

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Прогимназия №237 «Семицветик»
г.Саратова**

Рассмотрено и принято
на заседании
педагогического совета
Протокол № 1 от 30.08.23
Согласовано:
Общим родительским комитетом
Протокол № 1 от 31.08.23



Утверждаю:
Директор МАОУ «Прогимназия
№ 237 «Семицветик»
А.В. Катаржина
Приказ № 44 от 31.08.23

**Рабочая программа образовательной области
«Физическое развитие»**

2023 год

Содержание программы

№	Раздел программы	Страница
1	Пояснительная записка.	3
2	Планируемые результаты освоения образовательной области.	3
3	Содержание образовательной области.	6 - 29

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа образовательной области «Физическое развитие», являющаяся частью основной образовательной программы дошкольного образования автономного общеобразовательного учреждения «Прогимназия №237«Семицветик», разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, учётом Федеральной образовательной программы (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022г. №1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования»).

«Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)» (см. пункт 2.6. ФГОС ДО).

2. Планируемые результаты освоения образовательной области «Физическое развитие»

Показатели развития для детей от 2 до 3 лет

выполняет одновременно два действия: хлопает и топает

- перешагивает через предметы на полу чередующим шагом
- бегаёт, подпрыгивает
- прыгает в длину на двух ногах с места
- перепрыгивает через линию на полу
- бросает и ловит мяч
- быстро проходит по наклонной доске
- катается на трёхколёсном велосипеде
- спрыгивает с небольшой высоты

Показатели развития для детей от 3 до 4 лет

Ходит прямо, сохраняя заданное воспитателем направление

Бегаёт, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с задачей
Сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной поверхности, при перешагивании через предметы

Сохраняет равновесие при беге по ограниченной плоскости (плоскость ограничена линиями на полу, не возвышенная)

Ползает на четвереньках произвольным способом

Лазает по лесенке произвольным способом

Лазает по гимнастической стенке произвольным способом

Прыгает в длину, отталкиваясь двумя ногами

Катит мяч в заданном направлении

Бросает мяч двумя руками от груди

Ударяет мячом об пол 2-3 раза и ловит

Бросает мяч вверх 2-3 раза и ловит

Метает предметы вдаль

Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры

Сам (или после напоминания взрослого) соблюдает элементарные правила поведения во время

еды
Сам (или после напоминания взрослого) соблюдает элементарные правила поведения во время умывания
Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости правил гигиены в повседневной жизни

Показатели развития для детей от 4 до 5 лет

Проявляет интерес к подвижным играм, физическим упражнениям
Бег 30 м (мин.и сек.)
Бег 90 м (мин.и сек.)
Прыжок в длину с места
Метает предметы разными способами
Отбивает мяч об землю двумя руками
Отбивает мяч об землю одной рукой
Уверенно бросает и ловит мяч
Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу
Ориентируется в пространстве, находит правую и левую сторону
Выполняет упражнения, демонстрируя пластичность, выразительность движений
Следит за правильной осанкой под руководством воспитателя
Моет руки с мылом, пользуется расчёской, носовым платком, прикрывает рот при кашле, чихании
Правильно пользуется столовыми приборами, салфеткой, полоскает рот после еды
Обращается к взрослому при плохом самочувствии

Показатели развития для детей от 5 до 6 лет

Владеет основными движениями в соответствии с возрастом
Проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях
Проявляет желание участвовать в играх-соревнованиях и играх-эстафетах
Ходит и бежит легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп
Лазает по гимнастической стенке с изменением темпа
Запрыгивает на предмет (высота 20 см)
Прыгает в обозначенное место с высоты 30 см
Прыгает в длину с места (не менее 80 см)
Прыгает в длину с разбега (не менее 100 см)
Прыгает в высоту с разбега (не менее 40 см)
Прыгает через короткую и длинную скакалку
Бег 30 м, (мин. и сек.)
Бег 90 м (мин. и сек.)
Подъем в сед за 30 сек
Метает предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетает замах с броском
Бросает мяч вверх, о землю и ловит его одной рукой
Отбивает мяч на месте не менее 10 раз
Ведет мяч на расстояние не менее 6 м
Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие
Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо, равняться, размыкаться в колонне, шеренге
Выполняет повороты направо, налево, кругом
Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, футбол, бадминтон и др.
Следит за правильной осанкой
Умеет быстро, аккуратно, в правильной последовательности одеваться и раздеваться,

соблюдать порядок в своем шкафу

Владеет элементарными навыками личной гигиены

Имеет навыки опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослого)

Имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах разрушающих здоровье

Владеет простейшими навыками поведения во время еды, пользуется вилкой, ложкой

Понимает значение для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня

Показатели развития для детей от 6 до 7 лет

Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание)

Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции

Участвует в играх с элементами спорта

Выполняет прыжок на мягкое покрытие с высоты до 40 см

Прыгает в длину с места не менее 100 см

Прыгает в длину с разбега до 180 см

Прыгает в высоту с разбега в высоту не менее 50 см

Прыгает через короткую и длинную скакалку разными способами

Бег 30 м, (мин. и сек.)

