

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №37 Кировского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА

Педагогическим советом Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 37 Кировского района Санкт - Петербурга
Протокол № 1от

УТВЕРЖДЕНА

Приказом по Государственному бюджетному дошкольному образовательному учреждению детский сад № 37 Кировского района Санкт – Петербурга
Заведующий Е.В. Дмитриева
Приказ № от

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ
ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (3-7лет)
В ГРУППАХ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
НА 2025-2026 УЧЕБНЫЙ ГОД.

Разработчик программы:
Ершкова Лаура Славиковна
инструктор по физическому воспитанию
первой квалификационной категории

Санкт-Петербург
2025год

Содержание рабочей программы

№ п/п	Разделы программы	Стр
I.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	3
1.	Пояснительная записка	3
1.1	Цели и задачи реализации Программы	4
1.2	Принципы и подходы к формированию Программы	5
1.3	Значимые для реализации Программы характеристики: психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей дошкольного возраста:	6
	Характеристика возрастных возможностей детей младшего возраста (3-4г.)	
	Характеристика возрастных возможностей детей среднего возраста (4-5л.)	
	Характеристика возрастных возможностей детей старшего возраста (5-6л.)	
	Характеристика возрастных возможностей детей подготовительной к школе группы (6-7/8л.)	
1.4.	Планируемые результаты освоения воспитанниками Программы.	8
1.5	Условия и методы проведения педагогической диагностики.	11
1.6	Часть, формируемая участниками образовательного процесса Характеристика контингента детей Реализуемые парциальные программы и технологии	15
II.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	19
2	Задачи физического развития детей	19
2.1	Содержание образовательной области «Физическое развитие»	21
2.2	Решение совокупных задач воспитания в рамках реализации образовательной области «Физическое развитие»	27
2.3	Описание форм, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников	27
2.4	Часть, формируемая участниками образовательных отношений	32
2.4.1	Интеграция с образовательной областью «Физическое развитие»	32
2.4.2	Комплексно-тематическое планирование (по направлениям физического развития и возрастной принадлежности)	39
2.4.3	Способы и направления поддержки детской инициативы	97
2.4.4.	Система взаимодействия с семьями воспитанников и с социальными партнерами	97
2.4.5.	Коррекционно-развивающая работа	99
III.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ (часть, формируемая участниками образовательных отношений)	110
3.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	110
3.1	Максимально-допустимая образовательная нагрузка разных возрастных категорий во время занятий	111
3.2	Организация режима двигательной активности детей.	112
3.3	Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы	114
3.4	Формы планирования разработанные в ДОУ	117
3.5	Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	119
3.6	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	121
IV.	ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	125
4.	Аннотация к рабочей программе	125

I.Целевой раздел

1.Пояснительная записка.

Рабочая программа по образовательной области «Физическое развитие» (далее Программа) разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, Федеральной образовательной программы дошкольного образования и образовательной программы ГБДОУ с использованием нормативных документов:

-Конвенция о правах ребенка

-Приказ Министерства образования и науки РФ от 31 июля 2020 г. № 373

«Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам — образовательным программам дошкольного образования»;

-Федеральный закон от 29.12.2012 № 273—ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ;

-Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования от 17.10.2013 № 1155;

-Приказ Министерства Просвещения РФ от 25.11.2022 №1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования»;

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. N 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"»;

-Постановление, Санитарно-эпидемиологические правила Главного государственного санитарного врача России от 30.06.2020 №№ 16, 3.1/2.4.3598-20 Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 "Санитарно- эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)";

-Устав ДОУ;

-Положение о спортивном зале;

-Положение о создании условий для занятий обучающимися физической культурой и спортом.

В РП сформулированы цели, задачи, содержание образовательной деятельности по физическому развитию, предусмотренные для освоения в каждой возрастной группе детей в

возрасте от трёх до восьми лет, а также результаты, которые могут быть достигнуты детьми при целенаправленной систематической работе с ними.

РП описывает формы, средства, методы работы с детьми по развитию физических качеств, формированию двигательных навыков, формированию основ ЗОЖ, освоению здоровьесберегающих умений.

РП включает перечень основных движений, ОРУ, музыкально-ритмических упражнений, подвижных игр, спортивных упражнений с учетом индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их потребностей и интересов, возрастных возможностей.

Реализация РП ИФК предполагает интеграцию обучения и воспитания за счёт проведения физкультурных развлечений, праздников, прогулок-походов, дней здоровья, физкультурно-массовых мероприятий, включения регионального компонента (подвижных игр народов РФ, знакомство с достижениями российских спортсменов, использование музыкального сопровождения народной тематики, и т.д.).

