Саха через нетрадиционные народные игры.
3. Ознакомить дошкольников с историей игр.
4. Формировать интерес у детей к физическим упражнениям.
5. Воспитывать выдержку, организованность, самостоятельность, творчество, фантазию.
6. Обеспечить эмоционально-психологическое благополучие, охрану и укрепление здоровья.

**Физическое и оздоровительное направление воспитания*** знакомить с подвижными и спортивными играми, в том числе с традиционными народными играми, дворовыми играми на территории детского сада;
* воспитывать интерес к подвижным играм народов Республики Саха
 |

* 1. **Принципы и подходы в организации образовательного процесса**

 **РП сформирована в соответствии с принципами и подходами, определенными ФГОС ДО как для обязательной части, так и для части, формируемой участниками образовательных отношений**

* ***Принцип оздоровительной направленности****,*согласно которому инструктор по физической культуре несет ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.
* ***Принцип разностороннего и гармоничного развития личности****,*который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально – нравственного и художественно – эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.
* ***Принцип гуманизации и демократизации,***который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно – оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств и методов физического развития и видов спорта, *принципа комфортности*в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.
* ***Принцип индивидуализации***позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию учитывая индивидуальные способности каждого ребенка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя ***принцип возрастной адекватности физических упражнений.***
* ***Принципы постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередовании я нагрузок и отдыха****,*лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.
* ***Принцип единства с семьей****,*предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно – гигиенических навыков, развития двигательных навыков. Поэтому очень важным становится оказание необходимой помощи родителям воспитанников, привлечение их к участию в совместных физкультурных мероприятиях – физкультурных досугах и праздниках, походах.
* ***Принцип доступности***, учитывая возрастные особенности воспитанников.
* ***Принцип соблюдения дидактических правил*** «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», реализуя принцип систематичности и последовательности.

* 1. **Значимые для разработки и реализации РП характеристики детей**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Младший возраст****с 3 до 4 лет** | **Средний возраст****с 4 до 5 лет** | **Старший возраст****с 5 до 6 лет** | **Подготовительная** **к школе группа****с 6 до 8лет** |

|  |
| --- |
| **Обязательная часть РП** |
| ***Ф******И******З******И******Ч******Е******С******К******О******Е*** | **1.** **Развитие согласованных** совместных действий в подвижных играх, при выполненииупражнений и двигательных заданий.**2**. Ребенок **испытывает острую потребность** в движении, отличается высокой возбудимостью. В случае ограничения активной двигательной деятельности быстро перевозбуждается, становится непослушным, капризным. **3.** Дети очень **любят ходить и бегать** за воспитателем, но их бег их еще неравномерен, движения рук не энергичны. **4.** **Ориентируются на образец.**Большинство детей не в полной мере согласуют движений рук и ногв процессе ходьбы и бега, часто опускают голову и плечи, себе под ноги, походка остается еще тяжелой. В то же время ходьбастановится более уверенной:уменьшаются раскачивания и повороты плеч всторону шага, свободнее становятся движения рук. | **1.** **Беговой шаг** остается еще недостаточно равномерным, скоростьневысока, отталкивание не сильное, полет короткий. **Дальность прыжка** ещеограничена слабостью мышц, связок, суставов ног, недостаточным умениемконцентрировать свои усилия.**2.** У детей **возникает большая потребность** в двигательных импровизациях подмузыку. Растущее двигательное воображение детей является одним изважных стимулов увеличения двигательной активности за счет хорошоосвоенных способов действий с использованием разных пособий (подмузыкальное сопровождение).**3. Двигательная сфера ребенка характеризуется** позитивными изменениями мелкой и крупной моторики.**4. Способен** участвовать в совместных играх и физических упражнениях, выполняет правила в подвижных играх, реагирует на сигналы команды. | 1.**Определяет состояние своего здоровья**(здоров или болен), а также состояние здоровья окружающих, называет и показывает, что именно болит (какая часть тела, орган). **2**. Ребенок **способен к освоению** сложных движений.**3.** Дети **берутся за****выполнение** любой двигательной задачи, но часто не соразмеряют свои силы, не учитывают реальные возможности. **4.** Для большинства детей характерно **недостаточно** четкое и правильное выполнение двигательныхзаданий, что обусловлено неустойчивостью волевых усилий по преодолениютрудностей.**5. Проявляет интерес** к различным видам спорта; сочувствует спортивным поражениям и радуется победам.**6. Способен** выполнять спортивные упражнения и участвовать в спортивных играх, действует активно и быстро в соревнованиях со сверстниками, замечает успехи и ошибки в технике выполнения упражнений. | **1.** **Подвижен, вынослив**, владеет основными движениями, развита крупная и мелкая моторика.**2.** Ребенок **уверенно владеет** культурой самообслуживания и культурой здоровья.**3.** **Расширяются представления** осамом себе, своих физических возможностях, физическом облике. **4.** **Совершенствуются**ходьба, бег, шаги становятся равномерными, увеличивается их длина, появляется гармония в движениях рук и ног.**5. Способен** поставить двигательную задачу, выбирать способы ее решения, соотнести последовательность, направление, характер действий с образцом.**6. Хорошо координирует** свои движения, технику выполнения новых движений осваивает быстро и проявляет творчество при их выполнении.**7. Оценивает** технику выполнения основных движений вместе со взрослыми и сверстниками, может анализировать выполнение правил в подвижных играх и изменять их сторону совершенствования.**8. Сопереживает** спортивным успехам и поражениям, проявляет положительные нравственные и морально - волевые качества в совместной двигательной деятельности. |

|  |  |
| --- | --- |
|  | Часть, формируемая участниками ОО  |
|  |  | Проявляет интерес к различным национальным играм и видам спорта.Расширяет представление о культуре народов Республики Саха. | Имеет представление о традициях, образе жизни, быта народов Республики СахаПроявляет интерес и отдает предпочтение национальным играм. |
| **Игровая деятельность** | Обязательная часть |
| Взаимодействует в сюжетах с двумя действующими лицами, игрушками, исполняет роль за себя и за игрушку.Вступает в ролевой диалог с воспитателем.Самостоятельно выбирает игрушки и предметы заместители в зависимости от игрового замысла | При поддержке воспитателя строит сюжет с 3 и более персонажами, объединяет разнообразные по тематике события.Берет на себя роль, развертывает сюжет совместной игры.Ориентируется на правила игры, согласует со сверстниками роли, обсуждает развитие сюжета.Проявляется интерес к сверстнику как партнеру по игре. | Увеличивается интерес к сверстнику как партнеру по игре.Самостоятельно принимает игровые роли, использует диалог как способ реализации роли.Самостоятельно усложняет игровые замыслы в течение длительных игровых объединений, объединяет несколько игровых действий в одну сюжетную линию.Выбирает в игре положительного героя (отражаются реальные социальные роли) | Регулирует игровые отношения, аргументируя свою позицию, стремиться договориться о распределении ролей.Контролирует соблюдение правил. Самостоятельно придумывает новые и оригинальные сюжеты игр, творчески интерпретирует прошлый опыт игровой деятельности. Самостоятельно создает и использует игрушки – заместители. |
| **Коррекционная работа РП** |
| **Особые образовательные потребности** | **Психолого - педагогическая характеристика детей с особыми возможностями здоровья** |  |
| ***Дети с нарушением зрения (легкая степень)*** | Запаздывает формирование целенаправленных предметно-игровых действий, появляются навязчивые стереотипные движения: раскачивание головы, туловища, размахивание руками. Наступление быстрого утомления из-за снижения работоспособности глаз. Особенностями психического развития слабовидящих детей является слабость абстрактно-логического мышления, ограниченность знаний и представлений об окружающем с преобладанием общих, неконкретных знаний. Характерен малый объем чувственного опыта, формальный словарный запас и недостаточно точная предметная соотнесенность слов. Недостаточное развитие двигательных навыков и умений, пространственной ориентировки, что определяет малую моторную активность ребенка, общую его медлительность. |  |
| ***Дети с нарушением слуха (легкая степень*** | Испытывает трудности в восприятии и понимании речи окружающих. Может в минимальной степени накапливать словарный запас и овладевать устной речью. |  |
| ***Дети с нарушением опорно - двигательного аппарата*** | Характерны нарушение координации, темпа движения, ограничения их объема и силы, что приводит к невозможности или частичному нарушению осуществления движений. Могут наблюдаться нарушения мышечного тонуса, нарушения равновесия и координации движений, проявляющиеся в неустойчивости при сидении, стоянии и ходьбе; нарушения ощущения движений тела или его частей. Расстройства эмоционально-волевой сферы, нарушена память.) | **Занятия с ребенком-инвалидом из подготовительной к школе группы «Клубничка» проводятся согласно индивидуальной адаптированной программе с (НОДА)** |
| ***Двуязычные дети*** | В развитии двуязычного ребёнка оба языка могут начать развиваться позже, чем у одноязычного, каждый из языков поначалу может быть представлен меньшим словарным и грамматическим запасом, однако вместе они будут перекрывать речевой потенциал одноязычного ребёнка. Билингвизм (двуязычие) положительно сказывается на развитии памяти, лингвистических способностях, сообразительности, быстроте реакции, математических умениях и логике. Дети 3-4 лет различают, кто на каком языке говорит, способны на слух выделить особенности произношения говорящего, отличающие его речь. 4 - 5- летние билингвы (двуязычные) по опыту знают, на каком языке как следует организовать игру, интуитивно правильно выбирают, что в какой ситуации нужно сказать Дети старшего дошкольного возраста задают вопросы, свидетельствующие о развитии их металингвистических способностей: сравнивают языковые явления, выделяют общее и особенное, рассуждают о том, кто и где на каком языке говорит. | **На занятиях с детьми решаются задачи общего физического развития, укрепления здоровья, развития двигательных умений и навыков, что способствует формированию психомоторных функций. Путем специально подобранных подвижных игр и упражнений совершенствуется речевое развитие детей.** |
| ***ЧБД (часто болеющие дети)*** | Быстро утомляется, низкий уровень работоспособности, низкая концентрация внимания. Более длинный период адаптации к условиям детского сада. Наличие хрони­ческих заболеваний может привести к отставанию в физическом раз­витии, различным аллергическим реакциям. | **Соблюдаются ограничения по физической нагрузке. Особое внимание оказывается закаливающим мероприятиям, организации дыхательной гимнастики.** |

* 1. **Планируемые результаты освоения РП**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Младший дошкольный возраст** | **Средний дошкольный возраст** | **Старший дошкольный****возраст** | **Подготовительная к школе группа** |
|  | **Обязательная часть** |
|  | **Физическое развитие** |
|  | Самостоятельно правильно умывается, моет руки, одевается и раздевается. Соблюдает элементарные правила культуры поведения за столом (Использует по назначению столовые приборы, пользуется салфеткой, пережевывает пищу с закрытым ртом и т.д.) | Самостоятельно обращается к взрослому за помощью при заболевании и травме. Понимает пользу утренней гимнастики, физических упражнений, выполняет их осознанно. | Оказывает помощь младшим детям, в организации режимных моментах сверстникам. Понимает особенности своего организма и здоровья. Способен дать характеристику своему самочувствию. | Самостоятельно применяет элементарные нормы и правила ЗОЖ, активно участвует в оздоровительных мероприятиях, помогает взрослы в их организации. |
| Проявляет инициативу в оказании помощи сверстникам в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни. | Применяет нормы и правила здорового образа жизни в игровой деятельности и привлекает сверстников. | Способен убедить собеседника в необходимости соблюдения элементарных правил ЗОЖ, используя форму речи – доказательства. | Проявляет инициативу при подготовке и проведении оздоровительных, закаливающих и санитарно – гигиенических мероприятий на основе осознания их необходимости; приобретенный опыт переносит в самостоятельную деятельность. |
|  | Самостоятельно сохраняет правильную осанку в различных положениях (сидя, стоя, в движении). Ходит и бегает свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя координацию рук и ног. Ловит мяч двумя руками одновременно, реагирует на сигнал. Строится в колонну, шеренгу, круг, находит свое место при построениях. | Самостоятельно энергично отталкивает мяч при катании и бросании, отталкивается двумя ногами и правильно приземляется в прыжках с высоты на месте и с продвижением вперед, принимает правильное исходное положение при выполнении основных движений. | Самостоятельно выполняет физические упражнения, позволяющие демонстрировать физические качества в соответствии с полом (быстроту, силу, ловкость, гибкость и красоту исполнения). Готовит физкультурный инвентарь к физическим упражнениям, убирает его на место. | Выполняет знакомые упражнения по устной инструкции инструктора. Движения выполняет ритмично, соблюдает темп, хорошо ориентируется в пространстве, управляет движения осознанно, соблюдает требования техники основных движений. Выполняет правила игры. |
| Проявляет изобретательность к некоторым двигательным действиям и подвижным играм. | Инициирует в привлечении сверстников на участие в знакомых подвижных играх. | Проявляет и инициативу и творчество в организации знакомых подвижных игр. | Проявляет инициативу в придумывании вариантов игр, комбинирует движения, проявляя творческие способности. |
|  | Самостоятельно сохраняет правильную осанку в различных положениях (сидя, стоя, в движении). Ходит и бегает свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя координацию рук и ног. Ловит мяч двумя руками одновременно, реагирует на сигнал. Строится в колонну, шеренгу, круг, находит свое место при построениях. | Самостоятельно энергично отталкивает мяч при катании и бросании, отталкивается двумя ногами и правильно приземляется в прыжках с высоты на месте и с продвижением вперед, принимает правильное исходное положение при выполнении основных движений. | Самостоятельно выполняет физические упражнения, позволяющие демонстрировать физические качества в соответствии с полом (быстроту, силу, ловкость, гибкость и красоту исполнения). Готовит физкультурный инвентарь к физическим упражнениям, убирает его на место. | Выполняет знакомые упражнения по устной инструкции воспитателя. Движения выполняет ритмично, соблюдает темп, хорошо ориентируется в пространстве, управляет движения осознанно, соблюдает требования техники основных движений. Выполняет правила игры. |
| Проявляет изобретательность к некоторым двигательным н действиям и подвижным играм. | Инициирует в привлечении сверстников на участие в знакомых подвижных играх. | Проявляет и инициативу и творчество в организации знакомых подвижных игр. | Проявляет инициативу в придумывании вариантов игр, комбинирует движения, проявляя творческие способности. |
|  |  |  | **Часть, формируемая участниками ОО** |  |
|  |  |  | Проявляет инициативу в выборе различных национальных подвижных игр.Выполняет знакомые подвижные игры по устной инструкции инструктора. | Проявляет инициативу и творчество в организации знакомых национальных подвижных игр. |

* 1. **Мониторинг индивидуального развития воспитанников**

Мониторинг индивидуального развития детей проводится по направлениям:

* 1. **Мониторинг индивидуального развития** воспитанников по освоению ООП проводится 2 раза в год (в начале и в конце учебного года). В первом случае помогает выявить первоначальные знания, умения, навыки воспитанников по образовательной области «физическое развитие», а во втором наличие динамики развития сформированных способностей воспитанников.
	2. **Мониторинг развития физических качеств по освоению РП** включает в себя**:**

2.1. Оценка физической подготовленности в соответствии с нормативами физкультурного комплекса «КЭНЧЭЭРИ».