Бег 90 м (мин. и сек.)

Подъем в сед за 30 сек

Бросает набивной мяч (1 кг) вдаль

Бросает предметы в цель из разных положений

Попадает в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4–5 м

Метает предметы правой и левой рукой на расстояние 5–12 м

Метает предметы в движущуюся цель

Умеет перестраиваться в 3–4 колонны, в 2–3 круга на ходу, в 2 шеренги после расчета на первый-второй, соблюдает интервалы во время движения

Может следить за правильной осанкой

Применяет навыки личной гигиены (выполняет осознанно и самостоятельно)

Применяет культурно-гигиенические навыки (может следить за своим внешним видом и т.д.)

Сформированы представления о здоровом образе жизни

Данные показатели (промежуточные планируемые результаты освоения образовательной области «Физическое развитие») используются для оценки индивидуального развития детей, которая производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Диагностика осуществляется в форме регулярных наблюдений педагога за детьми в повседневной жизни или в процессе непрерывной образовательной деятельности.

Основным механизмом оценки является фиксация показателей развития воспитанника, посредством наблюдения.

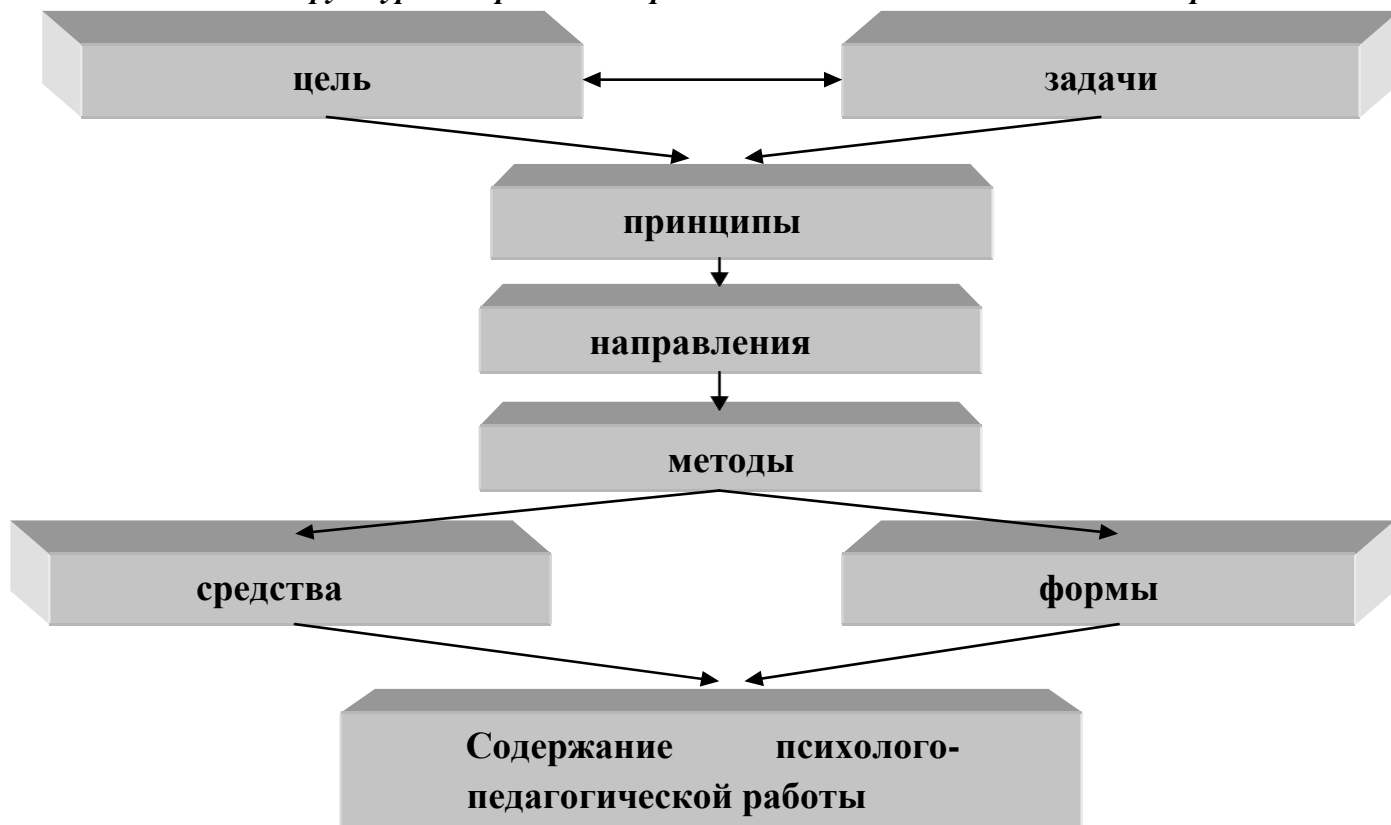
Фиксация показателей развития выражается в словесной (опосредованной) форме:

