

**Задание 3.** «Прыжки в высоту с разбега». Ребенок разбегается, отталкивается, прыгает через установленную планку одновременно на обе полусогнутые ноги.

**Задание 4.** «Прыжки через скакалку»: Принимается исходное положение: ноги вместе, руки вниз, в руках скакалка. Затем ребенок прыгает вперед через скакалку.

**5. Умеет перестраиваться в 3—4 колонны, в 2—3 круга на ходу, в 2 шеренги после пересчета, соблюдает интервалы в передвижении.**

**Метод:** наблюдение в ходе НОД по физическому развитию или утренней гимнастики.

**Форма проведения:** групповая.

**Оборудование:** бубен.

**Задание 1.** Перестроение из одной шеренги в две и обратно. Выполняется после предварительного расчета на первый и второй по команде «В две шеренги становись!» По этой команде вторые номера левую ногу ставят на шаг назад (счет «раз»), затем правую ногу на шаг в сторону (счет «два») и, приставляя правую ногу, встают в затылок первому (счет «три»).

Перестроение из колонны по одному в колонну по три производится по команде «В колонну по три становись!» Действия воспитанников аналогичны тем, которые выполняются при перестроении из одной шеренги в две, три.

Для перестроения из колонны по одному в колонну по три (четыре и т. д.) одновременными поворотами налево (направо) подается команда: «Налево (направо) в колонну по три (четыре и т. д.) — марш!» Исполнительная команда подается под левую (правую) ногу. После поворота первой тройки (четверки) последующие выполняют его на том же месте; команду «Марш!» подает замыкающий каждой тройки (четверки). При перестроении, таким образом, инструктор может попутно дать указания об интервале и дистанции.

**Задание 2.** Перестроение из шеренги в два, три, четыре круга. Сначала надо поделить группу на две, три, четыре подгруппы. Затем по распоряжению воспитателя дети в подгруппах берутся за руки, правофланговые и левофланговые направляются друг к другу, берутся за руки и выравнивают круг. Перестроение из одного круга в два проводится после расчета на первый-второй». Затем дается команда: «Вторые номера два шага назад шагом марш!». Из колонны по одному в круг можно перестроиться в ходьбе, воспитатель, став впереди колонны, ведет ее по кругу. Когда он приблизится к замыкающему, то подает ему руку и все дети одновремен-

но берутся за руки и продолжают идти, выравнивая круг. В дальнейшем роль направляющего выполняют дети, назначаемые воспитателем. Круг можно построить разного размера (большой, средний и малый). Диаметр кругов соответственно равен поперечнику зала, его половине и четверти. Для построения в круг с места подается команда: «По большому (среднему, малому) кругу налево (направо) шагом марш!». Исполнительная команда «Марш!» подается на одной из сторон стороны зала.

**6. Умеет метать предметы правой и левой руками в вертикальную и горизонтальную цели, отбивает и ловит мяч.**

**Метод:** наблюдение в ходе НОД по физическому развитию

**Форма проведения:** групповая.

**Оборудование:** мячи.

**Задание 1.** «Метание в вертикальную цель». 1. И. п.: стоя лицом в направлении броска, ноги на ширине плеч, левая рука впереди, правая рука с предметом на уровне глаз (прицеливание). 2. Замах: поворот вправо, сгибая правую ногу, левую — на носок, одновременно правая рука, согнутая в локте, движется вниз — назад, вверх, поворот в направлении броска. 3. Бросок: перенос тяжести тела на левую ногу, резкое движение руки от плеча, попадание в цель. 4. Заключительная часть: сохранение равновесия.

**Задание 2.** «Метание вдаль» 1. И. п.: стоя лицом в направлении броска, ноги на ширине плеч, левая нога — впереди, правая — на носок, правая рука — с предметом на уровне груди, локоть вниз. 2. Замах: поворот туловища вправо, сгибая правую ногу и перенося на нее вес тела, левую ногу на носок, одновременно разгибая правую руку, размашисто отвести ее вниз, назад, в сторону, перенос веса тела на левую ногу, поворот в направлении броска, правый локоть вверх, спина прогнута — «положение натянутого лука». 3. Бросок: продолжая переносить тяжесть тела на левую ногу, правую руку с предметом резко выпрямить, хлещущим движением кисти бросить предмет вдаль, вверх, сохранять заданное направление полета предмета. 4. Заключительная часть: шаг вперед, сохранение равновесия.

**Задание 3.** «Отбивание и ловля мяча». Дети стоят в двух шеренгах, лицом друг к другу. Одно и то же упражнение повторяют по 5 раз. Начинают выполнять по сигналу воспитателя следующие упражнения: отбивание мяча одной рукой, поочередное отбивание мяча правой и левой руками, подбрасывание мяча двумя руками вверх и его ловля.

## ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Гогоберидзе А. Г., Деркунская В. А. Образовательная область «Музыка». Как работать по программе «Детство»: учебно-методическое пособие / науч. ред. А. Г. Гогоберидзе. — СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2012. — 256 с.

2. Гогоберидзе А. Г., Акулова О. В., Вербенец А. М., Деркунская В. А. Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие»: учебно-методическое пособие / науч. ред. А. Г. Гогоберидзе. — СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2017. — 400 с.

3. Каменская В. Г., Зверева С. В. К школьной жизни готов!: Диагностика и критерии готовности дошкольника к шк. обучению. — СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2004. — 44, [21] с.

4. Каменская В. Г. Детская психология с элементами психофизиологии: учебное пособие. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: ФОРУМ, 2011. — 288 с. — (Высшее образование).

5. Комплексная образовательная программа дошкольного образования «ДЕТСТВО» / А. Г. Гогоберидзе, О. В. Солнцева и др. — СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2017. — 352 с.

6. Мониторинг в детском саду: научно-методическое пособие / [Т. И. Бабаева и др.; науч. ред. А. Г. Гогоберидзе]. — СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2011. — 588, [2] с. — (Как работать по программе «Детство»).

7. Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста: В помощь педагогу дет. сада / Санкт-Петербург. гос. пед. ун-т им. А. И. Герцена; [Сост. Н. А. Ноткина и др.]. — СПб.: Акцидент, 1995. — 35 с.

8. Урунтаева Г. А., Афонькина Ю. А. Практикум по детской психологии. — М.: Просвещение, 1995. — 212 с.

9. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования: Приказ Министерства образования и науки № 1155 от 17 октября 2013 года (вступил в силу 1 января 2014 года).

10. Яцевич И. Е. Музыкальное развитие дошкольников на основе примерной образовательной программы «Детство». Содержание, планирование, конспекты, сценарии, методические советы. — СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2015. — 224 с. (Из опыта работы по программе «Детство».)