Вариативная часть РП направлена на обогащение двигательного опыта дошкольников, связанного с использованием нестандартного оборудования, современных технологий физического развития и оздоровления дошкольников.

Содержание рабочей программы способствует формированию ценностного отношения к собственному здоровью, совершенствование двигательной активности детей, развитие представлений о своем теле и своих физических возможностях через знакомство с доступными способами его укрепления, создание эмоционально – благоприятной среды физического развития. Рабочая программа является открытой, может корректироваться и дополняться.

1.1 Цели и задачи программы:

Цель РП: создание системы работы по физическому развитию дошкольников, обеспечивающей разностороннее и гармоничное физическое развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей народов РФ, исторических и национально-культурных традиций.

Цель РП достигается через решение **задач**, обозначенных в ФОП ДО:

- обеспечение единых для РФ содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;
- построение (структурирование) содержания образовательной работы на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;
- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
- обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма,

интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;

-достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования;

-охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;

-обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей

1.2 Принципы и подходы к формированию программы.

РП ИФК по реализации ОО «Физическое развитие» в соответствии с ФОП и ФГОС ДО построена на следующих принципах:

Принцип учёта ведущей деятельности:

-реализуется в соответствии с ФОП и в контексте всех перечисленных в ФГОС ДО видов детской деятельности, с акцентом на ведущую деятельность для каждого возрастного периода
-от непосредственного эмоционального общения со взрослым до предметной (предметно - манипулятивной) и игровой деятельности;

Принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей детей:

-учитывает возрастные характеристики развития ребенка на разных этапах дошкольного возраста, предусматривает возможность и механизмы разработки индивидуальных траекторий развития и образования детей с особыми возможностями, способностями, потребностями и интересами;

Принцип амплификации детского развития

-рассматривается как направленный процесс обогащения и развертывания содержания видов детской деятельности, а также общения детей со взрослыми и сверстниками, соответствующий возрастным задачам дошкольного возраста;

Принцип единства обучения и воспитания

-как интеграция двух сторон процесса образования, направленная на развитие личности ребенка и обусловленная общим подходом к отбору содержания и организации воспитания и обучения через обогащение содержания и форм детской деятельности;

Принцип преемственности образовательной работы

-реализуется на разных возрастных этапах дошкольного детства и при переходе на уровень начального общего образования. РП в соответствии с ФОП реализует данный принцип при построении содержания обучения и воспитания относительно уровня начального школьного

образования, а также при построении единого пространства развития ребенка образовательной организацией и семьей;

Принцип сотрудничества с семьей: реализация РП в соответствии с ФОП предусматривает оказание психолого-педагогической, методической помощи и поддержки родителям (законным представителям) детей раннего и дошкольного возраста, построение продуктивного взаимодействия с родителями (законными представителями) с целью создания единого/общего пространства развития ребенка;

Принцип здоровьесбережения: при организации образовательной деятельности не допускается использование педагогических технологий, которые могут нанести вред физическому и (или) психическому здоровью воспитанников, их психоэмоциональному благополучию.

1.3 Значимые для реализации Программы характеристики.

Психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей.

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности ДО делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения образовательной программы в рамках ОО «Физическое развитие» представлены в виде целевых ориентиров ДО и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка к завершению ДО.

Возрастные особенности детей 3-4 лет

К четырем годам:

- ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;
- ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические движения под музыку;
- ребенок демонстрирует достаточную координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;
- ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и т.п., соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье

Возрастные особенности детей 4-5 лет

К пяти годам:

Физическое развитие в этом возрасте продолжается рост всех органов и систем, сохраняется потребность в движении. Двигательная активность становится целенаправленной, отвечает индивидуальному опыту и интересу, движения становятся осмысленными, мотивированными и управляемыми. Сохраняется высокая эмоциональная значимость процесса деятельности для ребенка, неспособность завершить ее по первому требованию. Появляется способность к регуляции двигательной активности. У детей появляется интерес к познанию себя, своего тела, его строения, возможностей. У детей возникает потребность действовать совместно, быстро, ловко, в едином для всех детей темпе; соблюдать определенные интервалы во время передвижения в разных построениях, быть ведущим. Уровень функциональных возможностей повышается. Позитивные изменения наблюдаются в развитии моторики. Дошкольники лучше удерживают равновесие перешагивая через небольшие преграды, нанизывает бусины (20 штук) средней величины (или пуговицы) на толстую леску. В 4-5 лет у детей совершенствуются культурно-гигиенические навыки (хорошо освоен алгоритм умывания, одевания, приема пищи): они аккуратны во время еды, умеют правильно надевать обувь, убирают на место свою одежду, игрушки, книги. В элементарном самообслуживании (одевание, раздевание, умывание и др.), проявляется самостоятельность ребенка