2.2. Оценка темпа прироста индивидуального развития физических качеств (сила, выносливость, быстрота, координация, гибкость) по методике В.И. Усакова. *(Приложение к РП №14)*

**1. Критерии** **мониторинга возможных достижений детей в процессе освоения ООП**

|  |
| --- |
| **Способность осваивать различные виды движений, ставить двигательную задачу** |
| **Возраст** | **Показатели развития ребёнка** | **Степень сформированности показателя** |
|  | **Не сформирован** | **В стадии формирования** | **Сформирован** |
|  **Обязательная часть** |  |  |  |
| **Младший возраст** **(3-4 года)** | * Умеет ходить прямо, свободно, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление
* Умеет бегать, сохраняя равновесие, менять направление в беге, темп бега в соответствии с указаниями инструктора по ФК
* Сохраняет равновесие, перешагивает через предметы
* Умеет ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом
* Осуществляет прыжки на двух ногах, прыжок в длину с места с мягким приземлением
* Умеет бросать мяч из-за головы, от груди, ударять им несколько раз об пол, катать мяч, ловить его
* Свободно катается на трёхколёсном велосипеде
* Передвигается на лыжах ступающим и скользящим шагом
* Катается на санках с горки
 | **4** | **5** | **6** |
| **Обязательная часть** |
| **Средний возраст****(4-5 лет)** | * Ходит и бегает, согласуя движения рук и ног
* Лазает по гимнастической стенке, не пропуская реек, перелезая с одного пролёта на другой
* Ползает разными способами: опираясь, но стопы и ладони; колени и ладони; на животе, подтягиваясь руками
* Прыгает в длину, на высоту и с высоты, мягко приземляется после прыжка
* Принимает правильное исходное положение при метании, метает предметы разными способами правой и левой рукой
* Ловит мяч кистями рук с расстояния 1,5 м
* Отбивает мяч о землю не менее 5 раз подряд
* Сохраняет равновесие при выполнении упражнений на ограниченной площади опоры
* Умеет строиться в колонну, в круг, шеренгу, выполняет повороты на месте
* Самостоятельно скользит по ледяным дорожкам на ногах
* Ходит на лыжах скользящим шагом, умеет подниматься на горку лесенкой и выполнять повороты в движении
* Катается на двухколёсном велосипеде
* Прыгает через короткую скакалку
 | **7** | **8** | **9** |
| **Обязательная часть** |
| **Старший возраст****(5-6 лет)** | * Лазает по гимнастической стенке высотой 2,5м, изменяя темп, выполняет висы и упражнения в висе
* Бегает легко, сохраняя правильную осанку, координируя движения рук и ног
* Прыгает на мягкое покрытие с высоты (20-40 см), мягко приземляется в обозначенное место
* Прыгает в длину (с места, с разбега), в высоту (с разбега), прыгает через короткую и длинную скакалку
* Сохраняет устойчивое равновесие при выполнении упражнений на ограниченной площади опоры
* Бросает предметы в цель из разных исходных положений, попадает в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-5 м
* Ловит мяч одной рукой, отбивает мяч о землю не менее 10 раз подряд, умеет отбивать мяч при ходьбе
* Умеет строиться в колонну, в шеренгу, равняться, размыкаться
* Самостоятельно организовывает знакомые подвижные игры
* Умеет самостоятельно скользить на ногах по ледяным дорожкам
* Ходит на лыжах переменным скользящим шагом, умеет подниматься на горку и спускаться с неё, тормозить при спуске
* Катается на двухколёсном велосипеде и самокате
 | **10** | **11** | **12** |
| **Часть, формируемая участниками ОО** |
|  | * Эмоционально положительно относится к подвижным и спортивным играм народов Саха
* Проявляет инициативу и творчество при подвижной игре, используя знакомые элементы.
 | **10** | **11** | **12** |
| **Обязательная часть** |
| **Подготовительный к школе возраст (6-8 лет)** | * Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье)
* Бегает легко, сохраняя правильную осанку, скорость, направление, координируя движения рук и ног
* Метает предметы в движущуюся, вертикальную, горизонтальную цели, метает в цель из разных исходных положений (стоя, сидя, стоя на коленях)
* Выполняет физические упражнения из разных исходных положений чётко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции
* Умеет перестраиваться в две шеренги, два крага, соблюдать интервалы во время движения
* Ходит на лыжах переменным скользящим шагом, поднимается на горку, спускается с неё, тормозит при спуске
* Активно участвует в играх с элементами спорта; знает правила игр, имеет представление об экипировке игроков
 | **13** | **14** | **15** |
| **Часть, формируемая участниками ОО** |
|  | * Самостоятельно создает и реализует замысел подвижных игр
* Придумывает множество решений для воплощения своего замысла, использует спортивный инвентарь оригинальным способом.
 | **13** | **14** | **15** |

 **2. Мониторинг развития физических качеств по освоению РП**

|  |
| --- |
| **Задание на определение силы.** |
| **Динамометрия кистей рук** | Измерение силы правой и левой кистей производится детским ручным динамометром в положении стоя с выпрямленной и поднятой в сторону рукой. Динамометр берётся в руку стрелкой к ладони. Не разрешается делать резких движений с места, сгибать и опускать руку. Выполняется 2-3 попытки сначала левой, затем правой рукой. Регистрируется лучший результат обеих кистей. Перед проведением теста динамометры необходимо калибровать. Задание предназначено для детей от 3 до 7 лет. |
| **Задание по определению выносливости.** |
| **Бег на 90, 120, 150 (м)** | Испытание проводится на стадионе или размеченной площадке детского сада. На дистанциях намечаются линии старта и финиша. По команде «Внимание!» дети подходят к стартовой линии. По команде «Марш!» даётся отмашка флажком и старт для бегущих, включается секундомер. При пересечении линии финиша секундомер выключается. Выполняется одна попытка. Тест предназначен для детей: 5 лет – дистанция 90 м; 6 лет – дистанция 120 м; 7 лет – дистанция 150 м.  |
| **Задание по определению скоростно-силовых качеств** |
| **Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения стоя** | Испытание проводится на ровной площадке длиной не менее 10 м. ребёнок встаёт у контрольной линии разметки и бросает мяч из-за головы двумя руками вперёд из исходного положения стоя, одна нога впереди, двумя сзади или ноги врозь. При броске должны сохранять контакт с землёй. Допускается движение вслед за произведенным броском. Делаются 3 попытки. Засчитывается лучший результат. Задание предназначено для детей от 4 до 7 лет. |
| **Задание по определению быстроты** |
| **Челночный бег 3×10 м** | Задание проводится на ровной площадке длиной не менее 15 м, на которой чертятся 2 параллельные линии на расстоянии 10 м друг от друга. На каждой черте наносятся 2 круга диаметром 0,5 м с центром на черте. По команде «Внимание!» ребёнок подходит к стартовой линии. По команде «Марш!» ребёнок к кубику, положенному в круг напротив, поднимает его, бежит назад к стартовой линии и кладёт кубик в пустой круг. Затем возвращается назад. Учитывается время от команды «Марш!» до момента возвращения на финиш. Бросать кубик не разрешается. При нарушении этого правила назначается вторая попытка. Выполняется одна попытка.Задание предназначено для детей 4-7 лет. |
| **Задание по определению ловкости, координационных способностей.** |
| **Подбрасывание и ловля мяча двумя руками** |  Ребенок принимает исходное положение (ноги на ширине плеч) и двумя руками подбрасывает вверх мяч диаметром 15-20 см как можно большее количество раз. Из двух попыток фиксируется лучший результат. Задание предназначено для детей 5-7 лет. |
| **Задание по определению гибкости** |
| **Наклон туловища в перёд** | Ребёнок стоит в основном положении на скамейке. При выпрямленных коленях верхняя часть тела наклоняется вперёд. Необходимо как можно ниже наклониться вперёд за пределы носков. Крайнее положение следует удерживать в течение 2 с.На переднем крае скамейки вертикально закреплена измерительная шкала в сантиметровых делениях. Нулевая отметка – уровень в положении стоя – находится на уровне ног.Измеряется максимальная для ребёнка величина наклона. Если ребёнок наклонился за нулевую отметку, то ставится результат в см со знаком «+», если ребёнок не дотянулся до нулевой отметки на скамейке, то ставится результат в см «-».Задание проводится для детей от 3 до 7 лет.  |
| **Задание по определению скоростно-силовых качеств** |
| **Метания мешочка массой 150 г.**  | Задание для детей 3-4 лет. Выполняется на спортивной площадке, или удобная прямая дорожка с разметкой 15-20 м с шагом 50 см, ширина 3 мРезультат зависит от техники выполнения упражнения: исходное положение (И. п.) — вполоборота по направлению метания; перенести центр тяжести на сзади стоящую ногу во время замаха; выполнить замах с последующим броском предмета. Каждой рукой нужно выполнить три попытки. В протоколе фиксируется лучший результат. |
| **Задание по определению скоростно-силовых качеств** |
| **Прыжок в длину с места** | Задание для детей 3-4 лет. Ребёнок прыгает, отталкиваясь двумя ногами, с интенсивным взмахом рук, от размеченной линии отталкивания на максимальное для него расстояние и приземляется на обе ноги. Измеряется расстояние между линией отталкивания и отпечатком ног (по пяткам) при приземлении в см. Засчитывается из трёх попытка лучшая. |

* 1. **Оценка темпа прироста индивидуального развития физических качеств** (сила, выносливость, быстрота, ловкость координация, гибкость) по методике В.И. Усакова, где W – прирост показателей темпов в %, V1 – исходный уровень, V2 – конечный уровень.

 W = 100(V2 – V1) до 8% прироста считается неудовлетворительным; 8-10 % – удовлетворительным; 10-15 % – хорошо; свыше 15 % – отлично.
 1/2(V1 + V2)

**Таблица оценок физической подготовленности детей 3-8 лет в Д/С *Мальчики***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Тесты** | **Возраст** | **Низкий** | **Средний** | **Высокий** |
| **Челночный бег 3×10 м (сек)** |  | **1 балл**  | **3 балла** | **5 баллов** |
| 4-5 | 15,0-14,1 | 14,0-13,1 | 13,0 (-) |
| 5-6 | 13,0-12,1 | 12,0-11,1 | 11,0 (-) |
| 6-8 | 12,0-11,1 | 11,0-10,1 | 10,0 (-) |
|  |
| **Наклоны туловища вперёд (см)** | 4-5 | ˂ 2 | 1-5 | ˃ 8 |
| 5-6 | ˂ 1 | 0-1 | ˃ 9 |
| 6-8 | ˂ 1 | 3-7 | ˃ 10 |
|  |
| **Бросок набивного мяча из-за головы стоя, вес 1 кг (см)** | 4 | ˂ | 117-185 | ˃ |
| 5 | ˂ | 187-270 | ˃ |
| 6 | ˂ | 221-303 | ˃ |
|  | правая | левая | правая | левая | правая | левая |
| **Метание мешочка 150 гр. м/см (правой/левой рукой)** | 3-4 | 1,5-2,5 | 1,0-2,0 | 2,6-4,0 | 2,1-3,7 | 4,0 (+) | 3,8 (+) |
|  | правая | левая | правая | левая | правая | левая |
| **Динамометрия кистей рук** | 3 | 3,4-4,3 | 3,1-3,9 | 4,3-5,2 | 3,9-4,7 | 5,2-6,2 | 4,7-5,5 |
| 4 | 3,9-5,1 | 3,5-4,7 | 5,1-6,3 | 4,7-5,9 | 6,3-7,5 | 5,9-7,1 |
| 5 | 6,5-7,7 | 6,1-7,2 | 7,7-8,9 | 7,2-8,3 | 8,9-10,3 | 8,3-9,5 |
| 6 | 9,6-11,2 | 9,2-10,5 | 11,2-12,8 | 10,5-11,8 | 12,8-14,4 | 11,8-13,2 |
|  |
| **Бег на 90, 120, 150 м** | 4 | 90 м | 38,9 и более | 34,6-31,6 | 28,4 и менее |
| 5 | 120м | 38,6 и более | 36,0-33,1 | 30,6 и менее |
| 6 | 150м | 41,6 и более | 39,0-37,0 | 33,9 и менее |
|  |
| **Подбрасывание и ловля мяча двумя руками** | 4-5 | 18 | 20 | 25 |
| 5-6 | 28 | 30 | 40 |
| 6-8 | 48 | 50 | 60 |
|  |
| **Прыжок в длину с места** | 3-4 | 50-55 | 55-60 | 60 (+) |

