|  |  |
| --- | --- |
| **Муниципальное бюджетное дошкольное**  **образовательное учреждение**  &ncy;&ocy;&vcy;&ocy;&scy;&tcy;&icy; **«Детский сад №26 «Золотая рыбка»** | |
|  | **Адрес:** 623752 Свердловская область,  г. Реж, ул. Чапаева, д. 23 **Тел**.: 8 (34364) 3 88 80  **Email**: [detsad\_zolotayrubka@mail.ru](mailto:detsad_zolotayrubka@mail.ru) |

**2.1.4 Образовательная область «Физическое развитие»**

**Цель:** создание условий для приобщения детей к активной двигательной деятельности.

**Задача**: обеспечить физическое развитие детей в процессе ежедневной двигательной деятельности.

**Физкультурно- оздоровительная работа**

В течение года под руководством медицинского персонала, учитывая здоровье детей и местные условия, осуществлять комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов: воздуха, солнца, воды. Приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде. Обеспечивать длительность их пребывания на воздухе в соответствии с режимом дня.

При проведении закаливающих мероприятий осуществлять дифферен­цированный подход к детям с учетом состояния их здоровья.

Специальные закаливающие процедуры проводить по решению адми­нистрации и медицинского персонала дошкольного учреждения, принимая во внимание пожелания родителей.

**Воспитание культурно-гигиенических навыков**

Продолжать учить детей под контролем взрослого, а затем самостоя­тельно мыть руки по мере загрязнения и перед едой, насухо вытирать лицо и руки личным полотенцем.

Формировать умение с помощью взрослого приводить себя в порядок. Формировать навык пользования индивидуальными предметами (носо­вым платком, салфеткой, полотенцем, расческой, горшком).

Во время еды учить детей правильно держать ложку.

Обучать детей порядку одевания и раздевания. При небольшой помо­щи взрослого учить снимать одежду, обувь (расстегивать пуговицы спере­ди, застежки на липучках); в определенном порядке аккуратно складывать снятую одежду, правильно надевать одежду и обувь.

**Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни**

Формировать представления о значении каждого органа для нормаль­ной жизнедеятельности человека: глазки - смотреть, ушки - слышать, но­сик - нюхать, язычок - пробовать (определять) на вкус, ручки - хватать, держать, трогать; ножки - стоять, прыгать, бегать, ходить; голова - думать, запоминать; туловище - наклоняться и поворачиваться в разные стороны.

**Тематика занятий по физическому развитию детей 2 - 3 лет**

|  |  |
| --- | --- |
| **Месяц** | **Темы занятий** |
| **Сентябрь** | **Тема месяца** «Разные движения», «Подвижные игры с ходьбой и бегом» |
| **Октябрь** | **Тема месяца** «Построения» **(**стайкой, с имитацией движений персонажей, врассыпную по залу), «Подвижные игры с прыжками» |
| **Ноябрь** | **Тема месяца** «Ползание и лазание» (с подлезанием под дугу, 4 метра) |
| **Декабрь** | **Тема месяца «**Общеразвивающие упражнения», «Упражнения в равновесии».  «Подвижные игры на ориентировку в пространстве» |
| **Январь** | **Тема месяца** «Игры и игровые действия по подражанию», «Зимние забавы» |
| **Февраль** | **Тема месяца** «Катание, бросание, метание», «Игры с мячом» |
| **Март** | **Тема месяца** «Прыжки»(на двух ногах на месте, с продвижением вперед, через шнур).  «Подвижные игры с прыжками». |
| **Апрель** | **Тема месяца** «Ловкие и смелые». Месяц подвижной игры |
| **Май** | **Тема месяца** «Игры и движения под музыку».  Подготовка и проведение развлечения(двигательное образовательно-развлекательное событие). |

**Психолого- педагогические условия**

**реализации программы по физическому развитию детей 2 - 3лет**

|  |  |
| --- | --- |
| **Организация психолого- педагогических условий** | **Деятельность педагога, инструктора по реализации психолого- педагогических условий** |
| 1. Обеспечение эмоционального благополучия ребенка | Создание игровых ситуаций для обеспечения эмоционального благополучия ребенка в процессе обогащения двигательного опыта, развития интереса к подвижным играм и согласованным двигательным действиям. |
| 2. Формирование доброжелательных, внимательных отношений | Создание игровых ситуаций на темы добра, внимания друг к другу, близким людям в процессе двигательной деятельности. |
| 3. Развитие самостоятельности | Создание игровых ситуаций с использованием группового инвентаря, игрушек для выполнения самостоятельных упражнений. |
| 4. Создание условий для развития свободной игровой деятельности | Создание предметно-пространственной среды для стимулирования двигательной активности. |
| 5. Создание условий для развития исследовательской и познавательной деятельности | Создание предметно-пространственной среды для развития исследовательской и познавательной деятельности в процессе ознакомления со спортивными игрушками. |
| 6. Создание условий для самовыражения средствами искусства | Создание предметно-пространственной среды для приобщения к двигательной деятельности под музыку. |