Возрастные особенности детей 5-6 лет К шести годам:

- ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;
- ребенок проявляет во время занятий физической деятельностью выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений;
- ребенок проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;
- ребенок владеет основными способами укрепления здоровья, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих его людей

Возрастные особенности детей 6 – 7/8 лет. К концу дошкольного возраста:

- у ребенка сформированы основные физические и нравственно-волевые качества;

- ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движение и управлять ими;
- ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;
- ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристических пеших прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности;
- проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;
- проявляет морально-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять самооценку своей двигательной деятельности;
- имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности, о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;
- владеет здоровье-сберегающими умениями: навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку заболевшим людям

1.4 Планируемые результаты освоения воспитанниками программы

Планируемые результаты (целевые ориентиры) освоения Программы к четырем годам:

Ребёнок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;

ребёнок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку; ребёнок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе; умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление; умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя; сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы; может ползать на четвереньках, лазать по наклонной лесенке, гимнастической стенке произвольным способом; энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см; может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

Планируемые результаты (целевые ориентиры) освоения Программы к пяти годам

ребёнок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности; ребёнок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность; ребёнок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания; - ходить и бегать, соблюдая правильную технику движений; лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек, перелезая с одного пролета на другой; ползать разными способами: опираясь на кисти рук, колени и пальцы ног, на стопы и ладони; на животе, подтягиваясь руками; принимать правильное исходное положение в прыжках с места, мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 70 см; ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м; принимать правильное исходное положение при метании, метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивать мяч о землю (пол) не менее пяти раз подряд; выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие; строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу; ориентироваться в пространстве, находить левую и правую сторону; придумывать варианты подвижных игр, самостоятельно и творчески выполнять движения; выполнять имитационные упражнения, демонстрируя красоту, выразительность, грациозность, пластичность движений.

Планируемые результаты (целевые ориентиры) освоения Программы к шести годам:

ребёнок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха; ребёнок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявить творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений; ребёнок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру; ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов; ребёнок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание,

утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих; выполняет ходьбу и бег легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп; умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа; может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см); прыгать в обозначенное место с высоты 30 см; прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку; умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м; в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м; сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой; отбивать мяч о землю на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м); владеет школой мяча; выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие; умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.

Планируемые результаты (целевые ориентиры) освоения Программы к семи годам:

у ребёнка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества; ребёнок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими; ребёнок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены; ребёнок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пеших прогулках, осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности; ребёнок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности; ребёнок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности; ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями. российского спорта; ребёнок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его; ребёнок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям; выполняют правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье); могут прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см, мягко приземляться; прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега - 180 см, в высоту с разбега - не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами; могут бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель; умеют перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги

после расчета на первый-второй, соблюдать интервалы во время передвижения; выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; следят за правильной осанкой; участвуют в играх с элементами спорта (бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей); проявлять дисциплинированность, выдержку, самостоятельность и творчество в двигательной деятельности.

1.5 Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Педагогическая диагностика в ДОО – это особый вид профессиональной деятельности, позволяющий выявлять динамику и особенности развития ребенка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности

Ее функция заключается в обеспечении эффективной обратной связи, позволяющей осуществлять управление образовательным процессом.

Направления и цели педагогической диагностики, а также особенности ее проведения определяются требованиями ФГОС ДО.

Педагогическая диагностика не является обязательной процедурой, вопрос о её проведении для получения информации о динамике возрастного развития ребенка и успешности освоения им образовательной программы, формах организации и методах решается непосредственно ДОО.

Педагогическая диагностика достижений планируемых результатов направлена на изучение деятельностных умений ребёнка, его интересов, предпочтений, склонностей, личностных особенностей, способов взаимодействия со взрослыми и сверстниками. Она позволяет выявлять особенности и динамику развития ребёнка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности.

Педагогическая диагностика индивидуального развития детей проводится педагогом в произвольной форме на основе наблюдения, свободных бесед с детьми, анализа продуктов детской деятельности (рисунков, работ по лепке, аппликации, построек, поделок и тому подобное), специальных диагностических ситуаций.

Педагогическая диагностика завершается анализом полученных данных, на основе которых педагог выстраивает взаимодействие с детьми, организует РППС, мотивирующую активную творческую деятельность обучающихся, составляет индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной Программы, осознанно и целенаправленно проектирует образовательный процесс.