- не сформирован;
- находится в стадии формирования;
- сформирован.

Результаты педагогической диагностики используются для решения следующих образовательных задач: индивидуализация образования; оптимизация работы с группой детей.

3. Содержание образовательной области «Физическое развитие».

Структура содержания образовательной области «Физическое развитие»



Основные цели и задачи

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

Физическая культура. Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Принципы физического развития:

1) Дидактические:

- систематичность и последовательность;
- развивающее обучение;
- доступность;
- воспитывающее обучение;
- учет индивидуальных и возрастных особенностей;
- сознательность и активность ребенка;
- наглядность

2) Специальные:

- непрерывность;
- последовательность наращивания тренирующих воздействий;
- цикличность.

3) *Гигиенические:*

- сбалансированность нагрузок;
- рациональность чередования деятельности и отдыха;
- возрастная адекватность;
- оздоровительная направленность всего образовательного процесса;
- осуществление лично- ориентированного обучения и воспитания.

Направления физического развития:

1. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.
2. Физическая культура.

Методы физического развития:

Наглядные:

- наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);
- наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);
- тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя).

Словесные:

- объяснения, пояснения, указания;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы к детям;
- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция.

Практические:

- Повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- Проведение упражнений в игровой форме;
- Проведение упражнений в соревновательной форме.

Проблемный:

- частично поисковый (ответы, рассуждения детей с помощью взрослого)

Средства физического воспитания:

- двигательная активность, физические упражнения;
- эколого - природные факторы (солнце, воздух, вода);
- психо – гигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий)

Формы образовательной деятельности

От 2 до 3 лет

Разделы (задачи, блоки)	Режимные моменты	Совместная деятельность с педагогом	Самостоятельная деятельность детей	Совместная деятельность с семьёй
1.Основные движения: -ходьба; бег; катание, бросание, метание; ползание, лазание; упражнения в равновесии.	Утренний отрезок времени Индивидуальная работа воспитателя - игровые упражнения Утренняя гимнастика: -традиционная -сюжетно-игровая Подражательные движения	Занятия по физическому воспитанию: -традиционные - сюжетно-игровые - тематические	Игра Игровое упражнение Подражательные движения	Беседа, консультация Открытые занятия Физкультурный досуг
	Прогулка Подвижная игра большой и малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Индивидуальная работа Занятия по физическому воспитанию на улице Подражательные движения		Игра Игровое упражнение Подражательные движения	
	Вечерний отрезок времени, включая прогулку Гимнастика после дневного сна Физкультурные упражнения Коррекционные упражнения Подражательные движения Индивидуальная работа		Игровое упражнение Игра Подражательные движения	

2.Общеразвивающие упражнения	Утренний отрезок времени Игровые упражнения Игра	В занятиях по физическому воспитанию: -сюжетный комплекс	Игровые упражнения	Беседа , консультация Открытые занятия Физкультурный досуг
	Подражательные движения Утренняя гимнастика: -сюжетный комплекс -подражательный комплекс - комплекс с предметами	-подражательный комплекс - комплекс с предметами		
	Прогулка Подвижная игра малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Индивидуальная работа Занятия по физическому воспитанию на улице Подражательные движения		Игровые упражнения Подражательные движения	
	Вечерний отрезок времени, включая прогулку Гимнастика после дневного сна Физкультурные упражнения Коррекционные упражнения Индивидуальная работа		Игровые упражнения Подражательные движения	

3.Подвижные игры	Утренний отрезок времени Игровые упражнения движения Прогулка Подвижная игра большой и малой подвижности	В занятиях по физическому воспитанию Подвижная игра большой и малой подвижности	Игровые упражнения Подражательные движения Игровые упражнения Подражательные движения	Беседа, консультация Открытые просмотры Физкультурный досуг Мастер-класс
	Вечерний отрезок времени, включая прогулку Игровые упражнения		Игровые упражнения Подражательные движения	
4. Активный отдых	движения Подражательные движения Подвижная игра большой и малой подвижности Индивидуальная работа Физкультурный досуг День здоровья Неделя здоровья			