**2.2.7 \*Образовательная область «Физическое развитие»**

Физическое развитие направлено на сохранение и укрепление здоровья детей, гармоничное физическое развитие, приобщение к физической культуре, развитие психофизических качеств (сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость), приобщение к спортивным и подвижным играм, развитие интереса к спорту; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами, воспитание культурно-гигиенических навыков, полезных привычек.

**Основные разделы программы по физическому развитию**

|  |  |
| --- | --- |
| **Разделы программы** | **Задачи** |
| **Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни** | **Становление ценностей здорового образа жизни**  Учить различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними. Развивать представление о ценности здоровья.  Формировать желание не болеть, быть здоровым, дать первичные представления о том, что такое «здоровый образ жизни» и зачем к нему надо стремиться.  Формировать первоначальные представления о полезной и вредной для здоровья человека пище.  Формировать представление о пользе закаливания, утренней зарядки, спортивных и подвижных игр, физических упражнений, полноценного сна.  Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма.  Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость при заболевании обращаться к врачу, лечиться.  **Воспитание культурно-гигиенических навыков**  Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.  Формировать осознанную привычку мыть руки перед едой и чистить зубы утром и вечером.  Совершенствовать культурно-гигиенические навыки, формировать простейшие навыки поведения во время еды, умывания.  Приучать детей следить за своим внешним видом; учить правильно пользоваться мылом, аккуратно мыть руки, лицо, уши; насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место, пользоваться расческой и носовым платком.  Формировать элементарные навыки поведения за столом: умение правильно пользоваться столовой и чайной ложками, вилкой, салфеткой; не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать с полным ртом. |

|  |  |
| --- | --- |
| **Физическая культура** | **Физкультурные занятия и упражнения**  Продолжать развивать разнообразные виды движений.  Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног.  Учить действовать совместно: строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.  Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см.  Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании.  Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.  Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.  Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.  Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений.  **Спортивные и подвижные игры**  Формировать интерес и любовь к спорту, знакомить с некоторыми видами спорта, формировать потребность в двигательной активности.  Приобщать к доступным спортивным занятиям: учить кататься на санках, на трехколесном велосипеде (самостоятельно садиться, кататься на нем и слезать с него), кататься на лыжах (надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место).  Приобщать к доступным подвижным играм, воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве, учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др., вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений. Развивать самостоятельность, активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности.  Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами.  Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. |

**Темы бесед, практических действий педагога, инструктора по формирование начальных представлений о здоровом образе жизни**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Тема** | **Ожидаемый образовательный результат** |
| **Сентябрь** | **Беседа** «Органы чувств (глаза, рот, нос, уши)».  Практические действия: покажи и запомни, это глаза, рот, нос, уши. | Формирование представлений ребенка об органах чувств. |
| **Октябрь** | **Беседа** «Для чего нужно мыть руки перед едой?».  Практические действия: ежедневно моем руки (перед едой, после прогулки). | Формирование потребности в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни. |
| **Ноябрь** | **Беседа** «Как быть здоровым?».  Практические действия: выполняем упражнения, укрепляющие различные органы и системы организма. | Формирование потребности в двигательной активности. |
| **Декабрь** | **Беседа** «Утренняя зарядка».  Практические действия: ежедневное выполнение упражнений утренней зарядки. | Формирование потребности в двигательной активности. |
| **Январь** | **Беседа** «Закаливание».  Практические действия: закаливание ног, рук. | Ознакомление с понятием «закаливание». |
| **Февраль** | **Беседа** «Зачем нужен сон?».  Практические действия: выполнение рекомендаций по засыпанию. | Выполнение рекомендаций по засыпанию. |
| **Март** | **Беседа** «Спортивные игры и упражнения».  Практические действия: выполнение игровых заданий. | Выполнение игровых двигательных заданий в спортивных играх и упражнениях. |
| **Апрель** | **Беседа** «Будем лазать, ползать».  Практические действия: выполнение игровых действий (доползи до погремушки, лазаем как обезьянки). | Развитие навыков лазанья, ползания. |
| **Май** | **Беседа** «Мой веселый звонкий мяч».  Практические действия: игры с мячом. | Развитие навыков «Катания», «бросания», «ловли» мяча. |