**Таблица оценок физической подготовленности детей 3-8 лет в Д/С *Девочки***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Тесты** | **Возраст** | **Низкий** | **Средний** | **Высокий** |
| **Челночный бег 3×10 м (сек)** |  | **1 балл** | **3 балла** | **5 баллов** |
| 4-5 | 16,0-15,1 | 15,0-14,1 | 14,0 (-) |
| 5-6 | 14,0-13,1 | 13,0-12,1 | 12,0 (-) |
| 6-8 | 13,0-12,1 | 12,0-11,1 | 11,0 (-) |
|  |
| **Наклоны туловища вперёд (см)** | 4-5 | ˂ 0 | 3-7 | ˃ 10 |
| 5-6 | ˂ 1 | 4-8 | ˃ 11 |
| 6-8 | ˂ 2 | 5-9 | ˃ 13 |
|  |
| **Бросок набивного мяча из-за головы стоя, вес 1 кг (см)** | 4 | ˂ | 97-178 | ˃ |
| 5 | ˂ | 138-221 | ˃ |
| 6 | ˂ | 156-256 | ˃ |
|  | правая | левая | правая | левая | правая | левая |
| **Метание мешочка 150 гр. м/см (правой/левой рукой)** | 3-4 | 1,5-2,4 | 1,0-2,0 | 2,5-3,9 | 2,1-3,7 | 4,0 (+) | 3,8 (+) |
|  | правая | левая | правая | левая | правая | левая |
| **Динамометрия кистей рук** | 3 | 2,6-3,4 | 2,5-3,3 | 3,4-4,2 | 3,3-4,1 | 4,2-5,0 | 4,1-4,9 |
| 4 | 3,1-4,0 | 3,2-4,0 | 4,0-4,9 | 4,0-4,8 | 4,9-6,0 | 4,8-5,6 |
| 5 | 4,9-6,1 | 5,1-6,3 | 6,1-7,3 | 6,3-7,5 | 7,3-8,7 | 7,5-8,7 |
| 6 | 7,9-9,2 | 6,8-8,4 | 9,2-10,5 | 8,4-10,0 | 10,5-11,9 | 10,0-11,6 |
|  |
| **Бег на 90, 120, 150 м** | 4 | 90м | 39,2 и более | 34,9-31,9 | 28,7 и менее |
| 5 | 120м | 40,8 и более | 36,0-33,3 | 30,2 и менее |
| 6 | 150м | 43,9 и более | 41,0-38,2 | 34,9 и менее |
|  |
| **Подбрасывание и ловля мяча двумя руками** | 4-5 | 18 | 20 | 25 |
| 5-6 | 28 | 30 | 40 |
| 6-8 | 44 | 49 | 55 |
|  |
| **Прыжок в длину с места** | 3-4 | 35-45 | 45-55 | 55 (+) |

**Итоговая оценка**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Низкий  | Средний  | Высокий  |
| **3-4** | 4 и менее баллов | от 8 до 12  | от 18 до 20 |
| **4-5** | 6 и менее баллов | от 11 до 18 | от 28 до 30 |
| **5-6** | 7 и менее баллов | от 13 до 20 | от 32 до 35 |
| **6-8** | 7 и менее баллов | от 13 до 20 | от 32 до 35 |

# **Содержательный раздел**

## **2.1 Образовательная деятельность в соответствии с направлениями физического развития ребенка**

1. **Социально-коммуникативное развитие:**
* развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх;
* развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.
1. **познавательное развитие:**
* обогащать знания о двигательном режиме, видах спорта;
* развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение;
* формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.
1. **речевое развитие:**
* обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх;
* развивать умения четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос.
1. **художественно-эстетическое развитие:**
* обогащать музыкальный репертуар с детскими песнями и мелодиями;
* развивать музыкально-ритмические способности детей, обучение выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения.
1. **физическое развитие:**
* сформировать у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании;
* создавать условия для накопления и обогащения двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
* развивать физические качества (скоростные, силовые, гибкость, выносливость и координацию);
* воспитывать морально-волевые качества: выдержку, настойчивость в достижении положительных результатов, организованность, самостоятельность.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Возраст** | **Образовательные области и направление развития** | **Ребенок осваивает** | **Используемые программы и методические пособия** |
| **Обязательная часть программы** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Младший возраст****3-4 года** | **Физическое** **развитие [[1]](#footnote-1)** | **- разнообразные** виды движений, укрепляющие разные группы мышц, способствующие формированию правильной осанки;**- способность** соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве. | **Примерная общеобразовательная программа** «От рождения до школы». Под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. М: МОЗАИКА СИНТЕЗ, 2014.Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «Мозаика» под редакцией В.Ю. Белькович, Н.В. Гребенкиной, И.А. Кильдышевой, 2018 г. |
| **Средний возраст****4-5 лет** | **Физическое** **развитие [[2]](#footnote-2)** | - **потребность** в соблюдении режима питания, в необходимости витаминов;- **понятия** «здоровье», «болезнь»; - двигательные навыки, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.  | **Примерная общеобразовательная программа** «От рождения до школы». Под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. М: МОЗАИКА СИНТЕЗ, 2014.Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «Мозаика» под редакцией В.Ю. Белькович, Н.В. Гребенкиной, И.А. Кильдышевой, 2018 г |
| **Старший возраст****5-6 лет** | **Физическое** **развитие [[3]](#footnote-3)** | - **представления** о зависимости здоровья человека от правильного питания; о составляющих компонентах здорового образа жизни;- **осознанное** выполнение движения. | **Примерная общеобразовательная программа** «От рождения до школы». Под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. М: МОЗАИКА СИНТЕЗ, 2014.Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «Мозаика» под редакцией В.Ю. Белькович, Н.В. Гребенкиной, И.А. Кильдышевой, 2018 г. |
|  | **Часть, формируемая участниками ОО** |
|  |  | **- продолжает осваивать национальные игры народов Республики Саха**, спортивные и командные игры с четким соблюдением правил, проявляя психоэмоциональную устойчивость; -**стремится к достижению** заданного игрой результата. | ***Методические пособия***Физическое развитие дошкольников. Формирование двигательного опыта и физических качеств/под ред. Н.В Микляевой - М.:ТЦ Сфера, 2015 |
| **Обязательная часть программы** |
| **Подготовительный к школе возраст** **6-8 лет** | **Физическое** **развитие[[4]](#footnote-4)** | **представления** о значении двигательной активности в жизни человека и способность использовать специальные физические упражнения для укрепления своего здоровья;**представления о** психофизических качествах: сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость и стремится к достижению высоких результатов в области физической культуры. | **Примерная общеобразовательная программа** «От рождения до школы». Под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. М: МОЗАИКА СИНТЕЗ, 2014.Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «Мозаика» под редакцией В.Ю. Белькович, Н.В. Гребенкиной, И.А. Кильдышевой, 2018 г. |
| **Часть, формируемая участниками ОО** |
| **Подготовительный к школе возраст** **6-8 лет** | **Физическое** **развитие[[5]](#footnote-5)** | **- продолжает осваивать национальные игры народов Республики Саха**, спортивные и командные игры с четким соблюдением правил, проявляя психоэмоциональную устойчивость;  -**стремится к достижению** заданного игрой результата. | ***Методические пособия***Физическое развитие дошкольников. Формирование двигательного опыта и физических качеств/под ред. Н.В Микляевой - М.:ТЦ Сфера, 2015 |

## **Планирование с определением основных видов деятельности воспитанников.**

Планирование образовательной деятельности по физическому развитию осуществляется согласно разработанного перспективного, комплексно – тематического плана:

* Перспективное планирование занятий по образовательной области «Физическое развитие» направление «Физическая культура». Группа младшего возраста. *(Приложение к РП №1)*
* Перспективное планирование занятий по образовательной области «Физическое развитие» направление «Физическая культура». Группа среднего возраста. *(Приложение к РП №2)*
* Перспективное планирование занятий по образовательной области «Физическое развитие» направление «Физическая культура». Группа старшего возраста. *(Приложение к РП №3)*
* Перспективное планирование занятий по образовательной области «Физическое развитие» направление «Физическая культура» Подготовительная к школе группа. *(Приложение к РП №4)*
* Комплексно-тематическое планирование образовательной области «Физическое развитие» направление «Физическая культура».

 Группа младшего возраста. *(Приложение к РП №5)*

* Комплексно-тематическое планирование образовательной области «Физическое развитие» направление «Физическая культура»

Группа среднего возраста. *(Приложение к РП №6)*

* Комплексно-тематическое планирование образовательной области «Физическое развитие» направление «Физическая культура».

Группа старшего возраста. *(Приложение к РП №7)*

* Комплексно-тематическое планирование образовательной области «Физическое развитие» направление «Физическая культура».

Группа подготовительного к школе возраста. *(Приложение к РП №8)*

## **Вариативные формы и способы, методы и средства реализации РП с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.**

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также - **форм организации**физкультурно-оздоровительной работы с детьми.

**ФОРМЫ РАБОТЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ И ВОСПИТАНИЮ В ДЕТСКОМ САДУ И ИХ МЕСТО В РЕЖИМЕ ДНЯ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Возрастные группы** | **3- 4 года** | **4-5 лет** | **5-6 лет** | **6-8 лет** |
| **Формы работы** | - занятия;- развивающая игровая деятельность;- подвижные игры;-спортивные игры и упражнения;- спортивные праздники и развлечения, досуги, дни здоровья;- игровые беседы с элементами движений;-разные виды гимнастик;-закаливающие процедуры;-физминутки, динамические паузы;-рассматривание иллюстраций;-индивидуальная работа;- коррекционная работа;-двигательная активность в течении дня. | - занятия;-развивающая игровая деятельность;- подвижные игры;-спортивные игры и упражнения;- спортивные праздники и развлечения, досуги, дни здоровья;- игровые беседы с элементами движений;- разные виды гимнастик;- закаливающие процедуры;-физминутки, динамические паузы;-индивидуальная работа;- коррекционная работа;- рассматривание иллюстраций;- двигательная активность в течении дня. | - занятия;-развивающая игровая деятельность;- подвижные игры;- спортивные игры и упражнения;-спортивные праздники и развлечения, досуги, дни здоровья;- игровые беседы с элементами движений;-разные виды гимнастик;-закаливающие процедуры;-физминутки, динамические паузы;-рассматривание иллюстраций;-индивидуальная работа;- коррекционная работа- игры - эстафеты-двигательная активность в течение дня. | - занятия;-развивающая игровая деятельность;- подвижные игры;- спортивные игры и упражнения;-спортивные праздники и развлечения, досуги, дни здоровья;- игровые беседы с элементами движений;-разные виды гимнастик;-закаливающие процедуры;-физминутки, динамические паузы;-рассматривание иллюстраций;-индивидуальная работа;- коррекционная работа;- игры - эстафеты-двигательная активность в течение дня. |

**Физкультурно – досуговые мероприятия** направлены на формирование у детей выносливости, смекалки, ловкости, умения жить в коллективе, усиление интереса к физическим упражнениям, двигательной активности, приобщают к спорту и здоровому образу жизни.

**Физкультурные досуги и праздники** проводятся в форме веселых игр, забав, развлечений. Упражнения, выполняемые с эмоциональным подъемом, оказывают благоприятное воздействие на организм ребенка. На физкультурных досугах и праздниках не только закрепляются двигательные умения и навыки детей, развиваются двигательные качества (быстрота, ловкость, ориентировка в пространстве и др.), но и способствуют воспитанию чувства коллективизма, товарищества, дружбы, взаимопомощи, развивают выдержку и внимание, целеустремленность, смелость, упорство, дисциплинированность и организованность. *(Приложение к РП №9)*

 При проведении физкультурных занятий используются различные способы организации детей.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Способы организации детей**  | **Содержание** | **Младшая группа** | **Средняя группа** | **Старшая группа** | **Подготовительная к школе группа** |
| **Фронтальный** | Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом. |  |  |  |  |
| **Поточный** | Поточный способ заключается в выполнении одного и того же упражнения по очереди, беспрерывным потоком. Позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки, оказывать страховку в случае необходимости. Чаще применяется для закрепления и совершенствования умений и навыков, воспитания физических качеств. |  |  |  |  |
| **Групповой** | При групповом способе дети распределяются на группы, каждая из которых выполняет самостоятельное задание воспитателя. Этот способ позволяет: рационально использовать время занятия; воспитывать самостоятельность, сознательность, ответственность, сдержанность; сохранять высокую двигательную активность и плотность занятия; одновременно разучивать 2-3 вида упражнений; углубленно разучивать движения одной подгруппой. |  |  |  |  |
| **Индивидуальный** | Применяется при объяснении нового программного материала. Используется при оценке уровня физической подготовленности. Индивидуальный способ заключается в выполнении упражнения каждым ребенком отдельно. Остальные наблюдают за ним. Ценность индивидуального выполнения в том, что оно позволяет обратить внимание каждого на качество движения, увидеть основные недостатки. |  |  |  |  |

|  |
| --- |
| **Методы** |
| ***Наглядные методы*** | - имитация (подражание);- демонстрация и показ способов выполнения физкультурных упражнений, которому следует привлекать самих воспитанников;- использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, видеофильмы и т.д.);- использование зрительных ориентиров, звуковых сигналов |
| ***Словесные методы*** | - названия упражнений;- описания;- объяснения;- комментирование хода их выполнения; - указания;- распоряжения; - вопросы к детям; - команды; - беседы; - рассказы;- выразительное чтение стихов, считалок и др. |
| ***Практические методы*** | - выполнение движений (совместно - распределенное, совместно - последовательное выполнение движений вместе с педагогом и самостоятельное выполнение);- повторение упражнений с изменениями и без;- проведение упражнений в игровой форме, в виде подвижных игр и игровых упражнений, в соревновательной форме. |

Наряду с методами значительное внимание отводится **средствам физического воспитания.** К средствам физического развития и оздоровления детей относятся:

|  |  |
| --- | --- |
| **Средства** | **Задачи** |
| - ***Гигиенические факторы*** | - режим занятий, отдыха, сна и питания;- гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр. | - способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм |
| - ***Естественные силы природы***  | - солнце, воздух, вода. | - формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребенка. |
| - ***Физические упражнения*** |  | - обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений. |

Таким образом, рациональное проведение занятий по физической культуре, утренней гимнастики, подвижных игр и физических упражнений во время прогулок, физкультминуток на занятиях с умственной нагрузкой, времени для самостоятельной двигательной активности воспитанников и активного двигательного отдыха создает определенный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей.

