

Разработана и принята
решением Педагогического
совета
ГБДОУ №112
Протокол №1 от 29.08.2024

УТВЕРЖДАЮ
заведующий ГБДОУ №112

Коновалова М.Е.
Приказ № 107-од от 29.08.2024

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

к Образовательной программе дошкольного образования Государственного бюджетного
дошкольного образовательного учреждения детский сад №112 комбинированного вида
Фрунзенского района Санкт-Петербурга
(Новая редакция)
группа: вторая младшая группа

Инструктор по физической культуре: Гулова Натела Рубеновна

Санкт-Петербург
2024 г.

Оглавление

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
1.1. Цели и задачи Программы	5
1.2. Интеграция образовательных областей.....	9
1.3. Планируемые результаты освоения программы	9
2 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ПО ВОЗРАСТНЫМ ГРУППАМ	10
2.1 Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 3-4 лет.....	10
2.2 Описание форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.....	13
2.3. Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения программы.....	21
3. Организационный раздел Программы:	22
Приложение №1 Система физкультурно-оздоровительной работы	22
Приложение №2 Организация двигательного режима.....	24
Приложение № 3 Физкультурное оборудование и инвентарь.....	25
Приложение №4 Программно-методическое обеспечение	26
Приложение №5 комплексно-тематическое планирование занятий по физической культуре.....	28
Приложение №6 Календарный план воспитательной работы на 2024-2025 учебный год.....	39

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Забота о всестороннем развитии подрастающего поколения постоянно находится в центре внимания Российской Федерации. Очень важной, составной частью гармоничного развития личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание всех этих качеств должно начинаться с детства. В связи с этим одной из актуальных задач физического воспитания дошкольников является разработка и использование таких методов и средств, которые способствовали бы функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делали бы его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды. Использование разнообразных форм двигательной деятельности создает оптимальный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья ребенка. Физкультурные праздники, физкультурный досуг, Дни здоровья являются важными компонентами активного отдыха детей. Многообразная деятельность детей, насыщенная эмоциональными играми, упражнениями, проводимыми на свежем воздухе в виде развлечений, способствует физической реакции детей, расслабления организма после умственной нагрузки, укреплению их здоровья полезными упражнениями и в плане всесторонней физической подготовки, и в плане активного отдыха детей являются спортивные игры и упражнения, в основе которых лежат все основные виды движений, выполняемых в самых разнообразных условиях. Рабочая программа по физической культуре составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами, регламентирующими деятельность ДОУ:

- Законом «Об образовании в Российской Федерации», № 273 от 29.12.2012г
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 №1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» (Зарегистрировано в Министерстве юстиции Российской Федерации 28.11.2022, № 71847);
- Конституцией Российской Федерации ст. 43, 72;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28"Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20"Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утвержденный приказом от 17.10.2013г. N 1155 Министерства образования и науки Российской Федерации).

Инструктору по физической культуре следует целенаправленно организовывать образовательный процесс так, чтобы от детей требовалась оптимальная двигательная активность во всех видах детской деятельности. Такой подход не только стимулирует физическое развитие, но и способствует более успешному решению остальных образовательных задач.

Физическое воспитание детей дошкольного возраста представляет собой единую систему воспитательно-оздоровительных мероприятий в режиме дня, включающую ежедневное

проведение утренней гимнастики, физкультурных занятий, подвижных игр и развлечений в помещении и на свежем воздухе под непосредственным руководством воспитателя.

Для более четкого соблюдения основных педагогических принципов (доступности, посильности и др.) на занятиях с детьми 3—4 лет педагогу необходимо знать особенности их развития. Именно период от 3 до 4 лет считается первым «критическим» возрастом в жизни ребенка.

Физкультурные занятия направлены на то, чтобы научить их ориентироваться в пространстве, действовать сообща, особенно в играх, проявлять индивидуальные двигательные способности. Однако самое главное — это постепенное овладение жизненно важными видами движений — ходьбой, бегом, прыжками, метанием, лазанием и равновесием, которые имеют прикладное значение.

В соответствии с требованиями программы по развитию движений последовательно проводятся различные виды ходьбы и бега, помогающие детям по мере их усвоения научиться ориентироваться в пространстве, двигаться в заданном направлении, действовать сообща.

Упражнения в равновесии связаны с освоением ходьбы и бега на уменьшенной и приподнятой от пола (земли) площади опоры; они воспитывают у малышей смелость, решительность. Дети учатся более уверенно действовать в изменившейся обстановке.

Обучение прыжкам ведется от простых упражнений в подпрыгивании на месте, с продвижением вперед и к более сложным — прыжкам с небольшой высоты, в длину с места и т. д.

Игры и упражнения с мячом еще трудны для освоения малышами, но постепенно дети осваивают некоторые несложные задания. Важны последовательность и постепенность в обучении — так, ребята с удовольствием прокатывают мячи в прямом направлении и друг другу, выполняют броски в цель и на дальность. Все упражнения с мячом (используются мячи разного диаметра) требуют ловкости, быстроты реакции, хорошей координации движений. Эти качества у детей 3—4 лет еще слабо развиты, поэтому основное условие — упражнения должны быть посильными и доступными.

Упражнения в лазании воспитывают ловкость, укрепляют мускулатуру различных мышечных групп. Несложные задания в ползании, переползании сменяют более сложные упражнения — лазание по гимнастической стенке, лесенке.

Подбор основных видов движений для физкультурных занятий имеет большое значение, так как малыши постепенно овладевают физическими качествами и двигательными навыками. Поэтому в данном пособии предлагается определенная последовательность и сочетание основных видов движений для каждого занятия по каждой неделе месяца, включая подвижные игры. Такой системный подход позволяет гармонично развивать основные жизненно важные виды движений младших дошкольников. Самое главное в работе с малышами — не упустить то «золотое время» когда пластичность всех функций и систем детского организма создает основу для благоприятного развития физических качеств и двигательных навыков.

Примерные конспекты занятий построены по общепринятой структуре и включают обучение основным видам движений, комплексы упражнений общеразвивающего характера с различными предметами и подвижные игры. Все физкультурные занятия проводятся в игровой и занимательной форме.

После каждого месяца дается примерный перечень упражнений и подвижных игр для повторения и закрепления на физкультурных занятиях, освоенных детьми; педагог может по своему усмотрению изменять или дополнять предложенный материал.

Методически правильно организованные физкультурные занятия, игры и развлечения на свежем воздухе всей группой, небольшими группами, индивидуально под руководством воспитателя создают основу не только для удовлетворения естественной потребности детей в движении, но и способствуют своевременному овладению двигательными навыками и умениями, готовят ребят к более сложным заданиям на последующих этапах в средней и старших группах.

1.1. Цели и задачи Программы

Цель программы: Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области "Физическое развитие" направлено на приобщение детей к ценностям "Жизнь", "Здоровье", что предполагает:

- воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;
- формирование у ребенка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;
- становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;
- воспитание активности, самостоятельности, самоуважения,
- коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;
- приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;
- формирование у ребенка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

Реализация данной цели связана с решением следующих задач:

- обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;
- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;
- формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;
- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;
- закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

Программа 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.

Принципы построения программы по ФГОС:

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество Организации с семьей;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учет этнокультурной ситуации развития детей.

Особенности развития детей 3-4 лет

Физическое воспитание детей 3—4 лет в оптимальном варианте и в соответствии с их двигательными возможностями педагогу необходимы элементарные знания анатомо-физиологических особенностей развития как отдельных органов и систем, так и всего организма в целом. Известно, что каждый возрастной период имеет определенную специфику развития. Есть такие особенности и у детей четвертого года жизни.

Показателями физического развития детей являются рост, вес, окружность грудной клетки, состояние костной и мышечной систем, внутренних органов, а также уровень развития моторики, то есть их физической подготовленности.

Рост ребенка на четвертом году жизни несколько замедляется относительно предыдущего периода — первых трех лет. Так, если к 2 годам рост детей увеличивался в среднем на 10—12 см, к 3 годам — на 10 см, то к 4 годам — всего на 6—7 см. В 3 года средний рост мальчиков равен 92,7 см, девочек — 91,6 см, соответственно в 4 года — 99,3 см и 98,7 см — ростовые показатели почти одинаковы. Рост детей четвертого года жизни находится во взаимосвязи с развитием основных видов движений — прыжков, бега, метания, равновесия. Дети высокого роста бегают быстрее сверстников, а невысокие ребята делают относительно мелкие шаги, но дополняют их высоким темпом передвижения. Способность к быстрому бегу определяется также индивидуальными различиями, координационными возможностями, которые в данной возрастной группе еще не велики.

В возрасте от трех до шести лет годовые увеличения в весе также примерно одинаковы для детей обоего пола. Прибавка в весе составляет в среднем 1,5—2 кг. В 3 года вес мальчиков составляет 14,6 кг, а девочек — 14,1 кг. К 4 годам это соотношение изменяется, соответственно составляя 16,1 кг и 15,8 кг. Окружность грудной клетки увеличивается, но разница между мальчиками и девочками по этому показателю незначительна. В 3 года эта величина составляет 52,6 см (мальчики) и 52 см (девочки), в 4 года — 53,9 см и 53,2 см.

Общей закономерностью развития опорно-двигательного аппарата в ранние периоды детства является его гибкость и эластичность. По мере роста ребенка происходит срастание отдельных костей черепа и его окончательное формирование. К 3—4 годам завершается срастание затылочной кости. К четырем годам приобретает свою форму и височная кость,

завершается формирование межкостных швов. Объем черепа продолжает увеличиваться, достигая к трем годам 80% объема черепа взрослого человека.

Ребенок 3—4 лет в среднем затрачивает в день 1000—1600 калорий. В рацион входят белки, жиры, углеводы, минеральные соли, витамины и вода. Для построения костей скелета и зубов необходимы кальций и фосфор. Ребенок должен получать за сутки с молочными, рыбными и другими продуктами 1 г кальция, 1,5—2 г фосфора и 15-20 мг железа. До полутора лет позвоночник ребенка растет равномерно, затем замедляется рост шейных и верхнегрудных позвонков. В 5 лет вновь все отделы позвоночника начинают расти равномерно. Гибкость и подвижность позвоночника обеспечиваются наличием значительного процента хрящевой ткани. Физиологические изгибы позвоночника в 3—4 года неустойчивы, кости и суставы легко подвергаются деформации под влиянием неблагоприятных воздействий. Например, если малыш часто лепит из слишком жесткого пластилина, суставы пальцев могут деформироваться. Отрицательно влияет на развитие опорно-двигательного аппарата излишний вес ребенка. Неправильные позы (сведение плеч, опускание одного плеча, сильный наклон головы вперед и вниз) могут стать привычными и привести к нарушению осанки, что, в свою очередь, отрицательно сказывается на функции кровообращения и дыхания.

Физические упражнения нужно подбирать так, чтобы нагрузка распределялась равномерно на все части тела. При проведении упражнений общеразвивающего характера использовать различные исходные положения — сидя, лежа, на спине, животе и т.д. При выполнении упражнений стоя, это в основном стойка ноги на ширине стопы или плеч. Стойка «ноги вместе» неустойчива и нецелесообразна, поэтому используется редко.

Утомляет ребенка и отрицательно сказывается на состоянии и развитии опорно-двигательного аппарата длительное пребывание в статической позе. Если педагог перед выполнением упражнения долго выравнивает детей, многословно объясняет задание, порой до 1—1,5 минут, это снижает двигательную активность, отрицательно сказывается на осанке детей, их внимании, выполнении упражнений. Продолжительность объяснений не должна превышать 20—25 секунд (многое зависит от сложности задания, в этом случае надо перевести детей в положение сидя).

При обучении основным видам движений — равновесию и прыжкам, как правило, используют поточный способ организации детей. В упражнениях с мячами (катание, перебрасывание, бросание и ловля мяча) обычно используют фронтальный способ организации, что повышает двигательную активность детей и увеличивает моторную плотность занятия в целом. Необходимо соблюдать определенную дозировку физических упражнений. Так, количество упражнений общеразвивающего характера составляет 4—5 и повторяется 4—5 раз. Темп проведения упражнений и необходимые паузы зависят от физической подготовленности детей каждой конкретной группы.