От 3 до 4 лет

Разделы (задачи, блоки)	Режимные моменты	Совместная деятельность с педагогом	Самостоятельн ая деятельность детей	Совместная деятельность с семьей
<p>1.Основные движения: -ходьба; бег; катание, бросание, метание, ловля; ползание, лазание; упражнения в равновесии; строевые упражнения; ритмические упражнения.</p>	<p>Утренний отрезок времени Индивидуальная работа воспитателя Игровые упражнения Утренняя гимнастика: -классическая -тематическая -сюжетно-игровая -полоса препятствий Подражательные движения</p>	<p>Занятия по физическому воспитанию: - сюжетно-игровые - тематические -классические</p>	<p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация Совместные игры Физкультурный досуг Консультативные встречи. Мастер-класс</p>
	<p>Прогулка Подвижная игра большой и малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Индивидуальная работа Занятия по физическому воспитанию на улице Подражательные движения</p>		<p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p>	
	<p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</p>		<p>Игровое упражнение Игра</p>	

<p>2.Общеразвивающие упражнения</p>	<p>Гимнастика после дневного сна -оздоровительная -сюжетно-игровая -полоса препятствий Физкультурные упражнения Коррекционные упражнения Индивидуальная работа Подражательные движения Утренний отрезок времени Игровые упражнения Подражательные движения Утренняя гимнастика: -классические комплексы -тематические комплексы -сюжетные комплексы -с предметами</p>	<p>В занятиях по физическому воспитанию: -сюжетный комплекс -подражательный комплекс - комплекс с предметами Физ.минутки Динамические паузы</p>	<p>Подражательные движения Игровые упражнения Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация Открытые просмотры Совместные игры Физкультурный досуг Консультативные встречи. Совместные занятия Мастер-класс</p>
	<p>Прогулка Подвижная игра малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Индивидуальная работа Занятия по физическому воспитанию на улице Подражательные движения</p>		<p>Игровые упражнения Подражательные движения</p>	
	<p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку Гимнастика после дневного сна: -оздоровительные упражнения -классические упражнения Физкультурные</p>		<p>Игровые упражнения Подражательные движения</p>	

	упражнения Коррекционные упражнения Индивидуальная работа Динамические паузы			
3.Подвижные игры	Утренний отрезок времени Игровые упражнения Движения Прогулка Подвижная игра большой и малой подвижности	В занятиях по физическому воспитанию игры большой и малой подвижности	Игровые упражнения Подражательные движения Игровые упражнения Подражательные движения	Беседа, консультация Открытые просмотры Совместные игры Физкультурный досуг Консультативные встречи. Совместные занятия Мастер-класс
	Вечерний отрезок времени, включая прогулку Гимнастика после дневного сна: -игры малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Подражательные движения Подвижная игра большой и малой подвижности Индивидуальная работа Динамическая пауза		Игровые упражнения Подражательные движения	
4.Спортив ные упражнения	Утренний отрезок времени Игровые (подводящие) упражнения в индивидуальной работе и в утренней гимнастике Прогулка Подвижная игра большой и малой подвижности с элементами подводящих и подражательных упражнений	В занятиях по физическому воспитанию, игровые (подводящие) упражнения	Игровые упражнения Подражательные движения Игровые упражнения Подражательные движения	Беседа, консультация Открытые просмотры Совместные игры Физкультурный досуг Консультативные встречи. Совместные занятия Мастер-класс

	<p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку Игровые упражнения Физкультурные упражнения Подражательные движения Подвижная игра большой и малой подвижности Индивидуальная работа</p>		<p>Игровые упражнения Подражательные движения</p>	
<p>5.Активный отдых</p>	<p>Физкультурный досуг День здоровья Неделя здоровья</p>			

От 4 до 5 лет

Разделы (задачи, блоки)	Режимные моменты	Совместная деятельность с педагогом	Самостоятельная деятельность детей	Совместная деятельность с семьей
<p>1.Основные движения: -ходьба; бег; катание, бросание, метание, ловля; ползание, лазание; упражнения в равновесии; строевые упражнения; ритмические упражнения.</p>	<p>Утренний отрезок времени Индивидуальная работа воспитателя Игровые упражнения Утренняя гимнастика: -классическая -игровая -полоса препятствий -музыкально-ритмическая Подражательные движения</p> <p>Прогулка Подвижная игра большой и малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Индивидуальная работа Занятия по</p>	<p>Занятия по физическому воспитанию: - сюжетно-игровые - тематические -классические -тренирующее</p>	<p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p> <p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация Открытые просмотры Совместные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники Консультативные встречи. Совместные занятия Мастер-класс</p>