## **Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.**

**Цель работы инструктора по физической культуре с родителями воспитанников** — консультативная помощь в физическом воспитании и развитии ребенка в семье. Сделать родителей активными участниками образовательного процесса, оказав им помощь в реализации ответственности за воспитание и обучение детей.

**Формы сотрудничества с родителями**

|  |  |
| --- | --- |
|  **Части ООП** | **Формы взаимодействия** |
| **Информационно-аналитические формы** | **Познавательные формы взаимодействия с родителями**  | **Наглядно-информационные формы взаимодействия с родителями**  | **Досуговые формы взаимодействия с родителями**  |
| **Обязательная часть** | * Родительские собрания
* Собрания родительского комитета
* Объявления
* Анкетирование
 | * Консультирование родителей (в том числе через ВКС платформы Zoom)
* Открытые мероприятия
* Мастер классы
* Семинары – практикумы
* Практикум
* Дискуссия
* Общее родительское собрание (в том числе через ВКС платформа Zoom)
* Групповые родительское собрание (в том числе через ВКС платформа Zoom)
* Педагогическая беседа (в том числе через социальные сети детского сада)
* Педагогический совет
* Педагогическая лаборатория
* Совместные мероприятия с детьми
 | * Сайт для ознакомления родителей
* Родительские уголки
* Информационные стенды
* Выставки детских работ
 | * Праздники
* Утренники
* Соревнования
* Тематические дни
* Традиции
* Конкурсы
* Семейные творческие проекты
 |
| **Часть формируемая, участниками образовательных отношений** | * Мониторинг потребностей семей в дополнительных услугах
 | * Встречи

по интересам родителей * Приглашение специалистов
* Творческие задания
* Тренинги
* Семинары
* Круглый стол
* Родительский клуб
* Совместная проектная деятельность
* Семейные фотоколлажи
* Экскурсии
* Факультативы
 | * Рекламные буклеты
* Папка – передвижка
* Фотогазеты
* Памятки
 |  |
| **Коррекционная работа** | * Консультации специалистов
* Анкетирование
 | * Беседы по запросам родителей
* Беседы по проблемам коррекции (очное, заочное, индивидуальное, дистанционное)
 | * Информационные стенды
 |  |

**Разработан план взаимодействия с родителями***. (Приложение к РП №11)*

## **Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре со специалистами детского сада**

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в детском саду напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своей деятельности.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Специалист** | **Формы взаимодействия** | **Способы взаимодействия** |
| **Воспитатель**  | * **Тематические дни**
* **Совместные физкультурные праздники и развлечения**
 | * Повторение и закрепление с детьми правил поведения в зале, на спортивной площадке
* Совместный подбор оздоровительных игр и упражнений на дыхание, на профилактику плоскостопия
* Совместное планирование мероприятий по оздоровлению воспитанников.
* Оказание помощи в осуществлении обратной связи с родителями воспитанников.
* Оказание помощи в мониторинге физической подготовленности детей в начале и в конце года
* Помощь в проведении физкультурных развлечений
* Технологические карты
 |
| **Музыкальный руководитель** | * **Совместные физкультурные праздники и развлечения**
 | * Совместное планирование мероприятий по оздоровлению воспитанников.
* Совместный подбор оздоровительных игр и упражнений для создания хорошего настроения, осанки.
* Помощь в проведении музыкальных развлечений, праздников.
 |
| **Медицинские работники** | * **ППк детского сада**
 | * Осуществление мониторинга физической подготовленности детей в начале и в конце года.
* Осуществление мониторинга физкультурных занятий
* Помощь в планировании индивидуальной коррекционной работы с воспитанниками д/сада
* Профилактика заболеваний ОДА, сердечно - сосудистой, дыхательной и других систем.
 |
| **Педагог - психолог** | * **ППк детского сада**
 | * Помощь в подборе упражнений для тренировки нервных процессов и создания эмоциональной сферы ребенка.
* Помощь в планировании индивидуальной коррекционной работы с воспитанниками д/сада
 |

**Разработан план взаимодействия с воспитателями.** *(Приложение к РП №12)*

## **Особенности организации образовательного процесса части, формируемой участниками образовательных отношений**

 Работа строится по принципу интеграции. Инструктор по физической культуре разучивает с детьми спортивные и подвижные игры, популярные у народов Республики Саха, педагоги совместно с детьми изготавливает атрибуты к ним, проводят беседы о спортсменах Якутии, прославивших нашу республику на высоких спортивных олимпиадах, о спортсменах России. В образовательной области по художественному творчеству дети рисуют, лепят на спортивную тематику. В самостоятельной деятельности дети рассматривают альбомы, фотографии. На музыкальных занятиях и семейных праздниках дети знакомятся с народными играми и традициями. (Приложение № 13 календарное планирование спортивных и подвижных игр).

# **Организационный раздел РП**

## **3.1 Материально - техническое обеспечение**

Материально-техническое обеспечение РП соответствует санитарно - эпидемиологическим правилам и нормативам. Оснащенность помещений развивающей предметно-пространственной среды используется в соответствии с правилами пожарной безопасности и с учетом возрастных и индивидуальных особенностей развития детей.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **п/п №** | **Технические средства** | **Помещение (физкультурный зал)** |
| 1. | Музыкальный центр | 1 |
| 2. | Аудиоплеер | 1 |
| 3. | Монитор с проектором | 1 |

## **3.2 Обеспеченность методическими материалами**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Методические пособия** | **Издательство,****год издания** | **Количество**  |
|  |
| **Методические пособия** |
|  | Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3–7 лет.  |  | **4** |
|  | Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «Мозаика» под редакцией В.Ю. Белькович, Н.В. Гребенкиной, И.А. Кильдышевой | М: ООО «Русское слово, 2018 | **1** |
|  | Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа (3–4 года). ФГОС | М: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016 | **2** |
|  | Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4–5 лет). ФГОС | М: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017 | **3** |
|  | Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Система работы в средней группе. ФГОС ДО | М: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2012 | **2** |
|  | Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5–6 лет). ФГОС | М: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017 | **2** |
|  | Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Система работы в старшей группе. ФГОС ДО | М: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2012 | **2** |
|  | Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа (6–7 лет). ФГОС | М: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017 | **2** |
|  | Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Система работы в подготовительной к школе группе (6–7 лет). ФГОС | М: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2013 | **2** |
|  | Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3–7 лет. ФГОС | М: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015/2013 | **2** |
|  | Сборник подвижных игр / Автор-сост. Э. Я. Степаненкова. ФГОС | М: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2013 | **6** |
| **Наглядно-дидактические пособия** |
|  | *Серия «Мир в картинках»:* «Спортивный инвентарь». |  | **100%** |
|  | *Серия «Рассказы по картинкам»:* «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»; «Распорядок дня».  |  | **100%** |
|  | *Серия «Расскажите детям о...»:* «Расскажите детям о зимних видах спорта»; «Расскажите детям об олимпийских играх»; «Расскажите детям об олимпийских чемпионах». |  | **100%** |
| **Дополнительная методическая литература, используемая для реализации ООП д/сада № 13** |
|  | Т.Е. Харченко Утренняя гимнастика в детском саду. Упражнения для детей 3-5 лет.  | М.: -МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2016. |  |
|  | Т.Е. Харченко Утренняя гимнастика в детском саду. Упражнения для детей 5-7 лет. | М.: -МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2016. |  |
|  | Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры.  | М.: «Просвещение», 1986. |  |
|  | Кравченко И.В. Прогулки в детском саду.. | М.: ТЦ – Сфера, 2009 |  |
|  | Л. Лазарев «Здравствуй!» -оздоровительно-развивающая программа для дошкольных образовательных учреждений, авт. М.Л. Лазарев. | М: Мнемозина, 2008. |  |
|  | Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет).  | – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. |  |
|  | Горкова Л.Г., Обухова Л.А. Занятия физической культурой в ДОУ. | М.: 5 за знания, 2005. |  |
|  | Картушина М.Ю.Сценарии оздоровительных досугов детей 4-5 лет.  | М.: ТЦ – Сфера, 2004 |  |
|  | Картушина М.Ю. Быть здоровыми хотим.  | М.: ТЦ – Сфера, 2004. |  |
|  | Утробина К.К. Подвижные игры для детей 3-5 лет | М.: ИЗДАТЕЛЬСТВО ГНОМ, 2017 |  |
|  | Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольной организации | Волгоград: Учитель 2-е издание |  |
|  | Железнова Е.Р. оздоровительная гимнастика и подвижные игры для старших дошкольников | ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2013 |  |
|  | Утробина К.К. Подвижные игры для детей 3-5 лет, конспекты физкультурных занятий и сценарий развлечений в детском саду | М.: ИЗДАТЕЛЬСТВО ГНОМ, 2017 |  |
|  | Громова О.Е. Подвижные игры для детей | М.: ТЦ Сфера, 2018 |  |
|  | Щетинин М.Н. Дыхательная гимнастика Стрельниковой А.Н | М.: метафора, 2013 |  |
| **Игровая деятельность** |
|  |  |  |  |
|  | Губанова Н. Ф. Развитие игровой деятельности. Система работы в средней группе детского сада | М: «МОЗАИКА-СИНТЕЗ», 2012 | **4** |
|  | Губанова Н. Ф. Развитие игровой деятельности. Младшая группа. (3-4 года) |  | **1** |
|  | Губанова Н. Ф. Развитие игровой деятельности. Старшая группа. (5-6 лет) |  | **1** |
|  | Губанова Н. Ф. Развитие игровой деятельности. Подготовительная к школе группа. (6-7 года) |  | **1** |
|  | Губанова Н. Ф. Игровая деятельность в детском саду (2-7 лет) | М: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015 | **1** |
|  |  |  |  |

## **3.3 Режим дня, учебный план, расписание занятий**

При организации режима учитываются сезонные особенности. Поэтому в детском саду имеется 2 сезонных режима с постепенным переходом от одного к другому. Режим работы детского сада с 7.30 до 18.30.

* Режим пребывания детей в холодный период года *(Приложение к ООП № 4)*
* Режим пребывания детей в тёплый период года *(Приложение к ООП № 4)*
* Расписание занятий *(Приложение к РП № 10)*
* Оздоровительный режим. *(Приложение к ООП №8)*
* График подвижных игр в холодное время года *(Приложение№1)*

Поэтому, кроме рационального режима занятий, отдыха, питания и сна, мы составили модель двигательного режима, которая включает в себя всю динамическую деятельность детей как организованную, так и самостоятельную.

* Двигательный режим. *(Приложение к ООП №6)*

## **3.4 Особенности традиционных событий праздников, мероприятий[[6]](#footnote-6)**

Традиционно в детском саду проводятся спортивные праздники и мероприятия:

- «Сильные, смелые, ловкие, умелые» (23 февраля);

- «Наши мамы лучше всех» (8 марта);

- «Папа, мама, я – спортивная семья» (день защиты детей);

- «Полоса препятствий» (9 мая);

- «Якутский праздник ЫСЫАХ».

## **3.5 Особенности организации РППС**

Правильная организация предметно-пространственной развивающей среды это есть большой процент успешности развития ребенка. Через разные формы деятельности в ней происходит познание окружающего мира, развивается интеллект ребенка, обогащается и развивается эмоционально-образная сфера, память, активизируются мыслительные процессы, закладываются важные основы и стимулы для будущей жизни. Предметно-пространственная среда — это открытая система, меняющаяся в процессе роста детей. Она является развивающей, если помогает ребенку осваивать задачи своего возраста.

Детский сад оснащен оборудованием для детской деятельности в помещении и на участке. В группах имеется игровой материал соответствующий возрасту детей, технологические карты, которые меняются раз в месяц. Созданы все условия для совместной и индивидуальной двигательной активности детей. Расположение и оборудование спортивных уголков в групповых помещениях соответствует требованиям техники безопасности, санитарно-гигиеническим нормам. Материалы и оборудование находятся в свободном доступе для самостоятельной активной деятельности детей.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Направления****образовательной****деятельности** | **Вид помещения** | **Оснащение** |

|  |
| --- |
| **Физическое развитие** |
| **Занятия по ФК****Проведение праздников, досугов, развлечений** | Физкультур­ный залСпортивной площадке | ***Для ходьбы, бега, равновесия***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Бревно гимнастическое напольное | Длина 240 см Ширина верхней поверхности 10 см Высота 15 см | 2 |
| Доска гладкая с зацепами | Длина 250 см Ширина 20см Высота 3 см | 1 |
| Дорожка-змейка (канат) | Длина 200 см Диаметр 6 см | 2 |
| Коврик массажный | 45 х 70 см 3шт | 2 |
| Модуль мягкий (комплект из 6-8) |  | 3 |

***Для прыжков***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Скамейка гимнастическая | Длина 200-300 см Ширина 24 см Высота 25, 30, 40 см | 4 |
| Батут детский | Диаметр 100-120 см | 1 |
| Гимнастический набор: обручи, |  | 2 |
| рейки, палки, подставки, зажимы |  |  |
| Дорожка-мат | Длина 180 см | 1 |
| Конус с отверстиями |  | 10 |
| Скакалка длинная  | Длина 210-300 см | 4 |
| Скакалка короткая | Длина 120-150 см | 15 |

***Для катания, бросания, ловли***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Кегли (набор) |  |  40 |
| Мешочек с грузом малый | Масса 150-200 г -300 | 30 |
| Мишень навесная |  | 1 |
| Мяч резиновый | D 200 | 10 |
| Мяч резиновый | D 150 | 10 |
| Мяч резиновый | D 125 | 10 |
| Мяч резиновый | D 100 | 10 |
| Мяч резиновый | D 75 | 10 |
| Медицинбол | Масса 1,0 кг |  3 |
| Медицинбол | Масса 0,5 кг |  2 |
| Мяч футбольный |  |  1  |
| Мяч баскетбольный  | Размер 5 |  2 |
| Мяч баскетбольный | Размер 3 |  2 |
| Щит баскетбольный навесной | 930×670 |  2 |
| Футбольные ворота |  |  2 |
| Комплект для детских спортивных игр (сумка) |  |  2 |