Рост и развитие костей в большей мере связаны с работой мышц. Мышечный тонус (упругость) у младших дошкольников еще недостаточный. В развитии мышц выделяют несколько узловых возрастов. Один из них — 3—4 года. В этот период диаметр мышц увеличивается в 2-2,5 раза, происходит дифференциация мышечных волокон. Строение мышц, характерное для детей четвертого года жизни, сохраняется без существенных изменений до шестилетнего возраста. Мускулатура по отношению к общей массе тела и мышечная сила у ребенка 3—4 лет еще недостаточно развиты. Так, кистевая динамометрия (правая рука) в четыре года у мальчиков составляет 4,1 кг, а у девочек — 3,8 кг.

В этом возрасте крупная мускулатура в своем развитии преобладает над мелкой. Поэтому детям легче даются движения всей рукой (прокатить машинку, мяч и т.д.). Но постепенно в строительных дидактических играх, в изобразительной деятельности совершенствуются движения кисти, пальцев. Дети осваивают складывание башенок, пирамидок и т.д.

В упражнениях общеразвивающего характера при поднимании рук вверх, в стороны, при наклонах, поворотах и приседаниях малыши осваивают навыки владения телом. Однако для правильного воздействия на ту или иную группу мышц необходимы определенные исходные

положения. В этом возрасте дети способны понять поставленную перед ними задачу — встать, ноги на ширину стопы или на ширину плеч и т. д.

Воспитатель выполняет упражнение вместе с детьми, показывая и поясняя его. Наклоны и приседания педагог выполняет 2—3 раза и задает темп выполнения заданий. Далее дети действуют самостоятельно, прислушиваясь к указаниям воспитателя.

Особенности строения дыхательных путей у детей дошкольного возраста (узкие просветы трахеи, бронхов и т.д., нежная слизистая оболочка) создают предрасположенность к нежелательным явлениям.

Рост легких с возрастом происходит за счет увеличения количества альвеол и их объема, что важно для процессов газообмена. Жизненная емкость легких в среднем равна 800—1100 мл. В раннем возрасте главной дыхательной мышцей является диафрагма, поэтому у малышей преобладает брюшной тип дыхания.

Ребенок 3—4 лет не может сознательно регулировать дыхание и согласовывать его с движением. Важно приучать детей дышать носом естественно и без задержки. При выполнении упражнений следует обращать внимание на момент выдоха, а не вдоха. Если во время бега или прыжков дети начинают дышать через рот — это сигнал к тому, чтобы снизить дозировку выполняемых заданий. Упражнения в беге длятся 15—20 секунд (с повторением). Для малышей полезны упражнения, требующие усиленного выдоха: игры с пушинками, легкими бумажными изделиями.

Помещение, в котором находятся дети, нужно проветривать 5—6 раз в день (каждый раз по 10-15 минут). Температура воздуха в групповом помещении должна составлять +18—20°C (летом) и +20-22°C (зимой). Относительная влажность — 40—60%. Для контроля за изменением температуры воздуха термометр в помещении подвешивается на уровне роста ребенка (но в недоступном для детей месте). Физкультурные занятия проводятся в хорошо проветриваемом помещении или на участке детского сада.

Сердечно-сосудистая система ребенка, по сравнению с органами дыхания, лучше приспособлена к потребностям растущего организма. Однако сердце ребенка работает хорошо лишь при условии посильных нагрузок.

О реакции организма на физическую нагрузку судят по внешним признакам утомления: отвлекаемость, общая слабость, одышка, побледнение или покраснение лица и нарушение координации движений.

Развитие высшей нервной деятельности, особенно в раннем возрасте, во многом зависит от морфологического развития коры больших полушарий. В дальнейшем продолжается совершенствование центральной нервной системы, как морфологическое, так и функциональное.

К трем годам у ребенка значительно развита способность к анализу, синтезу и дифференциации (различению) раздражений окружающей среды. В этих процессах значительная роль принадлежит непосредственным восприятиям и речи, с помощью которых обобщаются и уточняются получаемые ребенком впечатления.

Внимание детей 3—4 лет еще неустойчиво, легко нарушается при изменении окружающей обстановки, под влиянием возникающего ориентировочного рефлекса. Если в момент объяснения упражнения в зал входит взрослый, дети сразу отвлекаются. Педагог должен быстро и умело переключать их внимание на учебное задание. При проведении упражнений следует учитывать, что двигательные умения, формируемые у детей, непрочны и требуют многократных повторений, даже если упражнения несложны по своей структуре. Воспитатель сначала выполняет упражнение 2—3 раза вместе с детьми и поясняет его. Затем следит за тем, как малыши самостоятельно справляются с заданием, дает им указания, помогает. Это приучает детей к самостоятельности и формирует осознанность действий. В момент выполнения упражнений ребенок не всегда может понять указания воспитателя и тогда ему следует оказать непосредственную помощь, например, повернуть его корпус, придать руке нужное положение и т.д.

Вновь приобретенные умения и навыки могут быть реализованы не только на физкультурных занятиях, но и в жизненно важной самостоятельной двигательной деятельности детей.

1.2. Интеграция образовательных областей

Физическая культура по своему интегрирует в себе такие образовательные области как, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

Социально-коммуникативное развитие. Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий. 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.

Познавательное развитие. Обогащать знания о двигательных режимах, 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.

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.

Художественно-эстетическое развитие. Обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развивать музыкально-ритмические способности детей, научить выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения

1.3. Планируемые результаты освоения программы

Конечным результатом освоения Образовательной программы является сформированность интегративных качеств ребенка (физических, интеллектуальных, личностных):

Физические качества: ребенок физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни

Сформированность основных физических качеств и потребности в двигательной активности.

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

2 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ПО ВОЗРАСТНЫМ ГРУППАМ

2.1 Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 3-4 лет

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

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

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

1. Развивать умение ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская голову, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног.
2. Приучать действовать совместно.
3. Формировать умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.
4. Формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.
5. Формировать умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.
6. Продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений.
7. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.
8. Развивать умение 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.
9. Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании; ловить мяч двумя руками одновременно.
10. Обучать хвату за перекладину во время лазанья.
11. Закреплять умение ползать.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

1. Поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях.
2. Воспитывать интерес к физическим упражнениям, учить пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время.
3. Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.
4. Формировать желание и умение кататься на санках, трехколесном велосипеде, лыжах.
5. Развивать умение самостоятельно садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.
6. Развивать умение надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.
7. Развивать умение реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.
8. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в

подвижных играх. Организовывать подвижные игры с правилами.

9. Поощрять самостоятельные игры детей с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами.

2.2 Примерный перечень основной гимнастики, спортивных, подвижных игр и упражнений

1. Основная гимнастика

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом). Ходьба по прямой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Ходьба по наклонной доске (высота 30-35 см). Медленное кружение в обе стороны.

Бег. Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25-50 см, длина 5-6 м), по кругу, змейкой, врассыпную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убежать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50-60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м).

Катание, бросание, ловля, метание. Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1-1,5 м). Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см). Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2-3 раза подряд).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м), между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола; пролезание в обруч; перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (расстояние 2-3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыжки с высоты 15-20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка; через линию, шнур, через 4-6 линий (поочередно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, врассыпную; размыкание и смыкание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием.

Ритмическая гимнастика. Выполнение разученных ранее общеразвивающих упражнений и циклических движений под музыку.

2. *Общеразвивающие упражнения*

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать и опускать прямые руки вперед, вверх, в стороны (одновременно, поочередно). Перекладывать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой. Хлопать в ладоши перед собой и отводить руки за спину. Вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Передавать мяч друг другу над головой вперед-назад, с поворотом в стороны (вправо-влево). Из исходного положения сидя: поворачиваться положить предмет позади себя, повернуться и взять его), наклониться, подтянуть ноги к себе, обхватив колени руками.

Из исходного положения лежа на спине: одновременно поднимать и опускать ноги, двигать ногами, как при езде на велосипеде. Из исходного положения лежа на животе: сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Подниматься на носки; поочередно ставить ногу на носок вперед, назад, в сторону. Приседать, держась за опору и без нее; приседать, вынося руки вперед; приседать, обхватывая колени руками и наклоняя голову. Поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях. Сидя захватывать пальцами ног мешочки с песком. Ходить по палке, валику (диаметр 6-8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни.

Строевые упражнения: педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам; перестроение в колонну по два, в рассыпную, смыкание и размыкание обычным шагом, повороты направо и налево переступанием.

Педагог выполняет вместе с детьми упражнения из разных исходных положений (стоя, ноги слегка расставлены, ноги врозь, сидя, лежа на спине, животе, с заданным положением рук), с предметами (кубики двух цветов, флажки, кегли и другое).

3. Спортивные упражнения

Педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: по прямой, перевозя игрушки или друг друга, и самостоятельно с невысокой горки.

Ходьба на лыжах: по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, с поворотами переступанием.

Катание на трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.

4. Подвижные игры

Педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры. Воспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает).

С бегом. «Бегите ко мне!», «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках».

С прыжками. «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «С кочки на кочку».

С подлезанием и лазаньем. «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики».

С бросанием и ловлей. «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет».

На ориентировку в пространстве. «Найди свое место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано».

Спортивные развлечения. «Кто быстрее?», «Зимние радости», «Мы растем сильными и смелыми».

4. Формирование основ здорового образа жизни:

Педагог поддерживает стремление ребенка самостоятельно ухаживать за собой,

соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками; формирует первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).

5. Активный отдых.

Физкультурные досуги: досуг проводится 1 - 2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительностью 20 - 25 минут. Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения.

Дни здоровья: в этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения

2.2 Описание форм, способов, методов и средств реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.

- физкультурные 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;
- чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций;
- двигательная активность в течении дня.

СТРУКТУРА ФИЗКУЛЬТУРНОГО ЗАНЯТИЯ В СПОРТИВНОМ ЗАЛЕ

Физкультурные занятия

Занятия во второй младшей группе детского сада проводятся два раза в неделю, их продолжительность составляет до 15 минут. Помещение (зал, групповая комната) проветривается, предварительно проводится влажная уборка. Поверхность пола должна быть сухой после влажной уборки во избежание травм. Дети занимаются в соответствующей и общепринятой одежде (трусы, майка или футболка). Если условия не позволяют, то упражнения в положении сидя и лежа следует заменить другими.

Прежде чем дети начнут заниматься, желательно познакомить их с залом: показать пособия, оборудования, место их хранения. Можно показать им фрагмент физкультурного занятия в средней или старшей группе, обратить их внимание на то, как дети выполняют различные упражнения.

Физкультурные занятия во второй младшей группе построены по общепринятой структуре и состоят из вводной, основной и заключительной частей. Для каждой части занятия характерны свои задачи.

Вводная часть (2-3 минуты) включает упражнения, которые мобилизуют внимание детей, подготавливают к выполнению предстоящей двигательной нагрузки, являясь небольшой разминкой. Это упражнения в ходьбе, беге, построениях, с различными заданиями, иногда с музыкальным сопровождением.

Упражнения в ходьбе и беге, как правило, проводятся в чередовании. Сначала предлагается ходьба — примерно половину и треть «круга», а затем — бег полный «круг», и задания повторяются. Понятие «круг» условное, кроме специальной ходьбы и бега действительно по кругу. Можно по углам зала поставить ориентиры (небольшие предметы — кубики, кегли (кроме флажков на палочке)), чтобы детям легче было ориентироваться. Построения и перестроения развивают у детей ориентировку в пространстве, помогают осмысливать свои действия.