**Темы занятий по физическому развитию детей 3 - 4 лет**

|  |  |
| --- | --- |
| **Месяц** | **Темы занятий** |
| **Сентябрь** | **1 неделя** «Ходьба и бег».  **2 неделя** «Ходьба и бег. Прыжки».  **3 неделя** «Мы всегда в движении».  **4 неделя** Эстафета. |
| **Октябрь** | **1 неделя** «Осваиваем основные движения».  **2 неделя** «Развитие координации движений. Упражнения с предметами».  **3 неделя** «Прыжки. Метение».  **4 неделя** «Подвижные игры». |
| **Ноябрь** | **1 неделя** «Разные движения. Вот как мы умеем».  **2 неделя** «Обручи».  **3 неделя** «Развитие координации движений».  **4 неделя** «Сильные, ловкие, смелые». Спортивно- музыкальное развлечение. |
| **Декабрь** | **1 неделя** Промежуточная педагогическая диагностика по освоению детьми программных движений по разделу «Ходьба и бег».  **2 неделя** Промежуточная педагогическая диагностика по освоению детьми программных движений по разделу «Прыжки».  **3 неделя** Промежуточная педагогическая диагностика по освоению детьми программных движений по разделу «Метание».  **4 неделя** Промежуточная педагогическая диагностика по освоению детьми программных движений по разделу «Ползание, лазание». |
| **Январь** | **1, 2 недели** - выходные праздничные дни.  **3 неделя** «Перестроение. Ходьба парами».  **4 неделя** «Осанка. Ходьба и бег врассыпную. Остановка по сигналу». |
| **Февраль** | **1 неделя** «Ползаем, лазаем, играем с мячом».  **2 неделя** «Подвижные и ловкие».  **3 неделя** «Ловкие и смелые».  **4 неделя** «Веселые старты». Спортивно- музыкальное развлечение. |
| **Март** | **1 неделя** «Координация движений».  **2 неделя** «Ловкость и координация».  **3 неделя** «Разные движения».  **4 неделя** Итоговое занятие «Веселые игры». |

|  |  |
| --- | --- |
| **Апрель** | **1 неделя** «Веселые мячики».  **2 неделя** «Весеннее настроение».  **3 неделя** «Озорные матрешки».  **4 неделя** «Весенние игры». Итоговое занятие. |
| **Май** | **1 неделя** Итоговая педагогическая диагностика по освоению детьми программных движений по разделу «Ходьба и бег».  **2 неделя** Итоговая педагогическая диагностика по освоению детьми программных движений по разделу «Прыжки».  **3 неделя** Итоговая педагогическая диагностика по освоению детьми программных движений по разделам «Метание», «Лазание».  **4 неделя** «Весенние старты». Физкультурный праздник. |

**Психолого- педагогические условия реализации программы по физическому развитию детей 3 - 4 лет**

|  |  |
| --- | --- |
| **Организация психолого- педагогических условий** | **Деятельность педагога по реализации психолого- педагогических условий**  Комфортная предметно - пространственная среда |
| 1. Обеспечение эмоционального благополучия ребенка | Создание игровых ситуаций для обеспечения эмоционального благополучия ребенка в процессе целенаправленного развития физических качеств: выносливости, силы, гибкости. |
| 2. Формирование доброжелательных, внимательных отношений | Создание игровых ситуаций в процессе  выполнения физических упражнений, игр для приобретения навыков доброжелательного поведения в коллективных играх. |
| 3. Развитие самостоятельности | Создание игровых ситуаций для развития самостоятельности при простейших построениях, перестроениях (возможно, в соответствии с указаниями воспитателя). |
| 4. Создание условий для развития свободной игровой деятельности | Создание предметно-пространственной среды для свободной игровой двигательной деятельности. |
| 5. Создание условий для развития исследовательской и познавательной деятельности | Создание предметно-пространственной среды для развития исследовательской и познавательной деятельности в процессе ознакомления с незнакомыми спортивными детскими снарядами. |
| 6. Создание условий для самовыражения средствами искусства | Создание предметно-пространственной среды для приобщения детей к выполнению движений под бубен, барабан и другие ударные инструменты. |
| 7. Создание условий для физического развития | Создание предметно-пространственной среды для  использования различных методов обучения детей с разным уровнем физического развития. |

**2.3.7 \*Образовательная область «Физическое развитие»**

Физическое развитие направлено на сохранение и укрепление здоровья детей, гармоничное физическое развитие, приобщение к физической культуре, развитие психофизических качеств (сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость), приобщение к спортивным и подвижным играм, развитие интереса к спорту; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами, воспитание культурно-гигиенических навыков, полезных привычек.