***Для ползания и лазанья***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Дуга большая | Высота 50 см, Ширина 50 см |  5 |
| Дуга малая | Высота 30-40 см, Ширина 50 см |  5 |
| Канат гладкий | 270-300 см |  2 |
| Лестница деревянная с зацепами | Ширина 40 смДиаметр перекладин 3 смРасст. между перекл. 22-25 см |  2 |
| Лестница веревочная | Длина 270-300 см Ширина 40 см Диаметр перекладин 3 см | 1 |
| Комплекс «Радуга» |  | 1 |
| Стенка гимнастическая деревянная | Высота 270 смШирина пролета 75, 80, 90 см | 4 |

***Для общеразвивающих упражнений***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Мяч  | 16 см | 28 |
| Мяч малый | 6-8 см | 30 |
| Мяч | 20 см | 30 |
| Мяч | 28 см | 25 |
| Мяч | 45 см | 25 |
| Обруч малый | Диаметр 54-60 см | 20 |
| Палка гимнастическая короткая | Длина 75-80 см | 30 |
| Палка гимн. длинная | Длинна 100-105см | 60 |
| Флажок |  | 40 |
| Косички короткие |  | 25 |
| Платочки |  | 30 |
| Разметочные фишки |  | 10 |
| Насос для мячей для худож.гимнастики |  | 16 |
| Фитбол мяч | 85 см | 3 |
| Мяч, прыгающий с рожками | 55 см | 3 |
| Туннели  |  | 2 |
| Шайбы  |  | 2 |
| Конус  |  | 31 |
| Диски цветные |  | 7 |
| Насос для мячей |  | 1 |
| Ракетки для бадминтона  |  | 12 |
| Валанчик  |  | 6 |

- картотеки подвижных игр;- картотека «Игры, которые лечат»;- игры на ловкость (кегли, «Пой­май рыбку» и т. д.);- атрибут для спортивных игр (хоккей, бадминтон и др.); - игровые комплексы (горка);- физкультурное оборудование для гимнастики после сна: ребристая дорожка, массажные коврики и мячи, резиновые кольца и кубики. |
| **Формирование у воспитанников по­требности в двига­тельной активно­сти и физическом совершенствовании** | спортивный уголок в группах | - Оборудование (для ходьбы, бега, равновесия; прыжков; катания, бро­сания, ловли; ползания н лазания; общеразвивающих упражнений);- настольно-печатные игры («Виды спорта» и др.);- подборка аудио кассет с музыкальными произведениями;- библиотека методической литературы,- атрибуты для спортивных игр (хоккей, бадминтон и др.);- игровые комплексы (горка). |
| **Взаимодействие с семьей** | **Приемная в группе**  | .- Выставки детского творчества;- наглядно – информационный уголок; |
| **Информационный стенд** | КонсультацииФоторепортажиРекомендацииАнтропометрия |

## **Список используемой методической литературы:**

1. Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (Приказ № 1155 от 17 октября 2013 года)

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

образовательных организаций»

4. Примерная общеобразовательная программа дошкольного воспитания «От рождения до школы», под. ред. Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой.

5. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «Мозаика» под редакцией В.Ю. Белькович, Н.В. Гребенкиной, И.А. Кильдышевой

|  |
| --- |
| **Приложение № 111**к рабочей программе по реализации ОО «Физическое развитие» направление «Физическая культура» |

**Перспективное планирование**

**занятий по образовательной области**

 **«Физическое развитие»**

**направление «Физическая культура»**

**группа младшего возраста «Улыбка» (вторник, четверг)**

**на 2022-2023 учебный год.**

**СЕНТЯБРЬ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Дата | Мероприятие | Примечание |
| 1 | 01.09 | Занятие №1 стр.23-24 | Физкультурный досуг «Осенний урожай» (распечатка) |
| 2 | 06.09 | Занятие №1 стр.23-24 |  |
| 3 | 08.09 | Занятие №2 стр.24-25 |  |
| 4 | 13.09 | Занятие №2 стр.24-25 |  |
| 5 | 15.09 | Занятие №3 стр.25-26 |  |
| 6 | 20.09 | Занятие №3 стр.25-26 |  |
| 7 | 22.09 | Занятие №4 стр.26-27 |  |
| 8 | 27.09 | Занятие №4 стр.26-27 |  |
| 9 | 29.09 | Повторение занятия №1 стр. 23-24 |  |
| **ОКТЯБРЬ** |
| 10 | 04.10 | Занятие №5 стр. 28-29 |  |
| 11 | 06.10 | Занятие №5 стр. 28-29 | Физкультурное развлечение «Игры на осенней полянке» (распечатка) |
| 12 | 11.10 | Занятие №6 стр. 29 |  |
| 13 | 13.10 | Занятие №6 стр. 29 |  |
| 14 | 18.10 | Занятие №7 стр. 30-31 |  |
| 15 | 20.10 | Занятие №7 стр. 30-31 |  |
| 16 | 25.10 | Занятие №8 стр. 31-32 |  |
| 17 | 27.10 | Занятие №8 стр. 31-32 |  |
| **НОЯБРЬ** |
| 18 | 01.11 | Занятие № 9 стр. 33-34 |  |
| 19 | 03.11 | Занятие № 9 стр. 33-34 |  |
| 20 | 08.11 | Занятие №10 стр.34-35 |  |
| 21 | 10.11 | Занятие №10 стр.34-35 | Физкультурный досуг «Мячик круглый есть у нас». (распечатка) |
| 22 | 15.11 | Занятие №11 стр.35-37 |  |
| 23 | 17.11 | Занятие №11 стр.35-37 |  |
| 24 | 22.11 | Занятие №12 стр.37-38  |  |
| 25 | 24.11 | Занятие №12 стр.37-38  |  |
| 26 | 29.11 | Повторение занятия № 9 стр. 33-34 |  |
| **ДЕКАБРЬ** |
| 27 | 01.12 | Занятие № 13 стр. 38-40 |  |
| 28 | 06.12 | Занятие № 13 стр. 38-40 | Физкультурно-познавательное развлечение «Загадочный лес» (распечатка) |
| 29 | 08.12 | Занятие №14 стр. 40-41 |  |
| 30 | 13.12 | Занятие №14 стр. 40-41 |  |
| 31 | 15.12 | Занятие №15 стр. 41-42 |  |
| 32 | 20.12 | Занятие №15 стр. 41-42 |  |
| 33 | 22.12 | Занятие №16 стр. 42-43 |  |
| 34 | 27.12 | Занятие №16 стр. 42-43 |  |
| 35 | 29.12 | Повторение занятия № 13 стр. 38-40 |  |
| **ЯНВАРЬ** |
| 36 | 10.01 | Занятие №17 стр. 43-45 |  |
| 37 | 12.01 | Занятие №17 стр. 43-45 | Физкультурное развлечение «Снеговик в гостях у малышей» (распечатка) |
| 38 | 17.01 | занятия №18 стр. 45-46 |  |
| 39 | 19.01 | занятия №18 стр. 45-46 |  |
| 40 | 24.01 | Занятие №19 стр.46-47 |  |
| 41 | 26.01 | Занятия №20 стр. 47-49 |  |
| 42 | 31.01 | Повторение занятия №18 стр. 45-46 |  |
| **ФЕВРАЛЬ** |
| 43 | 02.02 | Занятие №21 стр.50 |  |
| 44 | 07.02 | Занятие №21 стр.50 |  |
| 45 | 09.02 | Занятие №22 стр. 51-52 |  |
| 46 | 14.02 | Занятие №22 стр. 51-52 |  |
| 47 | 16.02 | Занятие №23 стр. 52-53 |  |
| 48 | 21.02 | Занятие №23 стр. 52-53 | Спортивный праздник «Самый лучший папа» (распечатка)  |
| 49 | 28.02 | Занятие №24 стр. 53-54 |  |
| **МАРТ** |
| 50 | 01.03 | Занятие №25 стр.54-55 |  |
| 51 | 02.03 | Занятие №25 стр.54-55 | Физкультурный досуг «Игры с Петрушкой» (распечатка) |
| 52 | 09.03 | Занятие №26 стр. 56-57 |  |
| 53 | 15.03 | Занятие №26 стр. 56-57 |  |
| 54 | 16.03 | Занятие №27 стр. 57-58 |  |
| 55 | 22.03 | Занятие №27 стр. 57-58 |  |
| 56 | 23.03 | Занятие №28 стр.58-59 |  |
| 57 | 29.03 | Занятие №28 стр.58-59 |  |
| 58 | 30.03 | Повторение занятие №25 стр.54-55 |  |
| **АПРЕЛЬ** |
| 59 | 04.04 | Занятие №29 стр. 60-61 |  |
| 60 | 06.04 | Занятие №29 стр. 60-61 |  |
| 61 | 11.04 | Занятие №30 стр. 61-62 | Физкультурное развлечение «День космонавтики» (распечатка) |
| 62 | 13.04 | Занятие №30 стр. 61-62 |  |
| 63 | 18.04 | Занятие №31 стр.62-63 |  |
| 64 | 20.04 | Занятие №31 стр.62-63 |  |
| 65 | 25.04 | Занятие №32 стр. 63-64 |  |
| 66 | 27.04 | Занятие №32 стр. 63-64 |  |
| **МАЙ** |
| 67 | 02.05 | Занятие №33 стр. 65-66 | Физкультурное развлечение «Морское путешествие» (распечатка) |
| 68 | 04.05 | Занятие №33 стр. 65-66 |  |
| 69 | 11.05 | Занятие №34 стр. 66-67 |  |
| 70 | 16.05 | Занятие №34 стр. 66-67 |  |
| 71 | 18.05 | Занятие №35 стр.67-68 |  |
| 72 | 23.05 | Занятие №35 стр.67-68 |  |
| 73 | 25.05 | Занятие №36 стр. 68 |  |
| 74 | 30.05 | Занятие №36 стр. 68 |  |

**Используемая литература: Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 80 с.**

**Выполнила: Десяткова А.В., инструктор по ФК**

**Перспективное планирование**

**занятий по образовательной области**

 **«Физическое развитие»**

**направление «Физическая культура»**

**группа среднего возраста «Дюймовочка» (вторник, четверг)**

**на 2022-2023 учебный год.**

**СЕНТЯБРЬ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Дата | Мероприятие | Примечание |
| 1 | 01.09 | Занятие №1 стр.19-20 | Физкультурный досуг «Не зевай, урожай собирай» (распечатка) |
| 2 | 06.09 | Занятие №2 стр.20 |  |
| 3 | 08.09 | Занятие №4 стр.21-22 |  |
| 4 | 13.09 | Занятие №5 стр.23 |  |
| 5 | 15.09 | Занятие №7 стр.24-25 |  |
| 6 | 20.09 | Занятие №8 стр.26 |  |
| 7 | 22.09 | Занятие №10 стр.26-28 |  |
| 8 | 27.09 | Занятие №11 стр.28-29 |  |
| 9 | 29.09 | Повторение занятия №7 стр.24-25 |  |
| **ОКТЯБРЬ** |
| 10 | 04.10 | Занятие №13 стр. 30-32 |  |
| 11 | 06.10 | Занятие №14 стр. 32 | Физкультурный досуг «Разноцветная осень» (распечатка) |
| 12 | 11.10 | Занятие №16 стр. 33-34 |  |
| 13 | 13.10 | Занятие №17 стр. 34 |  |
| 14 | 18.10 | Занятие №19 стр. 35 |  |
| 15 | 20.10 | Занятие №20 стр. 35-36 |  |
| 16 | 25.10 | Занятие №22 стр. 36-37 |  |
| 17 | 27.10 | Занятие №23 стр. 37-38 |  |
| **НОЯБРЬ** |
| 18 | 01.11 | Занятие № 25 стр. 39-40 |  |
| 19 | 03.11 | Занятие №26 стр.40 |  |
| 20 | 08.11 | Занятие №28 стр.41-42 |  |
| 21 | 10.11 | Занятие №29 стр.42  | Физкультурный досуг «В гостях у сказки» (распечатка) |
| 22 | 15.11 | Занятие №31 стр.43-44 |  |
| 23 | 17.11 | Занятие №32 стр.44 |  |
| 24 | 22.11 | Занятие №34 стр.45-46  |  |
| 25 | 24.11 | Занятие №35 стр.46 |  |
| 26 | 29.11 | Повторение занятия №31 стр.43-44 |  |
| **ДЕКАБРЬ** |
| 27 | 01.12 | Занятие № 1стр. 48-49 |  |
| 28 | 06.12 | Занятие №2 стр. 49 | Физкультурный досуг «Новогодние сюрпризы» (распечатка) |
| 29 | 08.12 | Занятие №4 стр. 50-51 |  |
| 30 | 13.12 | Занятие №5 стр. 51 |  |
| 31 | 15.12 | Занятие №7 стр. 52-53 |  |
| 32 | 20.12 | Занятие №8 стр. 54 |  |
| 33 | 22.12 | Занятие №10 стр. 54-56 |  |
| 34 | 27.12 | Занятие №11 стр. 56 |  |
| 35 | 29.12 | Повторение занятия №7 стр. 52-53 |  |
| **ЯНВАРЬ** |
| 36 | 10.01 | Занятие №13 стр. 57-58 |  |
| 37 | 12.01 | Занятие №14 стр. 58-59 | Физкультурный досуг «Зимняя нить» (распечатка) |
| 38 | 17.01 | Занятие №16 стр. 59-60 |  |
| 39 | 19.01 | Занятие №17 стр. 60 |  |
| 40 | 24.01 | Занятие №19 стр. 61-62 |  |
| 41 | 26.01 | Занятие №20 стр. 62 |  |
| 42 | 31.01 | Занятие №22 стр. 63-62 | Интеграция с занятием №23 стр. 64 |
| **ФЕВРАЛЬ** |
| 43 | 02.02 | Занятие №25 стр.65-66 |  |
| 44 | 07.02 | Занятие №26 стр. 66 |  |
| 45 | 09.02 | Занятие №28 стр. 67-68 |  |
| 46 | 14.02 | Занятие №29 стр.68 | Интеграция с занятием №30 стр. 68 |
| 47 | 16.02 | Занятие №31 стр.69-70 | Интеграция с занятием №32 стр. 70 |
| 48 | 21.02 | Занятие №33 стр.70 | Спортивное развлечение с папами «Деть защитника Отечества» (распечатка) |
| 49 | 28.02 | Занятие №34 стр. 70-71 | Интеграция с занятием №35 стр. 71-72 |
| **МАРТ** |
| 50 | 02.03 | Занятие №1 стр.72-73 | Физкультурный досуг «8 марта-мамин день» (распечатка) |
| 51 | 07.03 | Занятие №2 стр. 73 |  |
| 52 | 09.03 | Занятие №3 стр. 73-74 |  |
| 53 | 14.03 | Занятие №4 стр.74-75 |  |
| 54 | 16.03 | Занятие №5 стр. 75-76 |  |
| 55 | 21.03 | Занятие №7 стр. 76-77 |  |
| 56 | 23.03 | Занятие №8 стр. 77 |  |
| 57 | 28.03 | Занятие №10 стр. 78 |  |
| 58 | 30.03 | Занятие №11 стр. 79 |  |
| **АПРЕЛЬ** |
| 59 | 04.04 | Занятие №13 стр. 80-81 |  |
| 60 | 06.04 | Занятие №14 стр. 81 |  |
| 61 | 11.04 | Занятие №16 стр.82-83 | Спортивное развлечение «Путешествие в космос» (распечатка) |
| 62 | 13.04 | Занятие №17 стр. 83 |  |
| 63 | 18.04 | Занятие №19 стр. 84-85 |  |
| 64 | 20.04 | Занятие №20 стр. 85 |  |
| 65 | 25.04 | Занятие №22 стр. 86 |  |
| 66 | 27.04 | Занятие №23 стр. 87 |  |
| **МАЙ** |
| 67 | 02.05 | Занятие №25 стр. 88-89 | Спортивный досуг «День победы» (распечатка) |
| 68 | 04.05 | Занятие №26 стр. 89 |  |
| 69 | 11.05 | Занятие №28 стр.89-90 |  |
| 70 | 16.05 | Занятие №29 стр. 90 |  |
| 71 | 18.05 | Занятие №31 стр. 91-92 |  |
| 72 | 23.05 | Занятие №32 стр. 92 |  |
| 73 | 25.05 | Занятие №34 стр. 92-93 |  |
| 74 | 30.05 | Занятие №35 стр. 93 |  |