В начале года, на первых занятиях не стоит предлагать организованного построения, дети могут упражняться в совместных действиях в игровой форме, например, при передвижении с одной стороны зала на другую, в виде игры — «Пошли в гости к кукле (мишке)». Через несколько занятий воспитатель предлагает построение в шеренгу, колонну небольшими группами по кругу, используя ориентиры (кубики, мячи, шнуры и т.д.)

Основная часть (10—12 минут) включает гимнастические упражнения общеразвивающего характера с различными предметами и без них; основные виды движений (упражнения в равновесии, прыжках, лазании и метании), подвижную игру.

Для выполнения *общеразвивающих упражнений* построения могут быть различными и выполняться по ориентирам (кубики, мячи, кегли), особенно в начале обучения (рис. 1).

Особое внимание воспитатель уделяет правильному исходному положению ног, так как это определяет общую нагрузку на организм и отдельные группы мышц.

Исходные положения предлагаются самые разнообразные: стойка ноги на ширине ступни, на ширине плеч, стойка на коленях, лежа на спине и животе. Важен последовательный переход от одного исходного положения к другому. Так, если нужно перевести детей из положения стоя в положение лежа, то сначала их переводят в положение сидя (плавно опускаясь), а затем в положение лежа. Для перехода из положения стоя в положение стойка на коленях требуется, чтобы дети сначала присели и затем плавно опустили на колени (не ударяясь о пол).

При проведении общеразвивающих упражнений в положении стоя, как правило, используют две позиции — стойка ноги на ширине ступни и на ширине плеч. Наклоны и повороты воспитатель выполняет с детьми 1—2 раза. Далее малыши продолжают выполнять упражнение самостоятельно по указанию педагога.

В основном упражнения воспитатель показывает сам и некоторые из них может показать наиболее подготовленный ребенок. После показа и объяснения дети самостоятельно выполняют прыжки, а ритм задает воспитатель — это могут быть удары в бубен, хлопки в ладоши или музыкальное сопровождение.

В течение одной недели каждого месяца желательно проводить общеразвивающие упражнения без предметов. На остальных занятиях используется различное оборудование. Это делает упражнения более интересными и позволяет варьировать одни и те же задания.

При подборе предметов необходим принцип оптимальной организации занятий. Так, если в основной части занятия включаются упражнения с мячами — прокатывание или перебрасывание, то и общеразвивающие упражнения желательно провести с мячами.

Составляя перспективный план занятий, воспитатель намечает упражнения для обучения, повторения и закрепления. На выполнение обучающих упражнений отводится больше времени, на повторение знакомого материала не требуется детального объяснения, а предполагается лишь некоторые уточнения или частичный показ.

Во второй младшей группе обычно планируется два вида основных движений на одном занятии. Увеличение набора основных движений может снизить качество усвоения упражнений.

Правильная организация занятий предполагает продуманное расположение пособий, поэтому в плане или конспекте занятия желательно обозначить схему их размещения, а также и местоположения детей и педагога.

Условием, обеспечивающим освоение детьми двигательных навыков и умений, является подбор основных движений для каждого занятия с учетом их сочетаемости и постепенного усложнения. Это достигается двукратным повторением каждого занятия в течение недели, с небольшими изменениями и правильным подбором второго основного движения, которое в данном случае выступает как средство дополнения двигательного опыта детей, подготовки их к новому заданию. Например, на первой неделе каждого месяца вторым движением планируются прыжки, а на следующей неделе прыжки являются первым основным движением: такая последовательность способствует их лучшему усвоению.

Систему планирования основных видов движений можно представить в следующем виде: на первой неделе каждого месяца детей обучают равновесию и упражняют в прыжках; на второй неделе обучают прыжкам и упражняют в метании (все упражнения с мячом обозначены термином «метание»): на третьей — обучают метанию и упражняют в лазании, на четвертой — обучают лазанию и упражняют в равновесии. Такая система последовательности при обучении дошкольников основным видам движений разработана автором данного пособия. В практике работы данная система названа воспитателями «круговой».

Подвижная игра — кульминационный момент занятия в плане физической и эмоциональной нагрузки на организм ребенка.

Заключительная часть (1—2 минуты). После подвижной игры детей надо привести в относительно спокойное состояние и только после этого можно перейти к другим видам деятельности. Как правило, в заключительную часть занятия входят простые упражнения, игры малой подвижности, хороводы.

СТРУКТУРА АКТИВНОГО ОТДЫХА

Физкультурное занятие проводится на улице в форме оздоровительно- игрового часа, которое направлено на удовлетворение потребности ребенка в движении, оздоровление посредством пребывания на свежем воздухе в сочетании с физической нагрузкой, организуемое в игровой форме. Такие занятия проводятся воспитателем, под строгим контролем инструктора по физической культуре в соответствии с учебным планом. При составлении конспектов оздоровительно- игрового часа инструктором по физической культуре учитывается сезонность: повышение двигательной активности в весенне - летний период и ее снижение в осенне - зимний период.

Оздоровительная разминка (различные виды ходьбы, бега, прыжков; имитационные движения; упражнения для профилактики плоскостопия и осанки)

1,5 мин.

Оздоровительно-развивающая тренировка (развитие физических качеств, формирование умений взаимодействовать друг с другом и выполнять правила в подвижной игре) 13,5 мин.

ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Выделяется 6 основных форм организации двигательной деятельности в режиме учебного дня, каждая из которых отражает свои цели и задачи:

- 1 — традиционная (обучающий характер, смешанный характер, вариативный характер),
 - 2 — тренировочная (повторение и закрепление определенного материала),
 - 3 — игровая (подвижные игры, малоподвижные игры, хороводные),
 - 4 — сюжетно-игровая (может включать различные задачи по развитию речи и ознакомлением с окружающим миром, а также по формированию элементарных математических представлений),
 - 5 — с использованием тренажеров (гимнастическая стенка, беговая дорожка, гимнастическая скамья и т.п.),
 - 6 — по интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольцоброс, полоса препятствий).
- Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке,

физкультминутках и подвижных играх во время прогулок. Развитию самостоятельности в старшем дошкольном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные дошкольниками на занятиях физической культурой.

Для полной реализации программы укрепляется материально-техническая и учебно-спортивная база, проводятся вечера досугов.

Упражнения в ходьбе и беге

Дети 3—4 лет выполняют ходьбу достаточно уверенно. У некоторых ребят наблюдается хорошая координация движений рук и ног, правильная осанка. Однако у большинства детей походка по-прежнему остается тяжелой, они шаркают ногами, слабо размахивают руками или прижимают их к туловищу. Детям свойственны неравномерный темп ходьбы и неодинаковая длина шага. Согласованность движений рук и ног в беге у детей этого возраста несколько лучше по сравнению с ходьбой. Быстрый темп передвижения ребенку дается легче, чем медленный, однако и в беге координация движений еще недостаточно развита. Малыши бегают на всей стопе, работа рук выражена нечетко, иногда руки прижаты к туловищу.

Во второй младшей группе детей учат выполнять ходьбу со свободными движениями рук, не шаркать ногами, смотреть вперед, ориентироваться в пространстве, согласовывать свои действия с действиями других детей и т. д. Ходьба и бег органично входят во все основные виды движений, но имеют и свою специфику, поэтому обучение программным видам ходьбы и бега проводится на каждом занятии.

Программа детского сада предусматривает обучение следующим видам ходьбы и бега: ходьба и бег небольшими группами и всей группой в прямом направлении; ходьба и бег в колонне по одному; по кругу; со сменой направления по сигналу воспитателя; с переходом ходьбы на бег и обратно; с остановкой после ходьбы; враспынную небольшими группами и всей группой; ходьба с перешагиванием через предметы.

Ходьба и бег небольшими группами в прямом направлении — это первое упражнение в ходьбе и беге на занятии. Дети должны научиться ориентироваться в сравнительно большом по площади, но ограниченном пространстве, действовать совместно. Участие небольшой группы детей позволяет воспитателю видеть каждого ребенка, наиболее робких подбодрить словом, а иногда взять за руку и повести за собой.

На первых занятиях малышам сложно по сигналу воспитателя переходить от ходьбы к бегу и обратно. Это связано с тем, что перейти на ходьбу им пока трудно, но в процессе повторений постепенно им удается выполнить предлагаемое воспитателем задание.

Ходьба и бег всей группой в прямом направлении. Это упражнение проводится после того, как дети освоят ходьбу и бег небольшими группами. Помимо двигательных, решаются на занятии и воспитательные задачи: педагог следит, чтобы дети не только сохраняли нужное направление движения, но и не мешали, не толкали друг друга. Обычно ходьба и бег небольшими группами и всей группой проводится в игровой форме.

Ходьба и бег в колонне по одному всей группой. Упражнение проводится в виде игры. Вначале дети становятся в одну шеренгу (по ориентиру). Воспитатель объясняет: «Сегодня вы все будете вагончиками поезда и пойдете друг за другом», — и встает впереди. Обойдя примерно полкруга, воспитатель объявляет остановку. После небольшой паузы дает следующее задание: «Теперь вагончики будут двигаться быстро-быстро». Дети переходят на бег в среднем темпе. Затем выполняется переход на ходьбу, и далее ходьба и бег в чередовании. Следует учитывать, что малыши еще не могут соблюдать равное расстояние друг от друга, особенно в беге.

Ходьба и бег по кругу проводится по ориентирам (кубики, кегли, погремушки и т. д.). Перед началом занятия воспитатель раскладывает предметы по кругу (эти предметы затем используются для проведения общеразвивающих упражнений). Дети входят в зал в колонне по одному и становятся в одну шеренгу лицом к кругу. Воспитатель обращает внимание ре-

бят на круг, обозначенный предметами. Затем встает впереди колонны и ведет детей по кругу. Пройдя примерно половину круга, подает сигнал к бегу (полный круг) и снова к переходу на ходьбу. Подает сигнал к повороту в другую сторону, и упражнения в ходьбе и беге по кругу повторяются.

Ходьба и бег с остановкой не только воспитывают реакцию на сигнал, но и помогают ориентироваться в пространстве. Эти упражнения часто используются на занятиях при различных построениях и перестроениях, в подвижных играх и т.д.

В ходе игры малыши быстрее реагируют на сигнал, но в игре не всегда удается точно выявить, кто как справляется с заданием. На физкультурном занятии воспитателю проще отметить для себя, кто как справляется с заданием.

Перед началом занятия воспитатель выстраивает детей в одну шеренгу и объясняет задание: «Вы пойдете в колонне по одну, а когда я произнесу „воробышки“, вы остановитесь и скажете громко: „Чик-чи-рик“, потом ходьба будет продолжена. Когда я произнесу „гуси“, вы опять остановитесь и скажете „га-га-га“». Игровой прием не только делает понятным смысл выполняемого задания, но и вызывает интерес к разучиваемому упражнению.

Ходьба парами приучает детей к совместным действиям и имеет прикладное значение в ходе пребывания детей в детском саду. Сначала дети строятся в одну шеренгу, затем воспитатель помогает малышам перестроиться в пары, предлагает каждому второму ребенку в шеренге встать рядом с первым и взять его за руку. Когда все дети построятся, воспитатель подает сигнал к ходьбе парами в колонне — «пошли на прогулку».

Чтобы дети выполняли ходьбу в определенном темпе, воспитатель идет рядом с первой парой (непродолжительное время) в одну сторону, затем дети останавливаются (по сигналу педагога), поворачиваются кругом и продолжают ходьбу в другую сторону.

Ходьба парами в колонне представляет для детей 3—4 лет определенные трудности. Им нелегко соблюдать расстояние между парами, выдерживать темп ходьбы. Это приводит к тому, что иногда первая и последняя пары приближаются друг к другу и получается ходьба по кругу. Постепенно в процессе повторения задания малыши приобретают некоторые умения в этом виде ходьбы. Для того чтобы детям было проще понять и выполнить задание, воспитателю следует по углам зала поставить ориентиры (лучше кубики), которые надо обогнуть.