**Основные разделы программы по физическому развитию**

|  |  |
| --- | --- |
| **Разделы программы** | **Задачи** |
| **Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни** | **Становление ценностей здорового образа жизни**  Продолжать знакомить детей с частями тела и органами чувств человека.  Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).  Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.  Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах.  Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.  Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь».  Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы - значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»).  Формировать представления о здоровом образе жизни.  Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.  **Воспитание культурно-гигиенических навыков**  Продолжать воспитывать у детей опрятность, привычку следить за своим внешним видом.  Воспитывать привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом.  Закреплять умение пользоваться расческой, носовым платком; при кашле и чихании отворачиваться, прикрывать рот и нос носовым платком. Совершенствовать навыки аккуратного приема пищи: умение брать пищу понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами (ложка, вилка), салфеткой, полоскать рот после еды. |
| **Физическая культура** | **Физкультурные занятия и упражнения**  Обеспечивать гармоничное физическое развитие. Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку. Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.  **Спортивные и подвижные игры**  Продолжать формировать интерес и любовь к спорту.  Развивать представления о некоторых видах спорта.  Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу.  Учить ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.  Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.  Развивать интерес к подвижным играм.  Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.  Развивать в играх психофизические качества (быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость).  Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.  Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами. |

**Темы бесед, практических действий педагога, инструктора по формированию ценностей здорового образа жизни**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Тема** | **Ожидаемый образовательный результат** |
| **Сентябрь** | **Беседа** «Части тела и органы чувств человека».  Практические действия: покажи ноги, руки, туловище, голову, рот, зубы, язык, нос. | Формирование представлений ребенка о частях тела и органах чувств человека. |
| **Октябрь** | **Беседа** «Гигиенические процедуры».  «Для чего нужно мыть руки перед едой?»  Практические действия: моем руки (перед едой, после прогулки). | Формирование потребности в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни. |
| **Ноябрь** | **Беседа «**Как быть здоровым?»  Практические действия: выполняем упражнения, укрепляющие различные органы и системы организма. | Формирование потребности в двигательной активности. |
| **Декабрь** | **Беседа** «Утренняя зарядка».  Практические действия: ежедневное выполнение упражнений утренней зарядки. | Формирование потребности в двигательной активности. |
| **Январь** | **Беседа** «Закаливание».  Практические действия: закаливание ног, рук. | Ознакомление с понятием «закаливание». |
| **Февраль** | **Беседа** «Зачем нужен сон?».  Практические действия: выполнение рекомендаций по засыпанию. | Выполнение рекомендаций по засыпанию. |
| **Март** | **Беседа** «Спортивные игры и упражнения».  Практические действия: выполнение игровых заданий. | Выполнение игровых двигательных заданий в спортивных играх и упражнениях. |
| **Апрель** | **Беседа «**Будем лазать, ползать, прыгать, бегать, ловить - бросать мяч».  Практические действия: выполнение перечисленных игровых действий. | Комплексное развитие двигательных навыков. |
| **Май** | **Беседа** «Играем с мячом. Прыгаем на скакалке, выполняем движение с предметом - обручем».  Практические действия: игры с мячом, игры со скакалкой, игры с обручем. | Развитие двигательных навыков в процессе игр с предметами. |

**Темы занятий по физическому развитию детей 4 - 5 лет**

|  |  |
| --- | --- |
| **Месяц** | **Темы занятий** |
| **Сентябрь** | **1 неделя** «Ходьба и бег. Равновесие».  **2 неделя** «Ходьба и бег по сигналу. Прыжки».  **3 неделя** «Мы ловкие и смелые».  **4 неделя** Эстафета. |
| **Октябрь** | **1 неделя** «Разные движения».  **2 неделя** «Развитие координации движений. Упражнения с предметами».  **3 неделя** «Веселый мяч».  **4 неделя** «Прыжки. Метение». |
| **Ноябрь** | **1 неделя** «Лазание. Прыжки».  **2 неделя** «Движение и дыхание».  **3 неделя** «Развитие координации движений».  **4 неделя** «Осенние старты». Спортивно - музыкальное развлечение. |
| **Декабрь** | **1 неделя** «Укрепляем мышцы плечевого пояса. Развиваем кисти рук».  **2 неделя** «Скольжение по ледяной дорожке».  **3 неделя** «Игры на лыжах».  **4 неделя** «Подвижные игры». |
| **Январь** | **1 неделя** выходные праздничные дни.  **2 неделя** выходные праздничные дни.  **3 неделя** «Развитие силовых качеств».  **4 неделя** «Прыжки, бросание, метание, ловля». |
| **Февраль** | **1 неделя** «Игровая двигательная деятельность. Ритмическая гимнастика».  **2 неделя** «Зимние забавы».  **3 неделя** «Ускоряем темп движений».  **4 неделя** «Зимний спортивный праздник». |
| **Март** | **1 неделя** «Мы умелые и ловкие» (ползание, лазание, метание).  **2 неделя** «Учимся, двигаемся, играем» (прыжки, игровые задания с предметами).  **3 неделя** «Координация движений» (упражнения и игры для развития координации).  **4 неделя** «Мы всегда здоровы!». Культурно- спортивное совместное с родителями развлечение. |