**Используемая литература: Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017. – 112 с.**

**Выполнила: Десяткова А.В., инструктор по ФК**

|  |
| --- |
| **Приложение № 211**к рабочей программе по реализации ОО «Физическое развитие» направление «Физическая культура» |

**Перспективное планирование**

**занятий по образовательной области**

 **«Физическое развитие»**

**направление «Физическая культура»**

**группа среднего возраста «Пчёлка» (понедельник, среда)**

**на 2022-2023 учебный год.**

**СЕНТЯБРЬ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Дата | Мероприятие | Примечание |
| 1 | 05.09 | Занятие №1 стр.19-20 | Физкультурный досуг «Не зевай, урожай собирай» (распечатка) |
| 2 | 07.09 | Занятие №2 стр.20 |  |
| 3 | 12.09 | Занятие №4 стр.21-22 |  |
| 4 | 14.09 | Занятие №5 стр.23 |  |
| 5 | 19.09 | Занятие №7 стр.24-25 |  |
| 6 | 21.09 | Занятие №8 стр.26 |  |
| 7 | 26.09 | Занятие №10 стр.26-28 |  |
| 8 | 28.09 | Занятие №11 стр.28-29 |  |
| **ОКТЯБРЬ** |
| 9 | 03.10 | Занятие №13 стр. 30-32 |  |
| 10 | 05.10 | Занятие №14 стр. 32 | Физкультурный досуг «Разноцветная осень» (распечатка) |
| 11 | 10.10 | Занятие №16 стр. 33-34 |  |
| 12 | 12.10 | Занятие №17 стр. 34 |  |
| 13 | 17.10 | Занятие №19 стр. 35 |  |
| 14 | 19.10 | Занятие №20 стр. 35-36 |  |
| 15 | 24.10 | Занятие №22 стр. 36-37 |  |
| 16 | 26.10 | Занятие №23 стр. 37-38 |  |
| 17 | 31.10 | Повторение занятия № 16 стр.33-34 |  |
| **НОЯБРЬ** |
| 18 | 03.11 | Занятие № 25 стр. 39-40 |  |
| 19 | 07.11 | Занятие №26 стр.40 |  |
| 20 | 09.11 | Занятие №28 стр.41-42 |  |
| 21 | 14.11 | Занятие №29 стр.42  | Физкультурный досуг «В гостях у сказки» (распечатка) |
| 22 | 16.11 | Занятие №31 стр.43-44 |  |
| 23 | 21.11 | Занятие №32 стр.44 |  |
| 24 | 23.11 | Занятие №34 стр.45-46  |  |
| 25 | 28.11 | Занятие №35 стр.46 |  |
| 26 | 30.11 | Повторение занятия №31 стр.43-44 |  |
| **ДЕКАБРЬ** |
| 27 | 05.12 | Занятие № 1стр. 48-49 |  |
| 28 | 07.12 | Занятие №2 стр. 49 | Физкультурный досуг «Новогодние сюрпризы» (распечатка) |
| 29 | 12.12 | Занятие №4 стр. 50-51 |  |
| 30 | 14.12 | Занятие №5 стр. 51 |  |
| 31 | 19.12 | Занятие №7 стр. 52-53 |  |
| 32 | 21.12 | Занятие №8 стр. 54 |  |
| 33 | 26.12 | Занятие №10 стр. 54-56 |  |
| 34 | 28.12 | Занятие №11 стр. 56 |  |
| **ЯНВАРЬ** |
| 35 | 09.01 | Занятие №13 стр. 57-58 |  |
| 36 | 11.01 | Занятие №14 стр. 58-59 | Физкультурный досуг «Зимняя нить» (распечатка) |
| 37 | 16.01 | Занятие №16 стр. 59-60 |  |
| 38 | 18.01 | Занятие №17 стр. 60 |  |
| 39 | 23.01 | Занятие №19 стр. 61-62 |  |
| 40 | 25.01 | Занятие №20 стр. 62 |  |
| 41 | 30.01 | Занятие №22 стр. 63-62 | Интеграция с занятием №23 стр. 64 |
| **ФЕВРАЛЬ** |
| 42 | 01.02 | Занятие №25 стр.65-66 |  |
| 43 | 06.02 | Занятие №26 стр. 66 |  |
| 44 | 08.02 | Занятие №28 стр. 67-68 |  |
| 45 | 13.02 | Занятие №29 стр.68 |  |
| 46 | 15.02 | Занятие №30 стр. 68 |  |
| 47 | 20.02 | Занятие №31 стр.69-70 | Спортивное развлечение с папами «Деть защитника Отечества» (распечатка) |
| 48 | 22.02 | Занятие №32 стр. 70 | Интеграция с занятием №33 стр.70 |
| 49 | 27.02 | Занятие №34 стр. 70-71  | Интеграция с занятием №35 стр. 71-72 |
| **МАРТ** |
| 50 | 01.03 | Занятие №1 стр.72-73 |  |
| 51 | 06.03 | Занятие №2 стр. 73 | Физкультурный досуг «8 марта-мамин день» (распечатка) |
| 52 | 13.03 | Занятие №4 стр. 74-75 |  |
| 53 | 15.03 | Занятие №5 стр.75-76 |  |
| 54 | 20.03 | Занятие №7 стр. 76-77 |  |
| 55 | 22.03 | Занятие №8 стр. 77 |  |
| 56 | 27.03 | Занятие №10 стр. 78 |  |
| 57 | 29.03 | Занятие №11 стр. 79 |  |
| **АПРЕЛЬ** |
| 58 | 03.04 | Занятие №13 стр. 80-81 |  |
| 59 | 05.04 | Занятие №14 стр. 81 |  |
| 60 | 10.04 | Занятие №16 стр.82-83 | Спортивное развлечение «Путешествие в космос» (распечатка) |
| 61 | 12.04 | Занятие №17 стр. 83 |  |
| 62 | 17.04 | Занятие №19 стр. 84-85 |  |
| 63 | 19.04 | Занятие №20 стр. 85 |  |
| 64 | 24.04 | Занятие №22 стр. 86 |  |
| 65 | 26.04 | Занятие №23 стр. 87 |  |
| **МАЙ** |
| 66 | 03.05 | Занятие №25 стр. 88-89 | Спортивный досуг «День победы» (распечатка) |
| 67 | 10.05 | Занятие №26 стр. 89 |  |
| 68 | 15.05 | Занятие №28 стр.89-90 |  |
| 69 | 17.05 | Занятие №29 стр. 90 |  |
| 70 | 22.05 | Занятие №31 стр. 91-92 |  |
| 71 | 24.05 | Занятие №32 стр. 92 |  |
| 72 | 29.05 | Занятие №34 стр. 92-93 |  |
| 73 | 31.05 | Занятие №35 стр.93 |  |

**Используемая литература: Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017. – 112 с.**

**Выполнила: Десяткова А.В., инструктор по ФК**

|  |
| --- |
| **Приложение № 3** к рабочей программе по реализации ОО «Физическое развитие» направление «Физическая культура» |

**Перспективное планирование**

**занятий по образовательной области**

 **«Физическое развитие»**

**направление «Физическая культура»**

**группа старшего возраста «Солнышко» (вторник, четверг)**

**на 2022-2023 учебный год.**

 **СЕНТЯБРЬ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Дата | Мероприятие | Примечание |
| 1 | 01.09 | Занятие №1 стр.15-17 |  |
| 2 | 06.09 | Занятие №2 стр.17 |  |
| 3 | 08.09 | Занятие №4 стр.19-20 |  |
| 4 | 13.09 | Занятие №5 стр.20 | Физкультурный досуг «Народные игры-залог здоровья» (распечатка) |
| 5 | 15.09 | Занятие №7стр.21-23 |  |
| 6 | 20.09 | Занятие №8 стр.23-24 |  |
| 7 | 22.09 | Занятие №10 стр.24-26 |  |
| 8 | 27.09 | Занятие №11 стр.26 |  |
| 9 | 29.09 | Занятие №7 повтор стр.21-23 |  |
| **ОКТЯБРЬ** |
| 10 | 04.10 | Занятие №13 стр. 28-29 | Физкультурный праздник «Быть здоровым здорово» (распечатка) |
| 11 | 06.10 | Занятие №14 стр. 29 |  |
| 12 | 11.10 | Занятие №16 стр. 30-32 |  |
| 13 | 13.10 | Занятие №17 стр. 32 |  |
| 14 | 18.10 | Занятие №19 стр. 33-34 |  |
| 15 | 20.10 | Занятие №20 стр. 34-35 |  |
| 16 | 25.10 | Занятие №22 стр. 35-37 |  |
| 17 | 27.10 | Занятие №23 стр. 37 |  |
| **НОЯБРЬ** |
| 18 | 01.11 | Занятие №25 стр.39-41 |  |
| 19 | 03.11 | Занятие №26 стр. 41 | Физкультурный развлечение «Ярмарка игр» (распечатка) |
| 20 | 08.11 | Занятие №28 стр.42-43 |  |
| 21 | 10.11 | Занятие №29 стр.43 |  |
| 22 | 15.11 | Занятие №31 стр.44-45 |  |
| 23 | 17.11 | Занятие №32 стр.45 |  |
| 24 | 22.11 | Занятие №34 стр.46-47 |  |
| 25 | 24.11 | Занятие №35 стр.47 |  |
| 26 | 29.11 | Повторение занятия №31 стр.44-45 |  |
| **ДЕКАБРЬ** |
| 27 | 01.12 | Занятие №1 стр. 48-49 |  |
| 28 | 06.12 | Занятие №2 стр. 49-50 | Физкультурный досуг «Что нам нравится зимой» (распечатка) |
| 29 | 08.12 | Занятие №4 стр. 51-52 |  |
| 30 | 13.12 | Занятие №5 стр. 52 |  |
| 31 | 15.12 | Занятие №7 стр. 53-54 |  |
| 32 | 20.12 | Занятие №8 стр. 54 |  |
| 33 | 22.12 | Занятие №10 стр. 55-57 |  |
| 34 | 27.12 | Занятие№11 стр. 57 |  |
| 35 | 29.12 | Занятие №4 повтор стр. 51-52 |  |
| **ЯНВАРЬ** |
| 36 | 10.01 | Занятие №13 стр. 59-60 | Физкультурное развлечение «Зимняя Спартакиада» (распечатка) |
| 37 | 12.01 | Занятие №14 стр. 60 |  |
| 38 | 17.01 | Занятие №16 стр. 61-62 |  |
| 39 | 19.01 | Занятие №17 стр. 63 |  |
| 40 | 24.01 | Занятие №19 стр. 63-64 |  |
| 41 | 26.01 | Занятие №20 стр. 64 |  |
| 42 | 31.01 | Занятие №22 стр. 65-66 | Интеграция с занятием №23 стр.66 |
| **ФЕВРАЛЬ** |
| 43 | 02.02 | Занятие №25 стр. 68-69 |  |
| 44 | 07.02 | Занятие №26 стр. 69 |  |
| 45 | 09.02 | Занятие №28 стр. 70-71 |  |
| 46 | 14.02 | Занятие №29 стр. 71 |  |
| 47 | 16.02 | Занятие№31 стр. 71-72  | Спортивное развлечение «Самый сильный» (распечатка) |
| 48 | 21.02 | Занятие №32 стр. 72-73 | Интеграция с занятием №34 стр. 73-74 |
| 49 | 28.02 | Занятие №35 стр. 74-75 | Интеграция с занятием №36 стр. 75 |
| **МАРТ** |
| 50 | 02.03 | Занятие №1 стр. 76-77 |  |
| 51 | 07.03 | Занятие №2 стр. 77-78 | Спортивный праздник «Мамочка моя» (распечатка) |
| 52 | 09.03 | Занятие №4 стр. 79-80 |  |
| 53 | 14.03 | Занятие №5 стр. 80 |  |
| 54 | 16.03 | Занятие №7 стр. 81-82 |  |
| 55 | 21.03 | Занятие №8 стр. 82 |  |
| 56 | 23.03 | Занятие №9 стр. 83 |  |
| 57 | 28.03 | Занятие №10 стр. 83-84 |  |
| 58 | 30.03 | Занятие №11 стр. 84 |  |
| **АПРЕЛЬ** |
| 59 | 04.04 | Занятие №13 стр. 86-87 |  |
| 60 | 06.04 | Занятие №14 стр. 87 |  |
| 61 | 11.04 | Занятие №16 стр. 88-89 | Спортивный праздник «Мы первые в космос» (распечатка) |
| 62 | 13.04 | Занятие №17 стр. 89 |  |
| 63 | 18.04 | Занятие №19 стр. 89-91 |  |
| 64 | 20.04 | Занятие №20 стр. 91 |  |
| 65 | 25.04 | Занятие №22 стр. 91-93 |  |
| 66 | 27.04 | Занятие №23 стр. 93 |  |
| **МАЙ** |
| 67 | 02.05 | Занятие №25 стр. 94-95 |  |
| 68 | 04.05 | Занятие №26 стр. 95-96 | Физкультурный праздник «Навстречу лету с физкульт-приветом!» (распечатка) |
| 69 | 11.05 | Занятие №28 стр. 96-97 |  |
| 70 | 16.05 | Занятие №29 стр. 97 |  |
| 71 | 18.05 | Занятие №31 стр. 98-99 |  |
| 72 | 23.05 | Занятие №32 стр. 99 |  |
| 73 | 25.05 | Занятие №34 стр. 100-101 |  |
| 74 | 30.05 | Занятие №35 стр. 101 |  |

Литература: Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017. - 128 с.