Ходьба и бег врассыпную — самый удобный вид ходьбы и бега, довольно часто используется в играх. Малыши еще плохо ориентируются в пространстве, не могут использовать всю площадь зала и обычно теснятся в одном месте, мешая друг другу. Воспитатель помогает детям, предлагая ходьбу и бег в разных концах зала (комнаты).

Ходьба и бег с изменением направления движения направлены на формирование ориентировки в пространстве, развитие реакции на сигнал воспитателя, умения слушать и понимать его объяснения. При ходьбе в колонне по одному у ребенка-ведущего в руках кукла. Через некоторое время воспитатель подает сигнал, и дети останавливаются, выполняют поворот кругом и продолжают ходьбу за тем, кто был в колонне последним, а стал первым — в руках у него мишка. Таким образом, по сигналу воспитателя дети идут за Катей (у нее кукла), а при повороте кругом — за Колей (у него мишка). Ходьба и бег чередуются.

Ходьба, перешагивая через предметы (шнуры, кубики, бруски и т.д.) (рис. 2), развивает глазомер, координацию движений, приучает не шаркать ногами. Предметы для перешагивания раскладываются воспитателем в соответствии с длиной шага ребенка (25—30 см). Иногда при выполнении упражнения дети выполняют приставные шаги. Воспитатель показывает и объясняет, что перешагивать надо попеременно правой и левой ногой без остановки, без паузы. Задание выполняется в среднем темпе.

Упражнения в равновесии

Во второй младшей группе детского сада упражнения в равновесии также проводятся на протяжении всего года.

Для формирования устойчивого равновесия используются упражнения на уменьшенной площади — ходьба и бег по узкой дорожке (ширина 25—30 см). Данное упражнение является довольно сложным для детей четвертого года жизни, и не все вначале справляются с этим заданием. Как правило, ошибки при выполнении упражнения типичны — неуверенная походка, покачивания тела, опущенная голова. Упражнения в ходьбе и беге по узкой дорожке повторяются в различных вариантах и здесь особенно важна игровая форма — «пойдем по мостику, по тропинке» и т. д. Постепенно у детей появляется уверенность, улучшаются ритм движений и понимание поставленных воспитателем задач.

По мере усвоения упражнений на развитие функции равновесия задание усложняется: повышается площадь опоры — это ходьба по гимнастической скамейке высотой 15—20 см. Проводятся упражнения со сменой положения тела в пространстве — остановиться по сигналу воспитателя и выполнить задание: присесть, «как лягушки», попрыгать, «как зайки», похлопать в ладоши и т. д.

Детям 3-4 лет еще трудно следить за всеми компонентами ходьбы, особенно за положением корпуса, головы. Воспитатель должен напоминать ребятам о необходимости держать спину прямо. В конце скамейки (или дорожки) ставят стул, на который кладут игрушку (мишку, зайку). Когда дети выполняют упражнение в ходьбе, то смотрят на предмет, и это позволяет держать голову и спину прямо.

Как правило, при выполнении упражнений на повышенной опоре (доска, скамейка) не рекомендуется спрыгивать со скамейки, лучше сделать шаг вперед — вниз (рис. 3). Страховка воспитателем обязательна. По мере овладения упражнениями в равновесии можно предложить детям прыжки со скамейки, но обязательно на мягкую опору — коврик или мат. При выполнении упражнений в равновесии воспитатель все время находится рядом с детьми, помогает, подбадривает, осуществляя страховку. Положение рук может быть различным, например, руки на пояс, но в основном — в стороны для балансирования.

Одним из сложных заданий является ходьба по шнуру, положенному прямо и по кругу, приставляя пятку одной ноги к носку другой, а также, ходьба по доске, положенной наклонно (высота 25—30 см), и по бревну.

Упражнения в равновесии проводятся поточным способом в колонне по одному или двумя колоннами (в зависимости от задач занятия и наличия пособий). Они способствуют развитию смелости, уверенности, ловкости, ориентировке в неожиданных ситуациях.

Упражнения в прыжках

Детям 3—4 лет доступны разные виды прыжков, они умеют прыгать на месте и продвигаясь вперед на определенное расстояние; прыгать с небольшой высоты; прыгать в длину с места; перепрыгивать через предметы (кубики, шнуры).

В прыжках на месте дети делают частые и невысокие подскоки, с удовольствием подражают зайчикам, белочкам и т. д. Обычно воспитатель предварительно показывает, как выполнять упражнение. Задает ритм и темп прыжков, ударяя в бубен, ритмично приговаривая или используя музыкальное сопровождение. Педагог выполняет вместе с детьми несколько прыжков, затем ребята прыгают самостоятельно.

Прыжки с продвижением вперед дают высокую двигательную нагрузку. Не все дети хорошо справляются с заданием: недостаточно сгибают ноги в коленях, что ведет к приземлению на прямые ноги, руки при этом мало участвуют в движении. Однако у некоторых малышей в прыжках с продвижением вперед наблюдается явная согласованность рук и ног, что свидетельствует о хорошей врожденной координации движений.

Во втором квартале значительное место отводится прыжкам с небольшой высоты. Основная задача — приземление на носки, сгибая колени (лучше на резиновую дорожку или коврик). Упражнения в прыжках с небольшой высоты проводятся с небольшими группами, так как воспитателю важно видеть основные ошибки детей, исправлять их, по возможности осуществлять помощь и страховку в случае необходимости. Желательно также использовать игровые задания — «воробышки прыгают с заборчика», «зайки прыгают с пеньков» и т. д.

Прыжки в длину с места — через ручеек, канавку. Ширина ручейка, канавки небольшая — 15—20 см, так как у детей 3—4 лет нет еще навыка в этом виде прыжков. Основное внимание уделяется правильному исходному положению — необходимо, чтобы перед прыжком дети хорошо сгибали ноги в коленях и приземлялись одновременно на обе полусогнутые ноги с дальнейшим их выпрямлением и удерживая устойчивое равновесие. Движения рук при этом у детей еще несогласованны.

Программные упражнения распределяются с учетом постепенного усложнения. От занятия к занятию дети приобретают двигательный опыт, который позволяет им осваивать отдельные элементы техники в определенной последовательности. Требования к выполнению упражнений в прыжках к детям второй младшей группы еще невысоки, в соответствии с их умениями.

Упражнения в метании

Дети 3—4 лет с удовольствием играют с мячом, если упражнения с ним не требуют сложных действий, простые по своей структуре и задачам. Наиболее простые и доступные задания — прокатывание мячей в прямом направлении, друг другу, в ворота, бросание мячей воспитателю. Более сложные упражнения — бросание мяча о землю, вверх и ловля его двумя руками. Наиболее трудные — метание мячей в цель и на дальность. Все эти упражнения развивают ловкость, быстроту, глазомер.

Прокатывание мячей в прямом направлении и друг другу являются наиболее простыми упражнениями, однако для их выполнения ребенок должен оттолкнуть мяч с определенной силой и в нужном направлении. Кроме того, при проведении упражнений возникают затруднения в организации детей. Например, дети должны располагаться на расстоянии 1.5-2 метров в двух шеренгах — одна напротив другой. Для обозначения исходного положения можно применять рейки, шнуры и другие предметы, которые затем быстро и легко убираются. Прокатыванием мячей друг другу, между предметами дети овладевают не без трудностей. Воспитатель повторяет эти упражнения, чтобы у малышей закрепились мышечные ощущения, способствующие формированию необходимых навыков.

Дети 3—4 лет учатся бросать мяч воспитателю и ловить его обратно. Основные ошибки при выполнении этого упражнения — слабый бросок, неуверенные движения, отсутствие инициативы. Иногда ребенок не решается бросить мяч, и воспитателю приходится несколько раз сказать малышу: «Бросай!»

При ловле мяча дети, как правило, заранее готовят руки, выставляя их вперед, прижимают мяч к груди. После неоднократных повторений и индивидуальных занятий ребята лучше справляются с заданием. Бросок получается более уверенный, иногда достаточно сильный, выдерживается направление движения и улучшается общая координация, но упражнение требует частого повторения, так как навык еще не стойкий. Обычно упражнения повторяются вне занятий, на прогулке.

Одним из трудных упражнений для детей четвертого года жизни является бросание мяча вверх и о землю и ловля его. Малышам трудно подбросить мяч на нужную высоту, такую, чтобы легко было поймать, и бросают его гораздо выше. При бросании мяча о землю дети также не могут дифференцировать мышечные усилия, а недостаточно развитой глазомер не позволяет им сделать точный бросок около ног (у носков). В помощь детям предлагаются зрительные ориентиры — плоские обручи небольшим диаметром (25-30 см), цветные квадраты и т.д.

В летний период значительное место отводится упражнениям в бросании мячей, мешочков, шишек вдаль, горизонтальную цель.

Упражнения в лазании

Разнообразные упражнения в лазании развивают силу, ловкость, координацию движений; укрепляют мелкие крупные группы мышц. У детей 3—4 лет эти качества развиты еще слабо. В первом квартале проводятся упражнения в ползании на четвереньках, преимущественно с опорой на ладони и колени. Вначале дети выполняют ползание вперед произвольным способом, а некоторые ребята подтягивают обе ноги. Если у ребенка не получается

упражнение, то воспитатель занимается с ним отдельно. Обычно после нескольких повторений в индивидуальном порядке дети лучше справляются с заданием.

Для выполнения подлезаний под дугу, шнур педагог обращает внимание детей не только на правильное исходное положение, то и на обозначенную линию (начальную черту), от которой следует начинать упражнение. Ориентиром могут служить шнуры, рейки, цветные полосы и т.д.

На наклонную лесенку малыши влезают произвольным способом. Основное внимание уделяется правильному хвату рук за рейку — большой палец снизу, остальные сверху и постановке стопы (серединой). При этом воспитатель должен осуществлять страховку. Упражнения в ползании, подлезании проводятся поточным и фронтальным способами, влезание на наклонную лесенку и гимнастическую стенку — небольшими группами. Остальные дети в это время могут поиграть с мячами, находясь в поле зрения воспитателя.

Взаимодействие со специалистами

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДОО 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 своего труда.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя. Перед физкультурным занятием воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей и обувью (чешками), чтобы были сняты майки и у детей ничего не находилось в руках и во рту. Перестраивает детей по росту: от самого высокого ребенка до самого низкого. Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель умело должен применять на утренней гимнастике и в повседневной жизни детей. Воспитатель интегрирует образовательную область «Физическая культура» по содержанию на занятиях по физической культуре и в повседневной жизни детей:

«Здоровье» — использование здоровьесберегающих технологий и специальных физических упражнений для укрепления органов, и систем (дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз), воздушное закаливание. «Социализация» — взаимодействие и помощь друг другу не только во время эстафет и спортивных мероприятий, а так же в быту детского сада; справедливая оценка результатов игр, соревнований и другой деятельности. «Безопасность» — формирование навыков безопасного поведения во время подвижных игр, при пользовании спортивным инвентарем, во время самостоятельной деятельности.

«Труд» — помощь в раздаче и уборке пособий, спортивного инвентаря, групповых игрушек и т.п.

«Познание» — активизация мышления детей, подвижные игры и упражнения, закрепляющие полученные знания.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя

Музыка воздействует:

- на эмоции детей;
- создает у них хорошее настроение;
- помогает активировать умственную деятельность;
- способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации;
- освобождает инструктора или воспитателя от подсчета;
- привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике

Взаимодействие с родителями

Самым благоприятным возрастом для формирования полезных привычек является дошкольный и младший школьный. В этот период ребенок значительную часть проводит дома, в семье, среди своих родных, чей образ жизни, стереотипы поведения становятся сильнейшими факторами формирования их представлений о жизни. Вот почему именно в семье закладываются основы многообразных отношений к себе и своему здоровью, к здоровью близких, к людям, к труду, к природе.

Цель работы инструктора по физической культуре с родителями воспитанников — консультативная помощь в физическом воспитании и развитии ребенка в семье, а так же коррекционная работа в домашних условиях с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

2.3. Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения программы

Система мониторинга достижений детьми планируемых результатов освоения Образовательной программы является составной частью образовательной программы.