|  |  |
| --- | --- |
| **Апрель** | **1 неделя** «Калейдоскоп движений».  **2 неделя** «Ритмическая гимнастика. Прыжки. Метание».  **3 неделя** «Координация движений» (упражнения и игры для развития координации).  **4 неделя** «Весенняя эстафета». |
| **Май** | **1 неделя** Итоговая педагогическая диагностика по освоению детьми программных движений по разделу «Ходьба и бег», «Равновесие».  **2 неделя** Итоговая педагогическая диагностика по освоению детьми программных движений по разделу «Прыжки».  **3 неделя** Итоговая педагогическая диагностика по освоению детьми программных движений по разделам «Метание, катание, ловля», «Лазание», «Ритмическая гимнастика».  **4 неделя** «Весенние старты» Физкультурный праздник. |

**Психолого- педагогические условия реализации программы по физическому развитию детей 4 - 5 лет**

|  |  |
| --- | --- |
| **Организация психолого- педагогических условий** | **Деятельность педагога по реализации психолого- педагогических условий**  Комфортная предметно - пространственная среда |
| 1. Обеспечение эмоционального благополучия ребенка | Создание игровых ситуаций для обеспечения эмоционального благополучия ребенка в процессе целенаправленного развития физических качеств: координации движений, развитие скоростно-силовых умений. |
| 2. Формирование доброжелательных, внимательных отношений | Создание игровых ситуаций в процессе коллективных подвижных игр для приобретения навыков внимательного отношения друг к другу. |
| 3. Развитие самостоятельности | Создание игровых ситуаций с использованием вариативной предметно - пространственной среды, побуждающей к самостоятельным двигательным действиям. |
| 4. Создание условий для развития свободной игровой деятельности | Создание предметно-пространственной среды для стимулирования физической активности и свободной игровой деятельности. |
| 5. Создание условий для развития исследовательской и познавательной деятельности | Создание предметно-пространственной среды для развития исследовательской и познавательной деятельности в процессе ознакомления с простейшими спортивными сооружениями (виртуальная выставка) |
| 6. Создание условий для самовыражения средствами искусства. | Создание предметно-пространственной среды для координации слуховых и двигательных умений в процессе подвижных игр с музыкальным сопровождением. |
| 7.Создание условий для физического развития | Создание предметно-пространственной среды для стимулирования ежедневной двигательной активности. |

**2.4.7 \*Образовательная область «Физическое развитие»**

Физическое развитие направлено на сохранение и укрепление здоровья детей, гармоничное физическое развитие, приобщение к физической культуре, развитие психофизических качеств (сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость), приобщение к спортивным и подвижным играм, развитие интереса к спорту; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами, воспитание культурно-гигиенических навыков, полезных привычек.

**Основные разделы программы по физическому развитию**

|  |  |
| --- | --- |
| **Разделы программы** | **Задачи** |
| **Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни** | **Становление ценностей здорового образа жизни**  Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины - у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»).  Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.  Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.  Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.  Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения).  Воспитывать сочувствие к болеющим.  Формировать умение характеризовать свое самочувствие.  Знакомить детей с возможностями здорового человека, формировать у детей потребность в здоровом образе жизни.  **Воспитание культурно-гигиенических навыков**  Формировать у детей привычку следить за чистотой тела, опрятностью одежды, прически; самостоятельно чистить зубы, умываться, по мере необходимости мыть руки, следить за чистотой ногтей; при кашле и чихании закрывать рот и нос платком.  Закреплять умение замечать и самостоятельно устранять непорядок в своем внешнем виде. Совершенствовать культуру еды: умение правильно пользоваться столовыми приборами (вилкой, ножом); есть аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом; обращаться с просьбой, благодарить. |

|  |  |
| --- | --- |
| **Физическая культура** | **Физкультурные занятия и упражнения**  Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.  Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.  Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.  Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.  Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.  Учить лазать по гимнастической стенке меняя темп.  Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.  Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.  Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.  **Спортивные и подвижные игры**  Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом. Продолжать знакомить с различными видами спорта.  Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.  Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.  Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы.  Учить кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой).  Учить ориентироваться в пространстве.  Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.  Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.  Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.  Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. |