<p>2.Общеразвивающие упражнения</p>	<p>физическому воспитанию на улице Подражательные движения</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку Гимнастика после дневного сна -оздоровительная -коррекционная -полоса препятствий Физкультурные упражнения Коррекционные упражнения Индивидуальная работа Подражательные движения</p> <p>Утренний отрезок времени Игровые упражнения Подражательные движения Утренняя гимнастика: -классические - игровые -подражательные -ритмические</p> <p>Прогулка Подвижная игра малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Индивидуальная работа Занятия по физическому воспитанию на улице Подражательные движения</p>	<p>В занятиях по физическому воспитанию: -сюжетный комплекс -подражательный комплекс - комплекс с предметами -классический -ритмические движения Физ.минутки Динамические паузы</p>	<p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p> <p>Игровые упражнения Подражательные движения</p> <p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация Открытые просмотры Совместные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники Консультативные встречи. Совместные занятия Мастер-класс</p>
--	---	---	---	---

<p>3.Подвижные игры</p>	<p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку Гимнастика после дневного сна: -оздоровительные упражнения -корректирующие упражнения -классические Физкультурные упражнения Коррекционные упражнения Индивидуальная работа Динамические паузы</p> <p>Утренний отрезок времени Игровые упражнения движения</p> <p>Прогулка Подвижная игра большой, малой подвижности и с элементами спортивных игр</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку Гимнастика после дневного сна игры малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Подражательные движения Подвижная игра большой и малой подвижности Индивидуальная работа Динамическая пауза</p>	<p>В занятиях по физическому воспитанию игры большой, малой подвижности и с элементами спортивных игр</p>	<p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p> <p>Игровые упражнения Подражательные движения</p> <p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p> <p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация Открытые просмотры Совместные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники Консультативные встречи. Совместные занятия Мастер-клас</p>
--------------------------------	--	---	---	---

<p>4. Спортивные упражнения</p>	<p>Утренний отрезок времени Игровые (подводящие) упражнения</p> <p>Прогулка Подвижная игра большой и малой подвижности с элементами подводящих и подражательных упражнений</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку Игровые упражнения Подражательные движения Подвижная игра большой и малой подвижности Индивидуальная работа</p>	<p>В занятиях по физическому воспитанию игровые (подводящие) упражнения</p>	<p>Игровое упражнение Подражательные движения</p> <p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p> <p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация Открытые просмотры Совместные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники Консультативные встречи. Совместные занятия Мастер-класс</p>
<p>5. Спортивные игры</p>	<p>Утренний отрезок времени Игровые (подводящие упражнения) Игры с элементами спортивных упражнений Дидактические игры</p> <p>Прогулка Тематические физкультурные занятия Игровые (подводящие упражнения) Игры с элементами спортивных упражнений Динамические</p>	<p>Занятия по физической культуре на улице Игровые (подводящие упражнения) Игры с элементами спортивных упражнений Спортивные игры</p>	<p>Игровые упражнения Подражательные движения</p> <p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация Открытые просмотры Совместные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники Консультативные встречи. Совместные занятия Мастер-класс</p>

<p>6.Активный отдых</p>	<p>паузы Спортивные игры</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку Игровые (подводящие упражнения) Игры с элементами спортивных упражнений Дидактические игры</p> <p>Спортивные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники, День здоровья Неделя здоровья</p>		<p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p>	
--------------------------------	--	--	--	--

От 5 до 6 лет

Разделы (задачи, блоки)	Режимные моменты	Совместная деятельность с педагогом	Самостоятельная деятельность детей	Совместная деятельность с семьей
<p>1.Основные движения: -ходьба; бег; катание, бросание, метание, ловля; ползание, лазание; упражнения в равновесии; строевые упражнения; ритмические упражнения.</p>	<p>Утренний отрезок времени Индивидуальная работа воспитателя Игровые упражнения Утренняя гимнастика: -классическая -игровая -полоса препятствий -музыкально-ритмическая Подражательные движения</p> <p>Прогулка Подвижная игра большой и малой подвижности Игровые упражнения Проблемная</p>	<p>Занятия по физическому воспитанию: - сюжетно-игровые - тематические -классические -тренирующее</p>	<p>Игровое упражнение Подражательные движения</p> <p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация Открытые просмотры Совместные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники Консультативные встречи. Совместные занятия Мастер-класс</p>