При составлении мониторинга мы опирались на:

Методические рекомендации Министерства образования и науки РФ «О разработке основной общеобразовательной программы дошкольного образования» (письмо от 21.10.2010 № 03-248).

примерный Порядок разработки основной общеобразовательной программы дошкольного образования.

Планируемые результаты освоения детьми основной общеобразовательной программы дошкольного образования подразделяются на итоговые и промежуточные.

Промежуточная (текущая) оценка (проводится 1 раз в полугодие или год) – это описание динамики формирования интегративных качеств воспитанников в каждый возрастной период освоения Программы по всем направлениям развития детей.

Итоговая оценка проводится при выпуске ребёнка из детского сада в школу и включает описание интегративных качеств выпускника ДОО. Проводится ежегодно в подготовительной к школе группе.

Система мониторинга должна обеспечивать комплексный подход к оценке итоговых и промежуточных результатов освоения Программы, позволять осуществлять оценку динамики достижений детей.

Система мониторинга содержит:

- уровни освоения программы для всех возрастных групп и по всем образовательным областям;
- параметры психического развития – качества, которые показывают развитие ребёнка в плане соответствия конкретному психологическому возрасту (в данном случае младшему возрасту).

Методика организации мониторинга подобрана специалистом (инструкторам по физической культуре) в соответствии с реализуемой Программой. (Это тестовые упражнения, наблюдения за детьми, беседы, анализ и т.д.)

Результаты оцениваются по трехбалльной системе. Пятибалльная система оценки результатов позволяет не только получить достаточно объективную картину физической подготовленности детей, но и выявить уровень развития детей группы. По результатам тестирования заполняются диагностические карты физической подготовленности детей на каждую возрастную группу, и планируется дальнейшая работа

3. Организационный раздел

Приложение №1 Система физкультурно-оздоровительной работы

I. МОНИТОРИНГ

№	Мероприятия	Периодичность	Ответственный
1.	Определение уровня физического развития. Определение уровня физической подготовленности детей	2 раза в год (в сентябре и мае) В середине года проводится обследование детей с низким уровнем физического развития и детей подготовительных к школе групп.	Старшая медсестра Инструктор по физ. культуре, воспитатели групп
2.	Диспансеризация	1 раз в год	Специалисты детской поликлиники, старшая медсестра, врач-педиатр

II. ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно	Воспитатели групп или инструктор по физкультуре
2.	Физическая культура	3 раза в неделю: в зале 2 раза и на воздухе 1 раз	Инструктор по физкультуре, воспитатели групп
3.	Подвижные игры	2 раза в день	Воспитатели групп
4.	Гимнастика после дневного сна	Ежедневно	Воспитатели групп
5.	Спортивные упражнения	2 раза в неделю	Воспитатели групп
6.	Спортивные игры	2 раза в неделю	Воспитатели групп
7.	Физкультурные досуги	1 раз в месяц	Инструктор по физкультуре
8.	Физкультурные праздники	2 раза в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
9.	День здоровья	2 раз в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
10.	Каникулы	2 раза в год	Все педагоги

11.	Динамические паузы	ежедневно	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели
12.	Оздоровительный бег (в конце прогулки)	2 раза в неделю	Инструктор по физкультуре
III ФИЗКУЛЬТУРНО-РЕКРЕАЦИОННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ			
1.	Веселый урок физкультуры» по ПДД Спортивный досуг «Папа может, все, что угодно..»	Октябрь	Инструктор по физкультуре, воспитатели групп
2.	«Пусть всегда будет мама!» Фестиваль игр народов России	Ноябрь	Инструктор по физкультуре, воспитатели групп
3.	«Зимние забавы»	Январь	
4.	Спортивный досуг «А ну-ка, мальчики!»	Февраль	Инструктор по физкультуре
5.	«Здравствуй, Масленица!» - уличное развлечения для детей с участием родителей.	Февраль	Инструктор по физкультуре, воспитатели групп
6.	Спортивный праздник «Космические старты»	Апрель	Инструктор по физкультуре, воспитатели групп
7.	Ивовое событие «От улыбки станет всем светлей!»	Май	Инструктор по физкультуре, воспитатели групп
IV. ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ			
1.	Витаминотерапия	2 раза в год	Ст. медсестра
2.	Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режимы проветривания, утренние фильтры, работа с родителями)	В неблагоприятные периоды (осень-весна) возникновения инфекции)	Ст. медсестра
3.	Самомассаж	3 раза в неделю	Инструктор по физической

			культуре, воспитатели
4.	Гимнастика для глаз	В течение года	Воспитатели
5.	Массаж стоп (в период проведения занятий в режиме динамических пауз)	3 раза в неделю	Инструктор по физической культуре, воспитатели
6.	Танцы и упражнения специального воздействия	еженедельно	Музыканты, инструктор по физкультуре, воспитатели
V. ЗАКАЛИВАНИЕ			
1.	Ходьба босиком	После сна	Воспитатели
2.	Облегченная одежда детей	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели
3.	Мытье рук, лица, шеи прохладной водой	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели

Приложение №2 Организация двигательного режима

Формы организации	Младшая группа
Организованная деятельность	6 час/нед
Утренняя гимнастика	6-8 мин
Хороводная игра или игра средней подвижности	2-3 мин
Физминутка во время занятия	2 – 3мин
Динамическая пауза между занятиями (если нет физо или музо)	5 мин
Подвижная игра на прогулке	6-10 мин
Инд.раб. по развитию движений на прогулке	8-10мин
Динамический час на прогулке	15-20 мин
Физкультурные занятия	15 мин
Музыкальные занятия	15 мин
Гимнастика после дневного сна	5-10мин
Спортивные развлечения	20 мин
Спортивные праздники	20 мин/2р/г
Неделя здоровья	Сентябрь, январь, апрель
Подвижные игры во II половине дня	6-10 мин

Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно
---	-----------

Примерное соотношение режимных процессов, различных видов деятельности в течение дня у детей 3-4 лет

Возраст	Занятия, осуществляемые в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения)	Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов (организация питания, сон)	Самостоятельная игровая деятельность детей	Прогулка	Взаимодействие с семьями детей по реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования
3-4	1ч. 45 мин.	2ч. 15 мин.	3ч. 00 мин.	3ч. 20 мин.	2ч. 00 мин.

Приложение № 3 Физкультурное оборудование и инвентарь

Наименование оборудования, учебно-методических и игровых материалов

Гимнастическая лестница (высота 3 м, ширина 1-го пролета 95 см, расстояние между перекладинами 25 см)	6 пролетов
Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 5 м)	2 шт.
<p>Мячи:</p> <ul style="list-style-type: none"> • набивные весом 1 кг, • маленькие (теннисные и пластмассовые), • средние (резиновые), • большие (резиновые) • для фитбола 	<p>2 шт. 60 шт. 30 шт. 30 шт. 22 шт.</p>
Гимнастический мат (длина 100 см)	2 шт.
Палка гимнастическая (длина 76 см)	15 шт.
<p>Скакалка детская</p> <ul style="list-style-type: none"> • для детей подготовительной группы (длина 210 см) • для детей средней и старшей группы (длина 180 см) 	25 шт. 25 шт.
Кольцеброс	1 шт.

Кегли	10 шт.
Обруч пластиковый детский <ul style="list-style-type: none"> • большой (диаметр 90 см) • средний (диаметр 50 см) 	5 шт. 25 шт.
Конус для эстафет	10 шт.
Дуга для подлезания (высота 42 см)	3 шт.
Кубики пластмассовые	8 шт.
Цветные ленточки (длина 60 см)	30 шт.
Бубен	1 шт.
Рёбристая дорожка (длина 150 см, ширина 20 см)	1 шт.
Беговая дорожка детская	1 шт.
Игра «Дартс»	1 шт.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования. Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям дошкольников; его количество определяется из расчета активного участия всех детей в процессе занятий. Важнейшее требование — безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закругленными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется педагогом перед занятием.

ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ

Для проведения физкультурно-оздоровительной работы, утренней гимнастики, физкультурных занятий и спортивных развлечений необходим музыкальный центр и музыкальное сопровождение. Детские песни и мелодии обновляется для стимулирования физической, творческой, интеллектуальной активности детей. Все это позволяет организовывать работу по сохранению и укреплению здоровья детей, созданию положительного психологического климата в детских коллективах, а также по всестороннему развитию каждого ребенка.

Музыкальный центр	1 шт. (в физкультурном зале)
Аудиозаписи	Имеются и обновляются

Приложение №4 Программно-методическое обеспечение

- Программа «Физкультура от 3 до 17». Автор Щербаков В.П.
- Программно-методическое пособие «Расту здоровым». Автор Зимонина В.Н.
- Программа «Здравствуй». Автор Лазарев М.Л.
- Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду.
- Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка.
- Рунова М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду.
- Рунова М. А., Бутилова А. В. Ознакомление с природой через движение.
- Осокина Т. И., Тимофеева Е. А., Рунова М. А. Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений.
- Глазырина Л. Д. Физическая культура — дошкольникам.
- Глазырина Л. Д. Физическая культура в младшей группе детского сада.
- Глазырина Л. Д. Физическая культура в средней группе детского сада.
- Глазырина Л. Д. Физическая культура в старшей группе детского сада.
- Глазырина Л. Д. Физическая культура в подготовительной группе детского сада.
- Сивачева Л. Н. Физкультура — это радость.
- Маханева М. Д. С физкультурой дружить — здоровым быть.
- Галицына Н. С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении.
- Яковлева Л. В., Юдина Р. А. Физическое развитие и здоровье детей 3–7 лет. —
- Щербак А. П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении.
- Шебеко В. Н., Ермак Н. Н. Физкультурные праздники в детском саду.
- Пензулаева Л. И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3–7 лет.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы во второй младшей группе.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в средней группе.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в старшей группе.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной к школе группе.
- Пензулаева Л. И. Малоподвижные игры и упражнения для детей 3–7 лет.
- Козырева О. В. Лечебная физкультура для дошкольников.
- Программа школы Змановского Ю. Ф. Здоровый дошкольник.

ПРИЛОЖЕНИЕ №5 КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

СЕНТЯБРЬ (вторая младшая группа)

Содержание образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на 2х ногах, может бросать мяч руками от груди; проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками.</p>					<p>Физическая культура:развивать умение ходить и бегать свободно, в колене по одному; энергично отталкиваться 2мя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение энергично отталкивать мяч 2мя руками одновременно, закреплять умение ползать, развивать умение реагировать на сигнал «беги», «лови», «стой»,создавать условия для систематического закаливания организма, формирования и совершенствования ОВД.</p> <p>Социализация:способствовать участию детей в совместных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячамиБезопасность: продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая</p>
Вводная часть	Приучать детей ходить и бегать небольшими группами за инструктором,ходить и бегать всей группой в прямом направлении за инструктором.Познакомить детей с ходьбой и бегом в колонне небольшими группами, на носках, пятках, в колонне по одному, с высоким подниманием колен				
ОРУ	Без предметов	С флажками	С кубиками	С погремушками	
Основные виды движений	1.Ходить и бегать небольшими группами за инструктором. 2.Учить ходить между 2мя линиями, сохраняя равновесие.	1. Ходьба с высоким подниманием коленв прямом направлении за инструктором. 2.Подпрыгивать на 2х ногах на месте.	1.Ходьба по бревну приставным шагом 2.Учить энергично, отталкивать мяч 2мя руками.	1Ходьба по рейке, положенной на пол 2.Подлезать под шнур. 3.Катание мяча друг другу	
Подвижные игры	«Бегите ко мне»	«Догони меня»	«Поймай комара»	«Найди свой домик»	
Малоподвижные игры	«Мышки» Спокойная ходьба	«Гуси идут домой» Спокойная ходьба в колонне по одному	«Гуси идут домой» Спокойная ходьба в колонне по одному	Упражнение на дыхание «Потушим свечи»	