Педагогическая диагностика в ДОУ проводится два раза в год (в начале и конце учебного года) Методика организации мониторинга подобрана специалистом инструкторам по физической культуре в соответствии с реализуемой Программой. Контрольные упражнения предлагаются в игровой и соревновательной форме. Результаты заносятся в диагностическую карту.

Реализация Программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития дошкольников, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования)

Результаты педагогической диагностики могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач: индивидуализации образования (построение индивидуального образовательного маршрута развития ребенка); оптимизации работы с группой детей.

Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в самостоятельной и специально организованной деятельности

Инструментарий для педагогической диагностики – карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка в ходе двигательной деятельности

Для проведения диагностики физического развития используются следующие методические рекомендации:

Ноткина Н., Казьмина Л. И др. «Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста», для оценки уровня сформированности двигательных навыков используются качественные показатели бега, прыжков в длину с места, метания вдаль, определённые Г. Лесковой и Н. Ноткиной, С. Прищепа, М.А. Руновой, а также «Общероссийская система мониторинга, 2001»

Периодичность проведения педагогической диагностики: 2 раза в год.

Стартовая – на этапе поступления ребёнка в дошкольную группу.

Финальная – на завершающем этапе освоения программы определённой возрастной группы
Результаты проведения диагностики физического развития ребёнка фиксируются.

Показатели физической подготовленности детей Прыжки в длину с места (см)

Цель: определить скоростно-силовые качества в прыжке в длину с места.

Оборудование: яма с песком для прыжков; прорезиненная дорожка; мат; рулетка; мел.

Процедура тестирования: ребёнок прыгает, отталкиваясь двумя ногами, с интенсивным взмахом рук, от размеченной линии отталкивания на максимальное для него расстояние и приземляется на обе ноги. При приземлении нельзя опираться позади руками.

Результат: измеряется расстояние между линией отталкивания и отпечатком ног (попяткам) при приземлении (см.), засчитывается лучшая из попыток.

Возраст	Пол	Высокий	Средний	Низкий
4 лет	мальчики	108 и выше	107 – 75	74 - 62
	девочки	101 и выше	100 – 73	72 - 62
6 лет	мальчики	125 и выше	124 – 100	99 - 85
	девочки	120 и выше	119 – 91	90 - 80
7/8 лет	мальчики	135 и выше	134 – 106	105 - 96
	девочки	132 и выше	131 – 99	98 - 84

Бег на 30 метров.

Цель: оценить скоростные качества в беге на 30 м с высокого старта. **Оборудование:** 2 ориентира, секундомер.

Процедура тестирования: Задание проводится на беговой дорожке (длина не менее 40 м, ширина 3 м). на дорожке отмечаются линии старта и финиша. Тестирование проводят двое взрослых; один находится с флажком на линии старта, второй с секундомером на линии финиша, за которой на расстоянии 5-7 м ставится яркий ориентир. По команде воспитателя «Внимание» ребёнок подходит к линии старта и принимает стартовую позу. Затем следует команда «Марш» взмах флажком (он должен даваться сбоку от ребёнка). В это время воспитатель, стоящий на линии финиша, включает секундомер. Во время короткого отдыха (3-5 мин) проводится спокойная ходьба с дыхательными упражнениями. Предлагаются 2 попытки. Фиксируется лучший результат. **Результат:** Засчитывается лучший результат из 2 попыток.

Возраст	Пол	Высокий	Средний	Низкий
4 лет	мальчики	7,8 и выше	7.9 – 9.5	9.6 – 10.2
	девочки	7,9 и выше	8.0 – 9.8	9.9 – 10.5
6 лет	мальчики	6.9 и выше	7.0 – 8.9	9.0 – 9.4
	девочки	7.6 и выше	7.7 – 8.9	9.0 – 9.6
7/8 лет	мальчики	6.5 и выше	6.6 – 8.1	8.2 – 8.7
	девочки	6.6 и выше	6.7 – 8.2	8.3 – 8.8

Выносливость.