<p>2.Общеразвивающие упражнения</p>	<p>ситуация Индивидуальная работа Занятия по физическому воспитанию на улице Подражательные движения</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку Гимнастика после дневного сна -оздоровительная -коррекционная -полоса препятствий Физкультурные упражнения Коррекционные упражнения Индивидуальная работа Подражательные движения</p> <p>Утренний отрезок времени Игровые упражнения Подражательные движения Утренняя гимнастика: -классические - игровые -подражательные -ритмические</p> <p>Прогулка Подвижная игра малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Индивидуальная работа Занятия по физическому воспитанию на</p>	<p>В занятиях по физическому воспитанию: -сюжетный комплекс -подражательный комплекс - комплекс с предметами -классический -ритмические движения Физ.минутки Динамические паузы</p>	<p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p> <p>Игровые упражнения Подражательные движения</p> <p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация Открытые просмотры Совместные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники Консультативные встречи. Совместные занятия Мастер-класс</p>
--	---	---	---	---

<p>3.Подвижные игры</p>	<p>улице Подражательные движения</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку Гимнастика после дневного сна: -оздоровительные упражнения -корректирующие упражнения -классические Физкультурные упражнения Коррекционные упражнения Индивидуальная работа Динамические паузы</p> <p>Утренний отрезок времени Игровые упражнения движения</p> <p>Прогулка Подвижная игра большой, малой подвижности и с элементами спортивных игр</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку Гимнастика после дневного сна игры малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Подражательные движения Подвижная игра большой и малой подвижности Индивидуальная</p>	<p>В занятиях по физическому воспитанию игры большой, малой подвижности и с элементами спортивных игр</p>	<p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p> <p>Игровые упражнения Подражательные движения</p> <p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p> <p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация Открытые просмотры Совместные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники Консультативные встречи. Совместные занятия Мастер-клас</p>
--------------------------------	---	---	--	--

<p>4. Спортивные упражнения</p>	<p>работа Динамическая пауза</p> <p>Утренний отрезок времени Игровые (подводящие) упражнения</p> <p>Прогулка Подвижная игра большой и малой подвижности с элементами подводящих и подражательных упражнений</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку Игровые упражнения Подражательные движения Подвижная игра большой и малой подвижности Индивидуальная работа</p>	<p>В занятиях по физическому воспитанию игровые (подводящие) упражнения</p>	<p>Игровые упражнения Подражательные движения</p> <p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p> <p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация Открытые просмотры Совместные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники Консультативные встречи. Совместные занятия Мастер-класс</p>
<p>5. Спортивные игры</p>	<p>Утренний отрезок времени Игровые (подводящие упражнения) Игры с элементами спортивных упражнений Дидактические игры</p> <p>Прогулка Тематические физкультурные занятия Игровые (подводящие упражнения) Игры с элементами спортивных</p>	<p>Занятия по физической культуре на улице Игровые (подводящие упражнения) Игры с элементами спортивных упражнений Спортивные игры</p>	<p>Игровые упражнения Подражательные движения</p> <p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация Открытые просмотры Совместные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники Консультативные встречи. Совместные занятия Мастер-класс</p>

<p>6.Активный отдых</p>	<p>упражнений Динамические паузы Спортивные игры</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку Игровые (подводящие упражнения) Игры с элементами спортивных упражнений Дидактические игры</p> <p>Спортивные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники, День здоровья Неделя здоровья</p>		<p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p>	
--------------------------------	--	--	--	--

От 6 до 7 лет

Разделы (задачи, блоки)	Режимные моменты	Совместная деятельность с педагогом	Самостоятельная деятельность детей	Совместная деятельность с семьей
<p>1.Основные движения: -ходьба; бег; катание, бросание, метание, ловля; ползание, лазание; упражнения в равновесии; строевые упражнения; ритмические упражнения.</p>	<p>Утренний отрезок времени Индивидуальная работа воспитателя Игровые упражнения Утренняя гимнастика: -классическая -игровая -полоса препятствий -музыкально-ритмическая -аэробика Подражательные движения</p> <p>Прогулка Подвижная игра</p>	<p>Занятия по физическому воспитанию: - сюжетно-игровые - тематические -классические -тренирующее -по развитию элементов двигательной креативности (творчества)</p> <p>Игра Игровое</p>	<p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация Открытые просмотры Совместные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники Консультативные встречи. Совместные занятия Мастер-класс</p>