					им и не причиняя боль.. Коммуникация: помогать детям доброжелательно обращаться друг с другом. Познание: формировать навык ориентировки в пространстве
--	--	--	--	--	--

ОКТАБРЬ (вторая младшая группа)

Содержание образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качествк уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч 2мя руками, проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в д/с.</p>					<p>Физическая культура: развивать умение ходить и бегать свободно, в колонне по одному, в разных направлениях, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве, сохранять правильную осанку стоя, в движении, развивать навыки лазанья, ползания, умение энергично отталкиваться 2мя ногами и правильно приземляться, закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании. Здоровье:воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей Социализация:развивать</p>
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, бег врассыпную, в колонне, по кругу, с изменением направления, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя				
ОРУ	Без предметов	С малым мячом	С флажками	С кубиками	
Основные виды движений	1. Ходьба по ребристой доске с перешагиванием 2.Ползание на четвереньках между предметами 3.Упражнять в подпрыгивании на 2х ногах на месте	1.Во время ходьбы и бега останавливаться на сигнал воспитателя; 2. Перепрыгивание через веревочки, приземляясь на полусогнутые ноги. 3.Упражнять в прокатывании мячей	1. Подлезать под шнур. 2 . Упражнять в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади 3. Упражнять в прокатывании мячей.	1Подлезание под шнур. 2. Ходьба по уменьшенной площади. 3.Катание мяча в ворота	
Подвижные	«Поезд»,	«Солнышко и дождик»	«У медведя	«Воробушки и кот»	

игры			во бору»		активность детей в двигательной деятельности, умение общаться спокойно, без крика.
Малоподвижные игры	Звуковое упр. «Кто как кричит?»	Пальчиковая гимн. «Молоток»	Упражнение на дыхание «Потушим свечи»	Самомассаж «Ладшки»	Безопасность: учить соблюдать правила безопасного передвижения в помещении и осторожно спускаться и подниматься по лестнице, держаться за перила.

НОЯБРЬ (вторая младшая группа)

Содержание образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично отталкиваться в прыжках на 2х ногах, имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, умеет взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков.</p>					<p>Физическая культура: продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем.</p> <p>Здоровье: продолжать укреплять и охранять</p>
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, в ходьбе колонной по одному; бег в рассыпную, в колонне, по кругу, с изменением направления, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя				
ОРУ	Без предметов	С малым мячом	С кубиками	С платочками	
Основные виды движений	1. Ходьба по уменьшенной площади; 2. Прыжки через	1 Прыжки из обруча в обруч, приземляться на полусогнутые ноги. 2 . Прокатывание мяча	1 Ловить мяч, брошенный инструктором, и бросать его назад;	1. Подлезать под дугу на четвереньках. 2. Ходьба по уменьшенной	

	веревочки, положенные в ряд 3. Ползание на четвереньках	через ворота 3. Ходьба по бревну приставным шагом	2. Ползать на четвереньках. 3. Прыжки вокруг предметов	площади, с перешагиванием через кубики 3. Метание мяча в горизонтальную цель	здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма. <u>Социализация:</u> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами.
Подвижные игры	«Мыши в кладовой»	«Автомобили»	«По ровненькой дорожке»	«Кот и мыши»	
Малоподвиж- ные игры	«Узнай по голосу»	«Пальчиковая гимн. «Моя семья»	«Найди, где спрятано»	«Где спрятался мышонок»	<u>Коммуникация:</u> помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом

ДЕКАБРЬ (вторая младшая группа)

Содержание образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре.</p>					<p><u>Физическая культура:</u> упражнять в ходьбе и беге по кругу, враспынную, вкатании мяча, в подлезании под препятствие.</p> <p><u>Здоровье:</u> дать</p>

Вводная часть	Ходьба и бег врассыпную, используя всю площадь зала, по кругу, с изменением направления; на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба и бег колонной по одному				<p>представление о том, что утренняя зарядка, игры, физ упражнения вызывают хорошее настроение, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы организма, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде.</p> <p>Социализация: постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь.</p> <p>Безопасность: продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду.</p> <p>Коммуникация: развивать диалогическую форму речи</p>
ОРУ	Без предметов	С мячом	С кубиками	С погремушками	
Основные виды движений	1 Ходьба по доске, положенной на пол 2. Прыжки из обруча в обруч 3. Прокатывание мяча друг другу	1. Перебрасывание мячей через веревочку вдаль 2. Подлезать под шнур. 3. Ходьба с перешагиванием через 3 набивных мячей	1. Ползание по туннелю 2. Метание мешочков вдаль. 3. Ходьба по веревочке, положенной на пол, змейкой	1. Ползание под дугой на четвереньках 2. Прыжки через набивные мячи 3. Прокатывание мяча друг другу, через ворота	
Подвижные игры	Наседка и цыплята	«Поезд»	«Птички и птенчики»	«Мыши и кот»,	
Малоподвижные игры	«Лошадки»	Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»	«Найдем птичку»	«Каравай»	

ЯНВАРЬ (вторая младшая группа)

Содержание образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх</p>					<p>Физическая культура: упражнять в ходьбе и беге по кругу, врассыпную, в катании мяча, в подлезании под препятствие.</p>

и физ.упр., проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непосредственной совместной игре.					<p><u>Здоровье:</u> дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и организма, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде.</p> <p><u>Социализация:</u> постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь.</p> <p><u>Безопасность:</u> продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду.</p> <p><u>Коммуникация:</u> развивать диалогическую форму речи</p>
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, в рассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; парами, с выполнением заданий				
ОРУ	С мячом	С кубиками	С погремушками	С платочками	
Основные виды движений	1. Ходьба по наклонной доске(20см). 2. Прыжки на двух ногах через предметы (5см) 3. Метание малого мяча в цель	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 3. Прыжки в длину с места	1. Лазание по гимнастической лесенке-стремянки. 2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени, 3. Прокатывать мяч друг другу	1. Метание мяча в вертикальную цель правой и левой рукой 2. Подлезать под шнур, не касаясь руками пола 3. Ходьба по доске по гимнастической скамейке	
Подвиж. игры	«Кролики»	«Трамвай»,	«Птички и птенчики»	«Мыши в кладовой»	
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»	«Найдем птичку»	«Каравай»	

ФЕВРАЛЬ (вторая младшая группа)

Содержание образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	

Этапы занятия					<p><u>Физическая культура:</u> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем.</p> <p><u>Здоровье:</u> продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма.</p> <p><u>Социализация:</u> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами.</p> <p><u>Коммуникация:</u> помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом</p>
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, владеет соответствующими возрасту основными движениями, стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой</p>					
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег враспынную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя				
ОРУ	Без предметов	С погремушками	С платочками	С кубиками	
Основные виды движений	1. Ходьба по ребристой доске 2. Прыжки с продвижением вперед. 3. Прокатывание мяча между кеглями	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Спрыгивание со скамейки – мягкое приземление на полусогнутые ноги; 3. Ползание между предметами.	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прокатывание мяча друг другу; 3. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола.	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками. 3. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.	
Подвижные игры	«Кролики»	«Мой веселый, звонкий мяч»,	«Воробышки и автомобиль»	«Птички в гнздышках»	
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»	«Лошадки»	Дыхательные упраж «Задует свечи»	

МАРТ (вторая младшая группа)

Содержание образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину, может катать мяч, ударять мячом об пол и ловить; проявляет положительные в самостоятельной двигательной деятельности, имеет элементарные представления о ценности здоровья, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения</p>					<p>Физическая культура: продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем.</p> <p>Здоровье: продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма.</p> <p>Социализация: развивать самостоятельность и творчество при</p>
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег враспынную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя				
ОРУ	Без предметов	С кубиками	С обручем	С флажками	
Основные виды движений	1. Прыжки из обруча в обруч. 2. Ходьба по канату боком 3. Ползание в туннеле 4. Бросание мяча вверх, вниз, об пол и ловля его	1. Ходьба по гимнастической скамейке, приставным шагом 2. Прокатывание мяча друг другу. 3. Пролезание в обруч 4. Прыжки с продвижением вперед	1. Ходьба по ограниченной поверхности 2. Перебрасывание мяча через шнур 3. Лазание по гимнастической стенке	1. Ходьба по канату приставным шагом 2. Метание в горизонтальную цель 3. Пролезание в обруч	
Подвижные игры	«У медведя во бору»	«Лохматый пес»	«Мыши в кладовой»	«Воробушки и автомобиль»	

Малоподвижные игры	Дыхательные упражнения «Пчелки»	Дыхательные упражнения «Надуем шарик»	«Угадай кто позвал»	Пальчиковая гимнастика «Семья»	выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. <u>Коммуникация:</u> помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом
--------------------	---------------------------------	---------------------------------------	---------------------	--------------------------------	---

АПРЕЛЬ (вторая младшая группа)

Содержание образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить двумя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами,</p>					<p><u>Физическая культура:</u> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично</p>

обращается к воспитателю по имени и отчеству					отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем.
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег врассыпную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя; учить работать вместе при игре с парашютом				
ОРУ	Без предметов	С обручем	С кубиками	С платочками	Здоровье: продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма. Социализация: развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами.
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками. 3. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прокатывание мяча друг другу; 3. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Спрыгивание со скамейки на мат приземление на полусогнутые ноги; 3. Ползание между предметами 4. Перебрасывание мяча друг другу	1. Ходьба по лестнице положенной на пол 2. Прокатывание мяча в ворота. 3. Пролезание в обруч 4. Прыжки с продвижением вперед	
Подвижные игры	«Солнышко и дождик»	«Поймай комара»	«Светофор и автомобили»	«У медведя во бору»	Коммуникация: помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом
Малоподвижные игры	«Кто ушел»	«Найди комарика»	«Парашют» Дует, дует ветерок	Дыхательные упражнения «Пчелки»	

МАЙ (вторая младшая группа)

Содержание образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, катать мяч в заданном направлении, бросать его двумя руками, бросать его вверх 2–3 раза подряд и ловить; проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, дружелюбие по отношению к окружающим</p>					<p>Физическая культура: закреплять умение ходить, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног, в колонне по одному, по кругу, врассыпную, с перешагиванием через предметы; бросать мяч вверх, вниз, об пол (землю), ловить его; ползать на четвереньках по прямой, лазать по лесенке-стремянке, развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.активность. Здоровье:воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей,формировать желание вести здоровый образ жизни. Социализация:развивать активность детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, развивать умение детей общаться спокойно, без крика. Коммуникация:развивать диалогическую форму речи. Безопасность: не разговаривать с незнакомыми</p>
Вводная часть	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед				
ОРУ	На больших мячах	С мячами	С палками	С малым мячом	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание малого мяча. 4. Ходьба по лесенке, положенной на пол	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 3. Перебрасывание мяча друг другу от груди. 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	1. Ходьба по шнуру (боком) руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прокатывание мяча в ворота	1 Прыжки из обруча в обруч. 2. Ходьбапо наклонной доске 3. Ползание в туннеле 4. Метание мешочков вдаль	
Подвижные игры	«Светофор и автомобили»	«Мыши в кладовой»	«Поймай комара»	«У медведя во бору»	
Малоподвижные игры	Дыхательные упражнения «Надуем шарик»	«Угадай кто позвал»	«Релаксация» «В лесу»	Дыхательные упражнения «Пчелки»	

					людьми и не брать у них угощения и различные предметы, сообщать воспитателю о появлении на участке незнакомого человека
--	--	--	--	--	---