 **Выполнила: Десяткова А.В., инструктор ФК**

|  |
| --- |
| **Приложение № 3** к рабочей программе по реализации ОО «Физическое развитие» направление «Физическая культура» |

**Перспективное планирование**

**занятий по образовательной области**

 **«Физическое развитие»**

**направление «Физическая культура»**

**группа старшего возраста «Брусничка» (понедельник, пятница)**

**на 2022-2023 учебный год.**

 **СЕНТЯБРЬ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Дата | Мероприятие | Примечание |
| 1 | 02.09 | Занятие №1 стр.15-17 |  |
| 2 | 05.09 | Занятие №2 стр.17 |  |
| 3 | 09.09 | Занятие №4 стр.19-20 |  |
| 4 | 12.09 | Занятие №5 стр.20 | Физкультурный досуг «Народные игры-залог здоровья» (распечатка) |
| 5 | 16.09 | Занятие №7стр.21-23 |  |
| 6 | 19.09 | Занятие №8 стр.23-24 |  |
| 7 | 23.09 | Занятие №10 стр.24-26 |  |
| 8 | 26.09 | Занятие №11 стр.26 |  |
| 9 | 30.09 | Занятие №7 повтор стр.21-23 |  |
| **ОКТЯБРЬ** |
| 10 | 03.10 | Занятие №13 стр. 28-29 | Физкультурный праздник «Быть здоровым здорово» (распечатка) |
| 11 | 07.10 | Занятие №14 стр. 29 |  |
| 12 | 10.10 | Занятие №16 стр. 30-32 |  |
| 13 | 14.10 | Занятие №17 стр. 32 |  |
| 14 | 17.10 | Занятие №19 стр. 33-34 |  |
| 15 | 21.10 | Занятие №20 стр. 34-35 |  |
| 16 | 24.10 | Занятие №22 стр. 35-37 |  |
| 17 | 28.10 | Занятие №23 стр. 37 |  |
| 18 | 31.10 | Повторение занятия №19 стр. 33-34 |  |
| **НОЯБРЬ** |
| 19 | 07.11 | Занятие №25 стр.39-41 |  |
| 20 | 11.11 | Занятие №26 стр. 41 | Физкультурный развлечение «Ярмарка игр» (распечатка) |
| 21 | 14.11 | Занятие №28 стр.42-43 |  |
| 22 | 18.11 | Занятие №29 стр.43 |  |
| 23 | 21.11 | Занятие №31 стр.44-45 |  |
| 24 | 25.11 | Занятие №32 стр.45 |  |
| 25 | 28.11 | Занятие №34 стр.46-47 | Интеграция с занятием №35 стр.47 |
| **ДЕКАБРЬ** |
| 26 | 02.12 | Занятие №1 стр. 48-49 |  |
| 27 | 05.12 | Занятие №2 стр. 49-50 | Физкультурный досуг «Что нам нравится зимой» (распечатка) |
| 28 | 09.12 | Занятие №4 стр. 51-52 |  |
| 29 | 12.12 | Занятие №5 стр. 52 |  |
| 30 | 16.12 | Занятие №7 стр. 53-54 |  |
| 31 | 19.12 | Занятие №8 стр. 54 |  |
| 32 | 23.12 | Занятие №10 стр. 55-57 |  |
| 33 | 26.12 | Занятие№11 стр. 57 |  |
| 34 | 30.12 | Повторение занятия №4 стр. 51-52 |  |
| **ЯНВАРЬ** |
| 35 | 09.01 | Занятие №13 стр. 59-60 | Физкультурное развлечение «Зимняя Спартакиада» (распечатка) |
| 36 | 13.01 | Занятие №14 стр. 60 |  |
| 37 | 16.01 | Занятие №16 стр. 61-62 |  |
| 38 | 20.01 | Занятие №17 стр. 63 |  |
| 39 | 23.01 | Занятие №19 стр. 63-64 |  |
| 40 | 27.01 | Занятие №20 стр. 64 |  |
| 41 | 30.01 | Занятие №22 стр. 65-66 | Интеграция с занятием №23 стр.66 |
| **ФЕВРАЛЬ** |
| 42 | 03.02 | Занятие №25 стр. 68-69 |  |
| 43 | 06.02 | Занятие №26 стр. 69 |  |
| 44 | 10.02 | Занятие №28 стр. 70-71 |  |
| 45 | 13.02 | Занятие №29 стр. 71 |  |
| 46 | 17.02 | Занятие№31 стр. 71-72  | Спортивное развлечение «Самый сильный» (распечатка) |
| 47 | 20.02 | Занятие №32 стр. 72-73 | Интеграция с занятием №34 стр. 73-74 |
| 48 | 27.02 | Занятие №35 стр. 74-75 | Интеграция с занятием №36 стр. 75 |
| **МАРТ** |
| 49 | 03.03 | Занятие №1 стр. 76-77 |  |
| 50 | 06.03 | Занятие №2 стр. 77-78 | Спортивный праздник «Мамочка моя» (распечатка) |
| 51 | 10.03 | Занятие №4 стр. 79-80 |  |
| 52 | 13.03 | Занятие №5 стр. 80 |  |
| 53 | 17.03 | Занятие №7 стр. 81-82 |  |
| 54 | 20.03 | Занятие №8 стр. 82 |  |
| 55 | 24.03 | Занятие №9 стр. 83 |  |
| 56 | 27.03 | Занятие №10 стр. 83-84 |  |
| 57 | 31.03 | Занятие №11 стр. 84 |  |
| **АПРЕЛЬ** |
| 58 | 03.04 | Занятие №13 стр. 86-87 |  |
| 59 | 07.04 | Занятие №14 стр. 87 |  |
| 60 | 10.04 | Занятие №16 стр. 88-89 | Спортивный праздник «Мы первые в космос» (распечатка) |
| 61 | 14.04 | Занятие №17 стр. 89 |  |
| 62 | 17.04 | Занятие №19 стр. 89-91 |  |
| 63 | 21.04 | Занятие №20 стр. 91 |  |
| 64 | 24.04 | Занятие №22 стр. 91-93 |  |
| 65 | 28.04 | Занятие №23 стр. 93 |  |
| **МАЙ** |
| 66 | 05.05 | Занятие №25 стр. 94-95 |  |
| 67 | 12.05 | Занятие №26 стр. 95-96 | Физкультурный праздник «Навстречу лету с физкульт-приветом!» (распечатка) |
| 68 | 15.05 | Занятие №28 стр. 96-97 |  |
| 69 | 19.05 | Занятие №29 стр. 97 |  |
| 70 | 22.05 | Занятие №31 стр. 98-99 |  |
| 71 | 26.05 | Занятие №32 стр. 99 |  |
| 72 | 29.05 | Занятие №34 стр. 100-101 | Интеграция с занятием №35 стр. 101 |

Литература: Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017. - 128 с.

 **Выполнила: Десяткова А.В., инструктор ФК**

**Приложение № 4**

**к рабочей программе по реализации**

**ОО «Физическое развитие» направление**

**«Физическая культура»**

**Перспективное планирование**

**занятий по образовательной области**

**«Физическое развитие»**

**направление «Физическая культура»**

**группа подготовительного возраста «Колокольчик» (понедельник, среда)**

**на 2022-2023 учебный год.**

**СЕНТЯБРЬ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Дата** | **Тема занятий** | **Примечания по интеграции занятий** |
| 1 | 05.09 | Занятие №1 стр. 9-10 | Спортивный праздник «От ГТО к олимпийским рекордам» (распечатка) |
| 2 | 07.09 | Занятие №2 стр.10 |  |
| 3 | 12.09 | Занятие №4 стр. 11-13 |  |
| 4 | 14.09 | Занятие №5 стр. 13 |  |
| 5 | 19.09 | Занятие №7 стр. 15-16 |  |
| 6 | 21.09 | Занятие №8 стр. 16 |  |
| 7 | 26.09 | Занятие №10 стр. 16-17 |  |
| 8 | 28.09 | Занятие №11 стр. 18 |  |
| **ОКТЯБРЬ** |
| 9 | 03.10 | Занятие №13 стр. 20-21 | Физкультурный досуг «Витаминка» (распечатка) |
| 10 | 05.10 | Занятие №14 стр. 21-22 |  |
| 11 | 10.10 | Занятие №16 стр. 22-23 |  |
| 12 | 12.10 | Занятие №17 стр. 23-24 |  |
| 13 | 17.10 | Занятие №19 стр. 24-25 |  |
| 14 | 19.10 | Занятие №20 стр. 26 |  |
| 15 | 24.10 | Занятие №22 стр. 27-28 |  |
| 16 | 26.10 | Занятие №23 стр. 28 |  |
| 17 | 31.10 | Повторение занятия №19 стр. 24-25 |  |
| **НОЯБРЬ** |
| 18 | 02.11 | Занятие №25 стр. 29-32 |  |
| 19 | 07.11 | Занятие №26 стр. 32 |  |
| 20 | 09.11 | Занятие №28 стр. 32-34  |  |
| 21 | 14.11 | Занятие №29 стр. 34 |  |
| 22 | 16.11 | Занятие №31 стр. 34-36 | Физкультурный досуг «Народные игры России» (распечатка) |
| 23 | 21.11 | Занятие №32 стр. 36 |  |
| 24 | 23.11 | Занятие №34 стр. 37-38 |  |
| 25 | 28.11 | Занятие №35 стр. 38-39 |  |
| 26 | 30.11 | Повторение занятия №28 стр. 32-34  |  |
| **ДЕКАБРЬ** |
| 27 | 05.12 | Занятие №1 стр.40-41 |  |
| 28 | 07.12 | Занятие №2 стр. 41 |  |
| 29 | 12.12 | Занятие №4 стр. 42-43 |  |
| 30 | 14.12 | Занятие №5 стр. 43 |  |
| 31 | 19.12 | Занятие №7 стр. 45-46 | Физкультурный досуг «За здоровьем в зимний лес» (распечатка) |
| 32 | 21.12 | Занятие №8 стр. 46 |  |
| 33 | 26.12 | Занятие №10 стр. 47-48 |  |
| 34 | 28.12 | Занятие №11 стр. 48 |  |
| **ЯНВАРЬ** |
| 35 | 09.01 | Занятие №13 стр. 49-51 |  |
| 36 | 11.01 | Занятие №14 стр. 51 |  |
| 37 | 16.01 | Занятие №16 стр. 52-53 | Физкультурное развлечение «Зимняя Спартакиада» (распечатка) |
| 38 | 18.01 | Занятие №17 стр. 53-54 |  |
| 39 | 23.01 | Занятие №19 стр. 54-56 | Интеграция с занятием №20 стр. 56 |
| 40 | 25.01 | Занятие №22 стр. 57-58 |  |
| 41 | 30.01 | Занятие №23 стр. 58 |  |
| **ФЕВРАЛЬ** |
| 42 | 01.02 | Занятие №25 стр. 59-60 |  |
| 43 | 06.02 | Занятие №26 стр. 60 |  |
| 44 | 08.02 | Занятие №28 стр. 61-62 |  |
| 45 | 13.02 | Занятие №29 стр. 62 |  |
| 46 | 15.02 | Занятие №31 стр. 63-64 | Физкультурный праздник «Будем в армии служить, будем Родину хранить» (распечатка) |
| 47 | 20.02 | Занятие №32 стр. 64 |  |
| 48 | 22.02 | Занятие №34 стр. 65-66 |  |
| 49 | 27.02 | Занятие №35 стр. 66 |  |
| **МАРТ** |
| 50 | 01.03 | Занятие №1 стр.72-73 |  |
| 51 | 06.03 | Занятие №2 стр.73  | Спортивный праздник «Любимая мамочка» (распечатка) |
| 52 | 13.03 | Занятие №4 стр.74-75 |  |
| 53 | 15.03 | Занятие №5 стр.75 |  |
| 54 | 20.03 | Занятие №7 стр.76-78 |  |
| 55 | 22.03 | Занятие №8 стр.78  |  |
| 56 | 27.03 | Занятие №10 стр.79-80 |  |
| 57 | 29.03 | Занятие №11 стр.80 |  |
| **АПРЕЛЬ** |
| 58 | 03.04 | Занятие №13 стр.81-82 |  |
| 59 | 05.04 | Занятие №14 стр.82 | Спортивный праздник «Мы первые в космос» (распечатка) |
| 60 | 10.04 | Занятие №16 стр.83 |  |
| 61 | 12.04 | Занятие №17 стр.84 |  |
| 62 | 17.04 | Занятие №19 стр.84-86 |  |
| 63 | 19.04 | Занятие №20 стр.86 |  |
| 64 | 24.04 | Занятие №22 стр.87-88 |  |
| 65 | 26.04 | Занятие №23 стр.88 |  |
| **МАЙ** |
| 66 | 03.05 | Занятие №25 стр.88-89 |  |
| 67 | 10.05 | Занятие №26 стр.89-90 | Спортивно – музыкальный праздник «Благодарим, солдаты, Вас!» (распечатка) |
| 68 | 15.05 | Занятие №28 стр.90-91 |  |
| 69 | 17.05 | Занятие №29 стр.91 |  |
| 70 | 22.05 | Занятие №31 стр.92-93 |  |
| 71 | 24.05 | Занятие №32 стр.93 |  |
| 72 | 29.05 | Занятие №34 стр.95-96 |  |
| 73 | 31.05 | Занятие №35 стр.96 |  |