**Темы бесед, практических действий педагога, инструктора по формированию ценностей здорового образа жизни**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Тема** | **Ожидаемый образовательный результат** |
| **Сентябрь** | **Беседа** «Моё здоровье».  Практические действия: выполнение разных движений, прогулки на свежем воздухе. | Формирование представлений ребенка о здоровье человека. |
| **Октябрь** | **Беседа** «Гигиенические процедуры».  «Для чего нужно мыть руки перед едой?»  Практические действия: моем руки (перед едой, после прогулки). | Формирование потребности в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни. |
| **Ноябрь** | **Беседа** «Как быть здоровым?».  Практические действия: выполняем упражнения, укрепляющие различные органы и системы организма. | Формирование потребности в двигательной активности. |
| **Декабрь** | **Беседа** «Утренняя зарядка».  Практические действия: ежедневное выполнение упражнений утренней зарядки. | Формирование потребности в двигательной активности. |
| **Январь** | **Беседа** «Закаливание».  Практические действия: закаливание ног, рук. | Ознакомление с понятием «закаливание». |
| **Февраль** | **Беседа** «Зачем нужен сон?».  Практические действия: выполнение рекомендаций по засыпанию. | Выполнение рекомендаций по засыпанию. |
| **Март** | **Беседа** «Что такое самочувствие».  Практические действия: выполнение двигательных заданий. | Выполнение игровых двигательных заданий в спортивных играх и упражнениях. |
| **Апрель** | **Беседа** «Возможности здорового человека».  Практические действия: я могу бегать, прыгать, играть, помогать другим. | Комплексное развитие двигательных навыков. |
| **Май** | **Беседа** «Культура еды».  Практические действия: есть аккуратно, сохранять осанку во время еды. | Формирование навыков правильного приема пищи. |

**Темы занятий по физическому развитию детей 5 - 6 лет**

|  |  |
| --- | --- |
| **Месяц** | **Темы занятий** |
| **Сентябрь** | **1 неделя** «Золотой лес» (дует ветер; листья летят по дорожкам; листья летят вверх - вниз; листья кружатся, ползание на полянке).  **2 неделя** «Движение и дыхание».  **3 неделя** «Спортивные игры».  **4 неделя «**Движение и дыхание». |
| **Октябрь** | **1 неделя** «Ходьба и бег».  **2 неделя** «Прыжки».  **3 неделя «**Занятие на гимнастической стенке».  **4 неделя** «Равновесие». |
| **Ноябрь** | **1 неделя** «Буду расти здоровым».  **2 неделя** «Будем выносливыми и сильными».  **3 неделя** «Ходьба и бег парами. Равновесие».  **4 неделя** Занятие на тренажерах «Здоровье». |
| **Декабрь** | **1 неделя** Освоение игр, упражнений с предметами.  **2 неделя** Игры с метанием.  **3 неделя** «Морские путешественники».  **4 неделя** Игры - эстафеты вместе с родителями. |
| **Январь** | **1 неделя** выходные праздничные дни.  **2 неделя** выходные праздничные дни.  **3 неделя** Подвижные игры.  **4 неделя** Зимние виды спорта. Ходьба на лыжах. |
| **Февраль** | **1 неделя** «Ползание и лазание».  **2 неделя** «Животные и их движения».  **3 неделя** «Красивая осанка».  **4 неделя** Подвижные игры с правилами. |
| **Март** | **1 неделя** «Упражнения на гимнастической скамейке».  **2 неделя** «Выносливость в ходьбе и беге».  **3 неделя «**Спортивные игры с элементами соревнования».  **4 неделя «**Бег наперегонки, с преодолением препятствий». |
| **Апрель** | **1 неделя** «Прыжки в длину, в высоту с разбега».  **2 неделя** Катание на двухколесном велосипеде, самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой).  **3 неделя** «Подвижные игры».  **4 неделя** «Спортивные игры». |
| **Май** | **1 неделя** Итоговая педагогическая диагностика по освоению детьми программных движений по разделу «Ходьба и бег», «Равновесие».  **2 неделя** Итоговая педагогическая диагностика по освоению детьми программных движений по разделу «Прыжки».  **3 неделя** Итоговая педагогическая диагностика по освоению детьми программных движений по разделам «Метание, катание, ловля», «Лазание», «Ритмическая гимнастика».  **4 неделя** «Весенние старты» Физкультурный праздник. |

**2.5.7 \*Образовательная область «Физическое развитие»**

Физическое развитие направлено на сохранение и укрепление здоровья детей, гармоничное физическое развитие, приобщение к физической культуре, развитие психофизических качеств (сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость), приобщение к спортивным и подвижным играм, развитие интереса к спорту; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами, воспитание культурно-гигиенических навыков, полезных привычек.