Календарный план воспитательной работы на 2024-2025 учебный год

Направления воспитания	Мероприятия	Дата проведения	Примерный перечень основных государственных и народных праздников, памятных дат	группа	ответственные
<u>СЕНТЯБРЬ</u> Девиз месяца: «Осень, осень в гости просим!»					
Духовно- нравственное Познавательное Социальное	<p style="text-align: center;">Традиции ДОУ</p> <p style="text-align: center;">1 сентября - День знаний</p> <ul style="list-style-type: none"> • Игра-экскурсия по группе «Наша группа хороша – все здесь есть для малыша!» • Игровое событие «День Знаний- ура! Снова вместе все друзья!» • Оформление выставки в книжном уголке «Книга –источник знаний» 	02.09	<p>1 сентября: День знаний;</p> <p style="text-align: center;">8 сентября: Международный день распространения грамотности;</p>	<p>Группа раннего возраста</p> <p>Младшая</p> <p>Средние</p> <p>Старшие</p> <p>Подготовительные</p>	Воспитатели
Социальное	<p style="text-align: center;">Детско-взрослые общности</p> <p>Организация работы детско-взрослых общностей:</p> <ul style="list-style-type: none"> • создание общностей; • разработка методического обеспечения; • организация РППС. 	сентябрь		<p>Младшая</p> <p>Средние</p> <p>Старшие</p> <p>Подготовительные группы</p>	Воспитатели

Эстетическое	<p align="center">Традиции ДОУ</p> <p align="center">«Лето – это маленькая жизнь»</p> <ul style="list-style-type: none"> • Фотогазеты в группах • «Как я провел лето». Подготовка к записи рассказов 	02.09-06.09.		Младшая Средние Старшие Подготовительные группы	Воспитатели
Патриотическое	<p align="center">Музейная педагогика</p> <p align="center">День поминовения в память защитников Ленинграда, павших и живых</p> <ul style="list-style-type: none"> • Экскурсия в мини-музей ДОУ • Организация РППС в группах 	09.09	3 сентября: День окончания Второй мировой войны, День солидарности в борьбе с терроризмом.	Подготовительные группы	Старший воспитатель Воспитатели подготовительных групп
Познавательное Социальное	<p align="center">Неделя Безопасности дорожного движения</p> <p align="center">22.09. - Всемирный день без автомобиля.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Акция «Смейся, улыбайся, весело живи, без автомобиля в детский сад спеши • Творческие мастерские «Светофор-наш верный друг» • Игровые тренинги «Эти правила важны! Эти правила нужны!» 	23.09		Группа раннего возраста Младшая Средние Старшие Подготовительные	Воспитатели
Эстетическое Социальное	<p align="center">Традиции ДОУ</p> <p align="center">27.09 -День воспитателя и всех дошкольных работников</p> <ul style="list-style-type: none"> • Игровые ситуация «Наш 	27.09	27 сентября: День воспитателя и всех	Младшая Средние	Воспитатели

	любимый детский сад» <ul style="list-style-type: none"> • Творческие мастерские «Открытка в подарок» • Выставка поздравительных открыток «В детский сад скорей спешим всех поздравить от души!» 		дошкольных работников	Старшие Подготовительные	
Эстетическое	Традиции ДОУ 20.09 - День Урожая Выставка из природного материала «Что нам Осень принесла?»	16.09 - 30.09		Группа раннего возраста Младшая Средние Старшие Подготовительные	Старший воспитатель Воспитатели групп
Социальное	Традиции ДОУ в рамках Года семьи <ul style="list-style-type: none"> • Родительское собрание «Начался учебный год, к новым играм – вперед!», • Анкетирование родителей по темам: «Расскажите о своем ребенке», «Изучение запросов и образовательных потребностей родителей». 	вторая неделя сентября		Группа раннего возраста Младшая Средние Старшие Подготовительные	Заведующий Зам. зав. по УВР Старший воспитатель Воспитатели
ОКТАБРЬ Девиз месяца: «Осенняя палитра»					
Духовно-нравственное	Традиции ДОУ 01.10 - Международный день пожилых людей	01.10	1 октября: Международный день пожилых людей; Международный день	Младшая Средние	Воспитатели

Социальное Эстетическое Трудовое	Творческие мастерские: изготовление и вручение открыток пожилым людям: бабушкам, дедушкам, пожилым соседям.		музыки;	Старшие Подготовительные	
Социальное Физическое и оздоровительное	Детско-взрослые общности 04.10 - День войск гражданской обороны МЧС России <ul style="list-style-type: none"> • Проектная деятельность • «Уроки Безопасности для дошколят» информационные минутки, игровые ситуации • «Веселый урок физкультуры» по ПДД 	04.10	4 октября: День защиты животных; 5 октября: День учителя;	Старшие Подготовительные	Воспитатели ИФК
Духовно- нравственное Познавательное Социальное Эстетическое	Музейная педагогика 16.10 -Международный день хлеба; <ul style="list-style-type: none"> • Экскурсия в мини-музей ДОУ • Организация «Миров» в группах «Хлеб – всему голова» • Маршрут выходного дня: «Музей «Хлеба» 	16.10		Старшие Подготовительные	Воспитатели
Физическое и оздоровительное	Традиции ДОУ 20.10- День отца <ul style="list-style-type: none"> • Выставка творческих работ и фотогазет «Мой папа самый.....!» • Спортивный досуг «Первые старты с папой» 	третья неделя октября	Третье воскресенье октября: День отца в России	Младшая Средние Старшие Подготовительные	Воспитатели ИФК

Познавательное Эстетическое	Традиции ДОУ Осенние праздники: «Здравствуй осень, здравствуй осень -хорошо, что ты пришла!»	четвертая неделя октября		Младшая Средние Старшие Подготовительные	Музыкальный руководитель воспитатели
Духовно- нравственное Социальное	Традиции ДОУ Акция «Твори добро» <ul style="list-style-type: none"> Осенние работы по благоустройству территории ДОУ Субботник 	октябрь		Группа раннего возраста Младшие Средние Старшие Подготовительные	Заведующий Зам. зав. по АХР Зам. зав. по УВР Старший воспитатель Воспитатели Специалисты
<u>НОЯБРЬ</u> Девиз месяца: «При солнышке – тепло, при матушке – добро»					
Патриотическое Духовно- нравственное Социальное	Традиции ДОУ 04.11 - День народного единства <ul style="list-style-type: none"> Фестиваль игр народов России Выставка творческих работ «Ты, я, он, она-вместе дружная семья!» 	02.11	4 ноября: День народного единства;	Младшая Средние Старшие Подготовительные	Старший воспитатель Воспитатели Специалисты
Патриотическое	30.11- День Государственного герба <ul style="list-style-type: none"> Информационные минутки "Государственные символы России". 	29.11	30 ноября: День Государственного герба	Старшие Подготовительные	Старший воспитатель Воспитатели Специалисты

	<ul style="list-style-type: none"> Оформление выставки детских книг «Россия – родина моя», «Наша гордость и слава». 				
Познавательное Социальное	<p align="center">Традиции ДОУ</p> <p align="center">12.11 -Синичкин день</p> <ul style="list-style-type: none"> Акция «Покорми птиц зимой». «Сделай своими руками»- изготовление кормушки. 	12.11		Младшая Средние Старшие Подготовительные	Воспитатели
Социальное	<p align="center">Детско-взрослые общности</p> <ul style="list-style-type: none"> Выставка книг «Любимые сказки» Викторина по ПДД «Неделя безопасности» 	11.11-15.11		Младшая Средние Старшие Подготовительные	Воспитатели
Эстетическое	<p align="center">Музейная педагогика</p> <p align="center">18.11 - День рождения Деда Мороза</p> <ul style="list-style-type: none"> Организация «Миров» в группах «Дед Мороз – он какой?» Творческие мастерские «Зимний волшебник». 	18.11		Группа раннего возраста Младшая Средние Старшие Подготовительные	Воспитатели
Социальное	<p align="center">Традиции ДОУ</p> <p align="center">24.11 – День матери</p> <ul style="list-style-type: none"> Проект «Письмо любви ребёнку» Досуг «Пусть всегда будет мама!» 	Четвертая неделя ноября	Последнее воскресенье ноября: День матери в России;	Группа раннего возраста Младшая	Воспитатели специалисты

	<ul style="list-style-type: none"> • Выставка творческих работ «Мамина улыбка, мамыны глаза» • Акция ««Мама, ты знаешь правила дорожного движения?»» 		30 ноября: День Государственного герба Российской Федерации.	Средние Старшие Подготовительные	
Физическое и оздоровительное	<p align="center">Традиции ДОУ</p> <p align="center">Спортивное мероприятие «Первые старты с мамой»</p>	ноябрь		Средние	Воспитатели ИФК
ДЕКАБРЬ Девиз месяца: «Новый Год к нам мчится»					
Патриотическое	<p align="center">Традиции ДОУ</p> <p align="center">09.12- День Героев Отечества</p> <p align="center">12.12 - День Конституции Российской Федерации</p> <ul style="list-style-type: none"> • Акция «Мы-граждане России» • Организация «Миров» в группах «Великие люди Отечества - приурочен к учреждению 9.12.1769 г. указом Екатерины II ордена Святого Георгия Победоносца – высшей воинской награды» 	09.12 12.12	<p>3 декабря: День неизвестного солдата; Международный день инвалидов (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно);</p> <p>9 декабря: День Героев Отечества;</p> <p>12 декабря: День Конституции Российской Федерации;</p>	Подготовительные	Воспитатели

Духовно-нравственное Познавательное Социальное	Детско-взрослые общности <ul style="list-style-type: none"> Юные помощники Проекты по детско-взрослым общностям Мастерская «Книжкаина больница». 	05.12	5 декабря: День добровольца (волонтера) в России;	Младшая Средние Старшие Подготовительные	Воспитатели
Эстетическое	Традиции ДОУ Выставка новогодних поделок «Новогодний сюрприз»	09.12-27.12	8 декабря: Международный день художника;	Группа раннего возраста Младшая Средние Старшие Подготовительные	Воспитатели
Духовно-нравственное Социальное Эстетическое	Традиции ДОУ <ul style="list-style-type: none"> Новогодние праздники Акция «Движение добрых дел» совместное изготовление с родителями в «Творческой мастерской» атрибутов и костюмов для новогоднего праздника. 	Четвертая неделя декабря	31 декабря: Новый год.	Группа раннего возраста Младшие Средние Старшие Подготовительные	Воспитатели Специалисты
<u>ЯНВАРЬ</u> Девиз месяца: «Творчество и вдохновение!»					
Патриотическое Духовно-нравственное	Традиции ДОУ 27.01. - «900 дней и ночей». <ul style="list-style-type: none"> Тематические мероприятия в рамках «День снятия Блокады» Акция «Свеча памяти» Маршрут выходного дня: 	27.01	27 января: День снятия блокады Ленинграда; День освобождения Красной армией крупнейшего «лагеря смерти» Аушвиц-Биркенау (Освенцима) -	Старшие Подготовительные	Воспитатели Специалисты

	посетить торжественные мероприятия к Дню снятия блокады г. Ленинграда :экскурсии, музей Блокады, музей-панораму в Кировске, Дорога Жизни.		День памяти жертв Холокоста (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно).		
Познавательное Эстетическое	Музейная педагогика 17.01 - День детских изобретений <ul style="list-style-type: none"> • Фестиваль конструирования «Я САМ!» • Организация «Миров» в группах: «Изобретения – основа прогресса!» 	17.01		Старшие Подготовительные	Воспитатели
Физическое и оздоровительное	Традиции ДОУ 25.01. День счастливых снеговиков <ul style="list-style-type: none"> • Спортивные развлечения «Зимние забавы» 	Четвертая неделя января		Группа раннего возраста Младшая Средние Старшие Подготовительные	ИФК Воспитатели
<u>ФЕВРАЛЬ</u> Девиз месяца: «Быстрее, выше, сильнее»					
Познавательное	«Неделя научных открытий» 08.02- День российской науки <ul style="list-style-type: none"> • Игра-экспериментирование «Удивительное рядом!» • Игра-путешествие «Удивительное рядом!» • Квест-игра «День научных 	07.02	8 февраля: День российской науки;	Старшие Подготовительные	Воспитатели