<p>2.Общеразвивающие упражнения</p>	<p>большой и малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Индивидуальная работа</p> <p>Занятия по физическому воспитанию на улице Подражательные движения Занятие-поход</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку Гимнастика после дневного сна -оздоровительная -коррекционная -полоса препятствий Физкультурные упражнения Коррекционные упражнения Индивидуальная работа Подражательные движения</p> <p>Утренний отрезок времени Игровые упражнения Подражательные движения Утренняя гимнастика: -классические - игровые -подражательные -ритмические</p>	<p>упражнение Подражательные движения</p> <p>В занятиях по физическому воспитанию: -сюжетный комплекс -подражательный комплекс - комплекс с предметами Физ.минутки Динамические паузы</p> <p>Подвижная игра большой, малой подвижности и с элементами спортивных игр</p> <p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p>	<p>Игровое упражнение Игра Подражательные движения Игровые упражнения Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация Открытые просмотры Совместные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники Консультативные встречи. Совместные занятия Мастер-класс</p> <p>Беседа, консультация Открытые просмотры Совместные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники Консультативные встречи. Совместные занятия Мастер-класс</p>
--	--	---	---	---

	<p>Прогулка Подвижная игра малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Индивидуальная работа</p> <p>Занятия по физическому воспитанию на улице Подражательные движения</p>	<p>В занятиях по физическому воспитанию игровые (подводящие) упражнения Подвижная игра большой, малой подвижности и с элементами спортивных игр</p>	<p>Игровые упражнения Подражательные движения</p> <p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация Открытые просмотры Совместные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники Консультативные встречи. Совместные занятия Мастер-класс</p>
	<p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку Гимнастика после дневного сна: -оздоровительные упражнения -корректирующие упражнения -классические Физкультурные упражнения Коррекционные упражнения Индивидуальная работа Динамические паузы</p>		<p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p>	

3.Подвижные игры	<p>Утренний отрезок времени Игровые упражнения движения</p> <p>Прогулка Подвижная игра большой, малой подвижности и с элементами</p>	<p>Тематические физкультурные занятия</p> <p>Игровые (подводящие упражнения)</p> <p>Игры с элементами спортивных упражнений</p> <p>Динамические паузы</p>	<p>Игра</p> <p>Игровое упражнение</p> <p>Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация</p> <p>Открытые просмотры</p> <p>Совместные игры</p> <p>Физкультурный досуг</p> <p>Физкультурные праздники</p> <p>Консультативные встречи.</p> <p>Совместные занятия</p>
	спортивных игр			Мастер-класс
	<p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</p> <p>Гимнастика после дневного сна игры малой подвижности</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Проблемная ситуация</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Подвижная игра большой и малой подвижности</p> <p>Индивидуальная работа</p> <p>Динамическая пауза</p>		<p>Игра</p> <p>Игровое упражнение</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Игровое упражнение</p> <p>Подражательные движения</p>	
4.Спортивные упражнения	<p>Утренний отрезок времени Игровые (подводящие упражнения)</p> <p>Игры с элементами спортивных упражнений</p> <p>Дидактические игры</p>		<p>Игровые упражнения</p> <p>Подражательные движения</p>	

	<p>Прогулка Занятия по физической культуре на улице Игровые (подводящие упражнения) Игры с элементами спортивных упражнений Спортивные игры</p>		<p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p>	
	<p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</p>		<p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p>	
<p>5. Спортивные игры</p>	<p>Игровые (подводящие упражнения) Игры с элементами спортивных упражнений Дидактические игры</p>		<p>Игра Игровое упражнение</p>	
<p>6. Активный отдых</p>	<p>Физкультурный досуг Физкультурные праздники День здоровья Неделя здоровья</p>		<p>Игровые упражнения Подражательные движения</p>	

Группа кратковременного пребывания (от 2 до 7 лет)

Разделы (задачи, блоки)	Режимные моменты	Совместная деятельность с педагогом	Самостоятельн ая деятельность детей	Совместная деятельность с семьей
<p>1.Основные движения: -ходьба; бег; катание, бросание, метание, ловля; ползание, лазание; упражнения в равновесии; строевые упражнения; ритмические упражнения.</p>	<p>Утренний отрезок времени Индивидуальная работа воспитателя Игровые упражнения Утренняя гимнастика: -классическая -игровая -полоса препятствий -музыкально-ритмическая Подражательные движения</p> <p>Прогулка Подвижная игра большой и малой подвижности Игровые упражнения Проблемная</p>	<p>Занятия по физическому воспитанию: - сюжетно-игровые - тематические -классические -тренирующее</p>	<p>Игровое упражнение Подражательные движения</p> <p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация Открытые просмотры Совместные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники Консультативные встречи. Совместные занятия Мастер-класс</p>