**Основные разделы программы по физическому развитию детей 6 - 7 лет**

|  |  |
| --- | --- |
| **Разделы программы** | **Задачи** |
| Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни | **Становление ценностей здорового образа жизни**  Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).  Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.  Формировать представления об активном отдыхе.  Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.  Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.  **Воспитание культурно-гигиенических навыков**  Воспитывать привычку правильно и быстро (не отвлекаясь) умываться, насухо вытираться, пользуясь индивидуальным полотенцем, правильно чистить зубы, полоскать рот после еды, пользоваться носовым платком и расческой.  Способствовать формированию осознанной привычки мыть руки перед едой и ежедневно (утром и вечером) чистить зубы.  Закреплять умение аккуратно пользоваться столовыми приборами; правильно вести себя за столом.  Продолжать воспитывать привычку следить за чистотой одежды и обуви, замечать и устранять непорядок в своем внешнем виде, учить тактично сообщать товарищу о необходимости что-то поправить в костюме, прическе. |
| Физическая культура | **Физкультурные занятия и упражнения**  Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.  Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.  Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.  Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.  Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.  Добиваться активного движения кисти руки при броске.  Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.  Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.  Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.  Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.  **Спортивные и подвижные игры**  Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.  Продолжать знакомить с различными видами спорта.  Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений. Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.  Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.  Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве.  Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения; справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.  Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол). |

**Темы бесед, практических действий педагога, инструктора по формированию ценностей здорового образа жизни**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Тема** | **Ожидаемый образовательный результат** |
| **Сентябрь** | **Беседа** «Наше питание, питьевой режим». | Формирование представлений ребенка о здоровой пище. |
| **Октябрь** | **Беседа** «Гигиенические процедуры».  «Для чего нужно мыть руки перед едой?».  Практические действия: моем руки (перед едой, после прогулки). | Формирование потребности в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни. |
| **Ноябрь** | **Беседа** «Я буду здоровым и сильным».  Практические действия: выполняем упражнения, укрепляющие различные органы и системы организма. | Формирование потребности в двигательной активности. |
| **Декабрь** | **Беседа** «Роль утренней зарядки в повседневной жизни».  Практические действия: ежедневное выполнение упражнений утренней зарядки. | Формирование потребности в двигательной активности. |
| **Январь** | **Беседа** «Процедура закаливания в детском саду».  Практические действия: закаливание ног, рук. | Формирование потребности в процедурах закаливания ног и рук. |
| **Февраль** | **Беседа** «Зачем нужен сон?».  Практические действия: выполнение рекомендаций по засыпанию. | Выполнение рекомендаций по засыпанию. |
| **Март** | **Беседа** «Что нужно для того, чтобы всегда хорошо чувствовать себя?».  Практические действия: выполнение двигательных заданий. | Выполнение игровых двигательных заданий в спортивных играх и упражнениях. |
| **Апрель** | **Беседа** «Возможности здорового человека».  Практические действия: я могу бегать, прыгать, играть, помогать другим. | Комплексное развитие двигательных навыков. |
| **Май** | **Беседа** «Мой внешний вид»  Практические действия: аккуратное отношение к своей одежде. | Формирование навыков ухода за своей одеждой и обувью. |