	открытий»				
Познавательное Эстетическое	<p>Музейная педагогика</p> <p>21.02- Международный день родного языка</p> <ul style="list-style-type: none"> • Организация «Миров» в группах: «Языки народов мира» • Творческие мастерские по созданию макета «Буква имени моего» 	21.02	21 февраля: Международный день родного языка;	Подготовительные	Воспитатели
Патриотическое Физическое и оздоровительное	<p>Традиции ДОУ</p> <p>23.02- День Защитника Отечества</p> <ul style="list-style-type: none"> • Выставка творческих работ (рисунок, фотография, аппликация) «Наши лучшие бойцы - это папы - молодцы!» • Спортивный досуг «Богатырские забавы» • Организация «Миров» в группах: «Тот герой, кто за Родину горой!» <p>24.02 - 02.03 «Масленица» - праздничные гуляния</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Здравствуй, Масленица!» - уличное развлечения для детей с участием родителей. • Маршрут выходного дня-масленичные гуляния в городе. 	21.02	23 февраля: День защитника Отечества.	Группа раннего возраста Младшая Средние Старшие Подготовительные	Воспитатели Специалисты

		24.02-02.03			
<u>МАРТ</u> Девиз месяца: «Театр-детям!»					
Познавательное Социальное	Традиции ДОУ 03.03 – Всемирный день писателя Организация «Миров» в группах: Книги Токмаковой И.П. Книги Михалкова С.В. Книги Чуковского К.И.	03.03 13.03 31.03	03 марта – Всемирный день писателя	Средние Старшие Подготовительные	Воспитатели Специалисты
Духовно- нравственное Эстетическое Социальное	Традиции ДОУ 08.03- Международный женский день • Музыкальные праздники «Мамочку родную очень я люблю, с праздником поздравлю, песенку спою!» • Выставка детских творческих работ «Цветы для мамочки» , «Мамочка любимая – самая красивая»	07.03	8марта: Международный женский день;	Группа раннего возраста Младшая Средние Старшие Подготовительные	Воспитатели Специалисты
Духовно- нравственное	Детско-взрослые общности • Выставка дидактических игр, способствующих развитию у			Младшая Средние	Воспитатели

Социальное	<p>детей интереса к книге «Книжные игры».</p> <ul style="list-style-type: none"> • Викторина «Безопасное поведение дома и на улице». • Организация мастерской «Ремонт игрушек». 	Вторая неделя марта		Старшие Подготовительные	
Трудовое Познавательное Социальное	<p>«Неделя охраны природы и здоровья»</p> <p>20.03 - День Земли</p> <p>22.03 - Всемирный день воды</p> <ul style="list-style-type: none"> • Экологическая викторина «Знают даже дети, нужен мир и чистота планете» • Трудовая дружина «Будет чище на планете» • Творческие мастерские по созданию плакатов «Живи, дыши!» 	20.03 21.03	18марта: День воссоединения Крыма с Россией (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно);	Старшие Подготовительные	Воспитатели
Духовно- нравственное Эстетическое Социальное	<p>21.03 -Всемирный день поэзии</p> <p>Театральная неделя (в рамках всемирного дня театра 27.03)</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Домашний театр» Творческое задание-совместная постановка сказки в рамках недели театра • «Подготовка к празднику». Творческое задание (разучивание стихов, ролей, подготовка костюмов, 	Четвертая неделя марта	27 марта: Всемирный день театра.	Группа раннего возраста Младшая Средние Старшие Подготовительные	Воспитатели Специалисты

	декораций)				
<u>АПРЕЛЬ</u> Девиз месяца: «В мире прекрасного»					
Духовно-нравственное Познавательное Эстетическое Трудовое	Традиции ДОУ 1 апреля (День смеха) и Международный день птиц 02.04 - Международный день детской книги <ul style="list-style-type: none"> • День смеха и хороших книг. • Игровая ситуация «Книжкины минутки» • Творческая мастерская «Птичка-невелички», «Наши пернатые друзья» • Игровая ситуация «Путаница» 	02.04		Группа раннего возраста Младшая Средние Старшие Подготовительные	Воспитатели
Познавательное Эстетическое Патриотическое Физическое и оздоровительное	Традиции ДОУ 07.04. – Всемирный день здоровья, Спортивные развлечения «День здоровья» 12.04 - День космонавтики <ul style="list-style-type: none"> • Игровая ситуация «Есть у нас ракета - вот: отправляемся в полет!» • Спортивный праздник «Космические старты» • Выставка детского 	07.04	12 апреля: День космонавтики;	Группа раннего возраста Младшая Средние Старшие Подготовительные	Воспитатели Специалисты
		11.04			

	<p>творчества «Звезды мигают – ракеты летают»</p> <ul style="list-style-type: none"> • Организация «Миров» в группах: «Выход в космос разрешен!» 				
Познавательное Эстетическое	<p>Детско-взрослые общности</p> <ul style="list-style-type: none"> • Квест-игра «Гайна дорожного знака» • Акция «Дарим свои «книжки-малышки» 	Вторая неделя апреля		Старшие Подготовительные	Воспитатели
Социальное	<p>Детско-взрослые общности</p> <ul style="list-style-type: none"> • Акция «Осторожно, незнакомец!» 	Третья неделя апреля		Старшие	Воспитатели Педагог-психолог
Познавательное Эстетическое Патриотическое Социальное Трудовое	<p>Традиции ДОУ</p> <p>22.04 - Международный день Матери-Земли</p> <ul style="list-style-type: none"> • Информационные экоминутки «Давайте будем дружить с природой!» • Выставка рисунков на асфальте "Чудесная Земля, мы бережем тебя!" • Эко-прогулка «Давайте будем дружить с природой!» • Акция «Твори добро» - весенний субботник 	22.04		Группа раннего возраста Младшая Средние Старшие Подготовительные	Заведующий Зам. зав. по АХР Зам. зав. по УВР Старший воспитатель Воспитатели Специалисты
<u>МАЙ</u> Девиз месяца: «Мы помним! Мы гордимся!»					
Духовно-	Традиции ДОУ		1 мая:		

<p>нравственное</p> <p>Трудовое Социальное Патриотическое Познавательное</p>	<p>1 мая День Весны и Труда,</p> <p>9 мая - День Победы</p> <ul style="list-style-type: none"> • Марафон добрых дел «Мы – помощники!» • Совместная трудовая деятельность «Вместе чисто уберём и порядок наведем» • Проведение образовательных мероприятий нравственно-патриотического характера, посвященных Дню Победы • Конкурс тематических уголков «Помним! Чтим! Гордимся!» • Праздничное событие «80-летие Победы!» 	<p>Первая и вторая недели мая</p>	<p>Праздник Весны и Труда;</p> <p>9 мая:</p> <p>День Победы;</p>	<p>Группа раннего возраста</p> <p>Младшая</p> <p>Средние</p> <p>Старшие</p> <p>Подготовительные</p>	<p>Заведующий</p> <p>Зам. зав. по АХР</p> <p>Зам. зав. по УВР</p> <p>Старший воспитатель</p> <p>Воспитатели</p> <p>Специалисты</p>
<p>Трудовое Социальное Патриотическое Познавательное</p> <p>Эстетическое</p>	<p>Детско-взрослые общности</p> <ul style="list-style-type: none"> • Результаты проектов по детско-взрослым сообществам • Фотовыставка «Малышкины книжки» • Совместный с родителями «Вечер безопасности» • Фотогазета «МЧС спешит на помощь». • Фотогазета «Дети – волонтеры». 	<p>Третья неделя мая</p>	<p>19 мая:</p> <p>День детских общественных организаций России;</p>	<p>Младшая</p> <p>Средние</p> <p>Старшие</p> <p>Подготовительные</p>	<p>Воспитатели</p>
<p>Патриотическое Познавательное</p> <p>Эстетическое</p>	<p>Музейная педагогика</p> <p>18.05 - Международный день музеев</p> <ul style="list-style-type: none"> • Организация «Миров» в 	<p>16.05</p>		<p>Старшие</p> <p>Подготовительные</p>	<p>Воспитатели</p>

	<p>группах: «Музеи Санкт-Петербурга»</p> <ul style="list-style-type: none"> • Экскурсия в мини-музей ДОУ • Маршрут выходного дня «Я поведу тебя в музей» 				
<p>Патриотическое Познавательное</p>	<p>19.05 – День детских общественных организаций России</p> <ul style="list-style-type: none"> • Информационные минутки «день пионерии» <p>24.05 - День славянской письменности и культуры</p> <ul style="list-style-type: none"> • Игровой практикум: русские народные игры. • Игры-забавы с платочками, с народными игрушками, игры с матрешками • «Как люди на Руси жили и буквы придумали» - тематическое занятие 	<p>19.05</p> <p>23.05</p>	<p>19 мая: День детских общественных организаций России</p> <p>24 мая: День славянской письменности и культуры</p>	<p>Старшие Подготовительные</p>	<p>Воспитатели</p>
<p>Патриотическое Познавательное Эстетическое</p>	<p>Традиции ДОУ</p> <p>27.05 - День рождения города-Санкт-Петербург</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Ты посмотри, малыш, вокруг. Наш город дивный-Петербург» - тематические занятия • «Мы по городу гуляем, Петербург нас удивляет...» - творческая выставка 	<p>27.05</p>		<p>Младшая Средние Старшие Подготовительные</p>	<p>Воспитатели специалисты</p>

ИЮНЬ Девиз месяца: «Много солнца, много света - детский сад встречает лето!»					
Духовно-нравственное Познавательное Патриотическое Социальное Эстетическое Физическое и оздоровительное	Традиции ДОУ 01.06. Международный день защиты детей <ul style="list-style-type: none"> • Игровое событие «От улыбки станет всем светлей!» • Игровое праздничное событие «Много солнца, много света - детский сад встречает лето!» • Конкурс рисунков на асфальте «Дружат дети на планете!» • Информационные минутки «Наши права» 	02.06	1 июня: День защиты детей;	Группа раннего возраста Младшая Средние Старшие Подготовительные	Воспитатели
Духовно-нравственное Познавательное Патриотическое Эстетическое Физическое и оздоровительное	Традиции ДОУ 06.06 - Пушкинский день. День родного языка <ul style="list-style-type: none"> • Образовательная ситуация «Путешествие с Ученым Котом», «Что за прелесть эти сказки» • Литературная викторина по сказкам А.С. Пушкина • Выставка иллюстраций к произведениям А. С. Пушкина «Там на невиданных дорожках» • Театральная мастерская «И кот ученый сказки» 	06.06	6 июня: День русского языка;	Средние Старшие Подготовительные	Воспитатели

	<p>говорил...»</p> <p>12.06- День России</p> <ul style="list-style-type: none"> • Игровой досуг «В гостях у русской березки» • Информационные минутки «Мы живем в России» • Создание музейной экспозиции в группах «Наша родина-Россия. Символы России». • Праздничное событие «Россия, вперед!» 	11.06	12 июня: День России;	<p>Младшая</p> <p>Средние</p> <p>Старшие</p> <p>Подготовительные</p>	<p>Воспитатели</p> <p>Специалисты</p>
<p>Познавательное</p> <p>Физическое и оздоровительное</p>	<p>Проект «Очень теплым, ясным днем в гости к лету мы пойдем!»</p> <ul style="list-style-type: none"> • Познавательная игра-путешествие «У солнышка в гостях!» • Выставка книг о лете, природе, отдыхе • Школа здоровья «Малыши-крепыши» 	<p>Четвертая неделя</p> <p>июня</p>		<p>Группа раннего возраста</p> <p>Младшая</p> <p>Средние</p> <p>Старшие</p> <p>Подготовительные</p>	<p>Воспитатели</p>

	<ul style="list-style-type: none"> «Летние секреты», «Летом весело играем – безопасность соблюдаем!» - целевые прогулки 				
Патриотическое	<p>22.06 - День памяти и скорби</p> <ul style="list-style-type: none"> Проведение образовательного мероприятия нравственно-патриотического характера, посвященного дню памяти и скорби 	20.06	22 июня: День памяти и скорби.	Подготовительные	Воспитатели