<p>2.Общеразвивающие упражнения</p>	<p>ситуация Индивидуальная работа Занятия по физическому воспитанию на улице Подражательные движения</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку Гимнастика после дневного сна -оздоровительная -коррекционная -полоса препятствий Физкультурные упражнения Коррекционные упражнения Индивидуальная работа Подражательные движения</p> <p>Утренний отрезок времени Игровые упражнения Подражательные движения Утренняя гимнастика: -классические - игровые -подражательные -ритмические</p> <p>Прогулка Подвижная игра малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Индивидуальная работа Занятия по физическому воспитанию на</p>	<p>В занятиях по физическому воспитанию: -сюжетный комплекс -подражательный комплекс - комплекс с предметами -классический -ритмические движения Физ.минутки Динамические паузы</p>	<p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p> <p>Игровые упражнения Подражательные движения</p> <p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация Открытые просмотры Совместные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники Консультативные встречи. Совместные занятия Мастер-класс</p>
--	---	---	---	---

<p>3.Подвижные игры</p>	<p>улице Подражательные движения</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку Гимнастика после дневного сна: -оздоровительные упражнения -корректирующие упражнения -классические Физкультурные упражнения Коррекционные упражнения Индивидуальная работа Динамические паузы</p> <p>Утренний отрезок времени Игровые упражнения движения</p> <p>Прогулка Подвижная игра большой, малой подвижности и с элементами спортивных игр</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку Гимнастика после дневного сна игры малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Подражательные движения Подвижная игра большой и малой подвижности Индивидуальная</p>	<p>В занятиях по физическому воспитанию игры большой, малой подвижности и с элементами спортивных игр</p>	<p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p> <p>Игровые упражнения Подражательные движения</p> <p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p> <p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация Открытые просмотры Совместные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники Консультативные встречи. Совместные занятия Мастер-клас</p>
--------------------------------	---	---	--	--

<p>4. Спортивные упражнения</p>	<p>работа Динамическая пауза</p> <p>Утренний отрезок времени Игровые (подводящие) упражнения</p> <p>Прогулка Подвижная игра большой и малой подвижности с элементами подводящих и подражательных упражнений</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку Игровые упражнения Подражательные движения Подвижная игра большой и малой подвижности Индивидуальная работа</p>	<p>В занятиях по физическому воспитанию игровые (подводящие) упражнения</p>	<p>Игровые упражнения Подражательные движения</p> <p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p> <p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация Открытые просмотры Совместные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники Консультативные встречи. Совместные занятия Мастер-класс</p>
<p>5. Спортивные игры</p>	<p>Утренний отрезок времени Игровые (подводящие упражнения) Игры с элементами спортивных упражнений Дидактические игры</p> <p>Прогулка Тематические физкультурные занятия Игровые (подводящие упражнения) Игры с элементами спортивных</p>	<p>Занятия по физической культуре на улице Игровые (подводящие упражнения) Игры с элементами спортивных упражнений Спортивные игры</p>	<p>Игровые упражнения Подражательные движения</p> <p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация Открытые просмотры Совместные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники Консультативные встречи. Совместные занятия Мастер-класс</p>

<p>6.Активный отдых</p>	<p>упражнений Динамические паузы Спортивные игры</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку Игровые (подводящие упражнения) Игры с элементами спортивных упражнений Дидактические игры</p> <p>Спортивные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники, День здоровья Неделя здоровья</p>		<p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p>	
------------------------------------	--	--	--	--

Содержание психолого-педагогической работы

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни *от 2 до 3 лет*

Формировать у детей представления о значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека: глаза — смотреть, уши — слышать, нос — нюхать, язык — пробовать (определять) на вкус, руки — хватать, держать, трогать; ноги — стоять, прыгать, бегать, ходить; голова — думать, запоминать.

от 3 до 4 лет

Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.

Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.

Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.

Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания.

Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.

Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения.

Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

от 4 до 5 лет

Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека.

Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).

Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.

Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах.

Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.

Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь».

Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»).

Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.

Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

от 5 до 6 лет

Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»).

Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.

Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.

Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.

Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие.

Знакомить детей с возможностями здорового человека.

Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.

Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.

Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

от 6 до 7 лет

Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).

Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.

Формировать представления об активном отдыхе.

Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.

Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Физическая культура

от 2 до 3 лет

Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.

Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога.

Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.

Подвижные игры.

Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание). Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т. п.).

от 3 до 4 лет

Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см.

Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.

Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.

Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.

Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.

Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

Подвижные игры.

Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами.

Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.

Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

от 4 до 5 лет

Формировать правильную осанку.

Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. Учить перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку.

Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).

Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу.

Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.

Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.

Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.

Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Подвижные игры.

Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.

Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

Приучать к выполнению действий по сигналу.

от 5 до 6 лет

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.

Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбежаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.

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

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

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

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

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

Подвижные игры.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Учить спортивным играм и упражнениям.

от 6 до 7 лет

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

Добиваться активного движения кисти руки при броске.

Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.

Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.

Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.

Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

Подвижные игры.

Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических

качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.

Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.

Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).