**Темы занятий по физическому развитию детей 6 - 7 лет**

|  |  |
| --- | --- |
| **Месяц** | **Темы занятий** |
| **Сентябрь** | **1 неделя** «Построения и перестроения», «Ходьба и равновесие».  **2 неделя** «Прыжки с разбега. Подлезание».  **3 неделя** «Бросание мяча. Ползание, лазание».  **4 неделя** «Подвижные игры». |
| **Октябрь** | **1 неделя** «Ходьба и равновесие. Прыжки. Бросание мяча».  **2 неделя** «Прыжки. Мяч и обруч».  **3 неделя** «Ведение мяча. Ползание. Ходьба по рейке гимнасти­ческой скамейки. Прыжки».  **4 неделя** Осенняя эстафета (дети и родители). |
| **Ноябрь** | **1 неделя** «Ходьба по канату» «Прыжки через шнур».  **2 неделя** «Баскетбол».  **3 неделя** «Ползание. Лазание. Метание».  **4 неделя** «Подвижные игры». |
| **Декабрь** | **1 неделя** «Ходьба. Бег» (педагогическая диагностика, выполнение игровых заданий).  **2 неделя** «Прыжки» (педагогическая диагностика, выполнение игровых заданий).  **3 неделя** «Ползание. Лазание. Метание» (педагогическая диагностика, выполнение игровых заданий).  **4 неделя** Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной деятельности. Подвижные игры. |
| **Январь** | **1 неделя** выходные праздничные дни.  **2 неделя** выходные праздничные дни.  **3 неделя** «Метение, ползание».  **4 неделя** «Прыжки. Упражнения с мячом». |
| **Февраль** | **1 неделя** «Ходьба. Прыжки Бросание мяча».  **2 неделя** «Равновесие».  **3 неделя** «Ходьба на лыжах. Катание на санках».  **4 неделя** «Катание на коньках». |
| **Март** | **1 неделя** «Ходьба. Прыжки. Бросание мяча».  **2 неделя** «Развиваем выносливость и силу».  **3 неделя** «Метание. Лазание Упражнения с обручем».  **4 неделя** «Игровая деятельность. Подвижные игры». |
| **Апрель** | **1 неделя** «Можем! Умеем!» Ходьба. Равновесие. Прыжки. Метание. Упражнения с мячом.  **2 неделя** «Бег. Прыжки. Игры и упражнения с мячом».  **3 неделя** «Баскетбол».  **4 неделя** Любимые подвижные игры детей. |
| **Май** | **1 неделя** Итоговая педагогическая диагностика по освоению детьми программных движений по разделам «Ходьба и бег», «Прыжки».  **2 неделя** Итоговая педагогическая диагностика по освоению детьми программных движений по разделам «Метание, катание, ловля», «Лазание».  **3 неделя** «Игровое сотрудничество педагога и ребенка в игре».  **4 неделя** «Весенние старты» Физкультурный праздник. |

**Психолого- педагогические условия реализации программы по физическому развитию детей 6 - 7 лет**

|  |  |
| --- | --- |
| **Организация психолого- педагогических условий** | **Деятельность педагога по реализации психолого- педагогических условий**  Комфортная предметно - пространственная среда |
| 1. Обеспечение эмоционального благополучия ребенка | Создание игровых ситуаций для обеспечения эмоционального благополучия ребенка в процессе формирования осознанной потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. |
| 2. Формирование доброжелательных, внимательных отношений | Создание условий для формирования доброжелательных, внимательных отношений в процессе физкультурных занятий, семейно-групповых соревнований и физкультурных праздников. |
| 3. Развитие самостоятельности | Создание игровых ситуаций для развития осознанной потребности в самостоятельной двигательной деятельности. |
| 4. Создание условий для развития свободной игровой деятельности | Создание предметно-пространственной среды для коллективной и индивидуальной игровой двигательной деятельности с учетом детских интересов. |
| 5. Создание условий для развития исследовательской и познавательной деятельности | Создание предметно-пространственной среды для развития исследовательской и познавательной деятельности в процессе освоения правил игр с мячом, обручем, скакалкой и другими предметами. |
| 6. Создание условий для самовыражения средствами искусства | Создание предметно-пространственной среды для реализации собственного спортивно - двигательного творчества. |
| 7. Создание условий для физического развития | Создание предметно-пространственной среды для сохранения физического и психического здоровья в процессе спортивно-двигательной деятельности. |

**Психолого- педагогические условия реализации программы по физическому развитию детей 5 - 6 лет**

|  |  |
| --- | --- |
| **Организация психолого- педагогических условий** | **Деятельность педагога по реализации психолого- педагогических условий**  Комфортная предметно - пространственная среда |
| 1. Обеспечение эмоционального благополучия ребенка | Создание игровых ситуаций для обеспечения эмоционального благополучия ребенка в процессе проведения подвижных игр.  Создание игровых ситуаций для обеспечения эмоционального благополучия ребенка в процессе целенаправленного развития физических качеств: координации движений, развитие скоростно-силовых умений. |
| 2. Формирование доброжелательных, внимательных отношений | Создание условий для формирования доброжелательных, внимательных отношений в процессе игровых эстафет, соревнований, подвижных игр. |
| 3. Развитие самостоятельности | Создание игровых ситуаций для развития самостоятельности в организации и проведении подвижных игр. |
| 4. Создание условий для развития свободной игровой деятельности | Создание предметно-пространственной среды для стимулирования физической активности и свободной игровой деятельности. |
| 5. Создание условий для развития исследовательской и познавательной деятельности | Создание предметно-пространственной среды для развития исследовательской и познавательной деятельности в процессе ознакомления с различными видами спорта. |
| 6. Создание условий для самовыражения средствами искусства. | Создание предметно-пространственной среды для координации слуховых и двигательных умений в процессе подвижных игр с музыкальным сопровождением. |
| 7. Создание условий для физического развития | Создание предметно-пространственной среды для стимулирования ежедневной двигательной активности. |