**Используемая литература: Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017. – 112 с.**

**Выполнила: Десяткова А.В., инструктор по ФК**

 **Приложение к ООП №7**

**План – график**

физкультурно-оздоровительных мероприятий /на 2022-2023 год/.

|  |
| --- |
| **Младший и средний возраст.** |
| **Время года** | **Месяц** | **Мероприятия** | **Реком.****литер.** |
| Осень  | сентябрь | м/г | Физкультурный досуг «Осенний урожай» | Распечатка  |
| с/г | Физкультурный досуг «Не зевай, урожай собирай» | Распечатка  |
| октябрь | м/г | Физкультурное развлечение «Игры на осенней полянке» | Распечатка  |
| с/г | Физкультурный досуг «Разноцветная осень» | Распечатка |
| ноябрь | м/г | Физкультурный досуг «Мячик круглый есть у нас». | Распечатка  |
| с/г | Физкультурный досуг «В гостях у сказки» | Распечатка  |
| Зима | декабрь | м/г | Физкультурно-познавательное развлечение «Загадочный лес» | Распечатка  |
| с/г | Физкультурный досуг «Новогодние сюрпризы» | Распечатка  |
| январь | м/г | Физкультурное развлечение «Снеговик в гостях у малышей» | Распечатка  |
| с/г | Физкультурный досуг «Зимняя нить» | Распечатка |
| февраль | м/г | Спортивный праздник «Самый лучший папа» | Распечатка  |
| с/г | Спортивное развлечение «День защитника Отечества» | Распечатка  |
| Весна | март | м/г | Физкультурный досуг «Игры с петрушкой» | Распечатка  |
| с/г | Физкультурный досуг «8 марта – мамин день» | Распечатка  |
| апрель | м/г | Физкультурное развлечение «День космонавтики» | Распечатка  |
| с/г | Спортивное развлечение «Путешествие в космос» | Распечатка  |
| май | м/г | Физкультурное праздник «Морское путешествие» | Распечатка  |
| с/г | Спортивный досуг «День победы» | Распечатка  |
| Летото | июнь |  | Физкультурный досуг «Мы встречаем лето» | Распечатка  |
| июль |  | Спортивное развлечение «Солнечный зайчик» | Распечатка  |
| август |  | Физкультурное развлечение «Страна весёлых игр» | Распечатка  |

|  |
| --- |
| **Старший дошкольный возраст.** |
| **Время года** | **Месяц** | **Мероприятия** | **Реком.****литер.** |
| Осень  | сентябрь | ст/г | Физкультурный досуг «Народные игры-залог здоровья»  | Распечатка  |
| п/г | Спортивный праздник «От ГТО к олимпийским рекордам» | Распечатка |
| октябрь | ст/г | Физкультурный праздник «Быть здоровым здорово» | Распечатка |
| п/г | Физкультурный досуг «Витаминка | Распечатка  |
| ноябрь | ст/г | Физкультурный развлечение «Ярмарка игр» | Распечатка |
| п/г | Физкультурный досуг «Народные игры России» | Распечатка |
| Зима | декабрь | ст/г | Физкультурный досуг «Что нам нравится зимой» | Распечатка |
| п/г | Физкультурный досуг «За здоровьем в зимний лес» | Распечатка |
| январь | ст/г | Физкультурное развлечение «Зимняя Спартакиада» | Распечатка |
| п/г | Физкультурное развлечение «Зимняя Спартакиада» | Распечатка  |
| февраль | ст/г | Спортивное развлечение «Самый сильный» | Распечатка |
| п/г | Физкультурный праздник «Будем в армии служить, будем Родину хранить» | Распечатка |
| Весна | март | ст/г | Спортивный праздник «Мамочка моя» | Распечатка |
| п/г | Спортивный праздник «Любимая мамочка» | Распечатка  |
| апрель | ст/г | Спортивный праздник «Мы первые в космос» | Распечатка |
| п/г | Спортивный праздник «Мы первые в космос» | Распечатка  |
| май | ст/г | Физкультурный праздник «Навстречу лету с физкульт-приветом!»  | Распечатка |
| п/г | Спортивно – музыкальный праздник «Благодарим, солдаты, Вас!» | Распечатка  |
| Лето | июнь |  | Спортивный праздник «Дружат дети всей земли» | Распечатка  |
| июль |  | Спортивный досуг «Летние забавы» | Распечатка  |
| август |  | Спортивное развлечение «Азбука безопасности» | Распечатка |

**План взаимодействие с родителями. *(Приложение 11)***

**Младшая группа.**

**Сентябрь**- Консультация «Физическое развитие детей младшего дошкольного возраста»

**Октябрь** – Консультация «Не мешайте детям лазать и ползать!»

**Ноябрь** – Консультация «Как избежать простуды и инфекций»

**Декабрь** – Памятка «Дыхательные игры – упражнения»

**Январь** – Консультация «Правильная осанка ребёнка»

**Февраль** – Памятка «Сколиоз - меры его профилактики»

**Март** – Консультация «Живые витамины»

**Апрель** – Консультация «Физическая культура вашего малыша»

**Май** – Консультация «Правильная одежда и обувь для дошкольника».

**Средняя группа.**

**Сентябрь** – Памятка «Значение спортивной формы на занятиях по физической культуре»

**Октябрь -** Консультация «Игры и упражнения для профилактики нарушения осанки»

**Ноябрь -** Консультация «Лишние килограммы у детей»

**Декабрь -** Консультация «Давайте играть, чтобы не болеть»

**Январь –** Консультация «Здоровье детей в зимний период»

**Февраль** – Консультация «Повышение интереса вашего ребёнка к физической культуре и спорту»

**Март** – Консультация «Эффективные средства и методы закаливания детей»

**Апрель –** Консультация «В поход всей семьёй»

**Май –** МК по изготовлению нестандартного физкультурного оборудования.

**Старшая группа**

**Сентябрь** - Памятка «Значение спортивной формы на занятиях по физической культуре»

**Октябрь** – Консультация «Профилактика плоскостопия»

**Ноябрь** – Консультация «Лишние килограммы у детей»

**Декабрь** – Консультация «Зимние игры и забавы для физического развития ребёнка. Меры предосторожности зимой»

**Январь –** Памятка по оздоровлению детей

**Февраль -** Консультация «Повышение интереса вашего ребёнка к физической культуре и спорту»

**Март** - Консультация «Эффективные средства и методы закаливания детей»

**Апрель -** Консультация «В поход всей семьёй»

**Май -** МК по изготовлению нестандартного физкультурного оборудования.

**Подготовительная группа**

**Сентябрь** - Памятка «Значение спортивной формы на занятиях по физической культуре»

**Октябрь –** Консультация «Двигательные навыками и умениями детей 6-7 лет»

**Ноябрь** - Консультация «Лишние килограммы у детей»

**Декабрь** - Консультация «Зимние игры и забавы для физического развития ребёнка. Меры предосторожности зимой»

**Январь –** Консультация «Семья в формировании физической культуры у детей»

**Февраль** - Консультация «Повышение интереса вашего ребёнка к физической культуре и спорту»

**Март -** Консультация «Эффективные средства и методы закаливания детей»

**Апрель -** Консультация «В поход всей семьёй»

**Май -** МК по изготовлению нестандартного физкультурного оборудования.

Оценка физической подготовленности детей *Приложение №14*

Оценка двигательной активности детей на занятии проводится путём вычислений:

* 1. Общей плотности =$\frac{полезная время}{продолжительность занятия}$\*100
	2. Моторная плотность =$\frac{время движений}{общее время занятия}$\*100
	3. Интенсивности двигательной активности =$\frac{объм двигательной активности (показания шагомера)}{продолжительность двигательной активности}$\*100

В.И. Усаковым для оценки темпа прироста физических качеств детей дошкольного возраста была предложена шкала оценки, где темпы прироста рекомендуется определять по формуле: W=$\frac{100(V2-V1)}{1/2(V1+V2}$ где W – прирост показателей темпов в %, V1-исходный показатель (мониторинг сентябрь), V2-конечный показаатель (мониторинг май)

МОНИТОРИНГ (младшая группа) 2022-2023 уч.год.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Фамилия Имя | Скоростно-силовое | Итого  | Прирост  | Сила | Итого  | Прирост  | Скоростно-силовое | Итого | Прирост  | Итог  |
| Метание мешочка 150гр | Динамометрия кистей рук | Прыжки в длину с места |
| Н.г. | К.г. | Н.г. | К.г. | пр | лев. | Н.г. | К.г. | Н.г | К.г | пр | лев |  |  |  |  |  |
| П.р. | Л.р. | П.р. | Л.р. | П.р. | Л.р. | П.р. | Л.р. |  |  | П.р. | Л.р. | П.р. | Л.р. | П.р. | Л.р. | П.р. | Л.р. |  |  | Н.г. | К.г. | Н.г. | К.г. |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

МОНИТОРИНГ (средняя группа) 2022-2023 уч.год.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ФамилияИмя | Быстрота  | Итого  | Прирост  | Гибкость | Итого  | Прирост  | Выносливость  | Итого  | Прирост  | Ловкость, координация | Итого  | Прирост  | Сила | Итого  | Прирост  | Скоростно-силовое | Итого  | Прирост | Итог |
| Челночный бег 3×10 м | Наклоны туловища вперёд | Бег на 90 м | Подбрасывание и ловля мяча двумя руками | Динамометрия кистей рук | Бросок набивного мяча |
| Н.г. | К.г. | Н.г. | К.г. |
| Н.г. | К.г. | Н.г. | К.г. | Н.г | К.г | Н.г | К.г | Н.г. | К.г. | Н.г | К.г. |  | Н.г | К.г. | Н.г | К.г. |  | П. | Л. | П. | Л. | П  | Л  | П  | Л  | П. | Л. | Н. | К. | Н  | К  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

МОНИТОРИНГ (старшая группа) 2022-2023 уч.год.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ФамилияИмя | Быстрота  | Итого  | Прирост  | Гибкость  | Итого  | Прирост  | Выносливость  | Итого  | Прирост | Сила  | Итого  | Прирост  | Скоростно – силовой  | Итого  | Прирост  | Ловкость, координация  | Итого  | Прирост | Итог  |
| Челночный бег 3×10 м | Наклоны туловища вперёд | Бег на 120 м | Динамометрия кистей рук | Бросок набивного мяча из-за головы стоя, вес 1 кг | Подбрасывание и ловля мяча  |
| Н.г. | К.г. | Н.г. | К.г. |
| Н. | К | Н  | К  | Н. | К | Н  | К  | Н. | К. | Н  | К  | П.р. | Л.р. | П.р. | Л.р. | П  | Л  | П  | Л  | П.р. | Л.р. | Н.г. | К.г. | Н.г. | К.г. | Н.г. | К.г. | Н | К  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

 МОНИТОРИНГ (подготовительная к школе группа) 2022-2023 уч.год.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ФамилияИмя | Быстрота  | Итого  | Прирост  | Гибкость  | Итого  | Прирост  | Выносливость  | Итого  | Прирост | Сила  | Итого  | Прирост  | Скоростно – силовой  | Итого  | Прирост  | Ловкость, координация  | Итого  | Прирост | Итог  |
| Челночный бег 3×10 м | Наклоны туловища вперёд | Бег на 150 м | Динамометрия кистей рук | Бросок набивного мяча из-за головы стоя, вес 1 кг | Подбрасывание и ловля мяча  |
| Н.г. | К.г. | Н.г. | К.г. |
| Н. | К | Н  | К  | Н. | К | Н  | К  | Н. | К. | Н  | К  | П.р. | Л.р. | П.р. | Л.р. | П  | Л  | П  | Л  | П.р. | Л.р. | Н.г. | К.г. | Н.г. | К.г. | Н.г. | К.г. | Н | К  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

1. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы», под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. М: МОЗАИКА СИНТЕЗ, 2014 стр. 130, 132. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «Мозаика» под редакцией В.Ю. Белькович, Н.В. Гребенкиной, И.А. Кильдышевой, 2018 г. [↑](#footnote-ref-1)
2. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы», под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. М: МОЗАИКА СИНТЕЗ, 2014стр. 130, 133. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «Мозаика» под редакцией В.Ю. Белькович, Н.В. Гребенкиной, И.А. Кильдышевой, 2018 г. [↑](#footnote-ref-2)
3. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы», под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. М: МОЗАИКА СИНТЕЗ, 2014, стр. 131, 134. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «Мозаика» под редакцией В.Ю. Белькович, Н.В. Гребенкиной, И.А. Кильдышевой, 2018 г. [↑](#footnote-ref-3)
4. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы», под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. М: МОЗАИКА СИНТЕЗ, 2014, стр. 135. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «Мозаика» под редакцией В.Ю. Белькович, Н.В. Гребенкиной, И.А. Кильдышевой, 2018 г. [↑](#footnote-ref-4)
5. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы», под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. М: МОЗАИКА СИНТЕЗ, 2014, стр. 135. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «Мозаика» под редакцией В.Ю. Белькович, Н.В. Гребенкиной, И.А. Кильдышевой, 2018 г. [↑](#footnote-ref-5)
6. Приложение к РП № 13 [↑](#footnote-ref-6)