Бег на 90 м, 120 м, 150 м (сек)

Оборудование: 2 ориентира, секундомер

Процедура тестирования: Детям предлагается пробежать дистанцию в 90 м. Тест проводится по размеченной дорожке на территории детского сада. На дистанции проводится линия старта и финиша. Один взрослый находится на старте и подаёт команду «Внимание!» ребёнок подходит к стартовой линии. По команде «Марш!» даётся отмашка флажком и старт для

бегущего, включается секундомер. При пересечении финишной линии секундомер выключается. **Результат: Выполняется одна попытка. Результат фиксируется в секундах.**

Возраст	Пол	Высокий	Средний	Низкий
4 лет	мальчики девочки	25. 0 и выше	25.1 – 28.7	28.8 - 30.6
6 лет	мальчики девочки	29.2 и выше	29.3 – 33.7	33.8 - 35.7
7/8 лет	мальчики девочки	33.6 и выше	33.7 – 37.3	33.8 - 41.2

Гибкость

Наклон туловища вперёд из положения стоя (см)

Цель: Определить гибкость, стоя на гимнастической скамейке. Оборудование: гимнастическая скамейка, линейка 30 см.

Процедура тестирования: Ребёнок становится на гимнастическую скамейку, (поверхность скамейки соответствует нулевой отметке) и наклоняется вниз, стараясь не сгибать колени (при необходимости их может придерживать один из воспитателей). Второй воспитатель по линейке, установленной перпендикулярно скамейке, регистрирует тот уровень, до которого дотянулся ребёнок кончиками пальцев. Если ребёнок не дотягивается до нулевой отметки (поверхность скамьи), то результат засчитывается со знаком «минус». **Результат: заносится в сантиметрах**

Возраст	Пол	Высокий	Средний	Низкий
4 лет	мальчики	9 и выше	8-2	1-2
	девочки	11 и выше	10 – 4	3 - 1
6 лет	мальчики	10 и выше	9 – 3	2 - 0
	девочки	13 и выше	12 – 5	4 – 2
7/8 лет	мальчики	11 и выше	10 – 4	3 – 1
	девочки	15 и выше	14 – 6	5 – 3

Ловкость.

«Челночный бег» 3×10

Цель: Определить способность быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки.

Оборудование: секундомер, кубики 5 шт.

Процедура тестирования: ребёнок встаёт у контрольной линии, по сигналу «Марш!» (в этот момент включить секундомер) трёхкратно преодолевает 10 метровую дистанцию, на которой по прямой линии расположены кубики (5 шт.). ребёнок должен обежать каждый кубик, не задев его. **Результат: фиксируется общее время в секундах.**

Возраст	Пол	Высокий	Средний	Низкий
4 лет	мальчики	11.2 и выше	11.3 – 11.7	11.8 – 12.5
	девочки	11.4 и выше	11.5 – 12.2	12.3 – 12.8
6 лет	мальчики	10.6 и выше	10.7 – 11.3	11.4 – 11.8
	девочки	10.8 и выше	10.9 – 11.6	11.7 – 12.0
7/8 лет	мальчики	10.0 и выше	10.1 – 10.9	11.0 – 11.4
	девочки	10.2 и выше	10.3 – 11.1	11.2 – 11.6

Сила.

Цель: определить уровень физического развития детей, их ориентировочные реакции и координационные способности.

Оборудование: набивной мяч массой 1 кг.

Процедура тестирования: ребёнок встаёт у контрольной линии, берёт мяч и бросает его как можно дальше; при этом одна нога впереди, другая сзади. При броске мяча ступни ног не должны отрываться от пола. Выполняется две попытки. **Результат:** фиксируется лучший результат в (м.)

Возраст	Пол	Высокий	Средний	Низкий
4 лет	мальчики	2.60 и выше	2.59 – 2.10	2.09 – 1.65
	девочки	2.30 и выше	2.29 – 1.99	1.80 – 1.40
6 лет	мальчики	3.40 и выше	3.39 – 2.60	2.59 – 2.15
	девочки	3.00 и выше	2.99 – 2.30	2.29 – 1.75
7/8 лет	мальчики	4.00 и выше	3.99 – 3.01	3.00 – 2.70
	девочки	3.50 и выше	3.49 – 2.60	2.59 – 2.20

1.6 Часть, формируемая участниками образовательных отношений.

Характеристика контингента воспитанников

Работа по физическому воспитанию организуется с детьми от 3-х до 7 лет в специально оборудованном физкультурном зале в соответствии с требованиями на основе листов здоровья , с учётом их индивидуальных и возрастных особенностей по плану (программе ИФК)

Реализуемые программы и технологии физического развития детей «СА- ФИ- ДАНСЕ» - оздоровительно-развивающая программа по танцевально-игровой гимнастике для дошкольников одна из них. Она направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста и рассчитана на четыре года обучения - от 3 до 7 лет. Содержание данной программы взаимосвязано с программами по физическому и музыкальному воспитанию в дошкольном учреждении. В ней "Са-Фи-Дансе" представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика.

Содержание организации образовательного процесса по физическому направлению на оздоровительно-развивающей программы по танцевально-игровой гимнастике «Са-ФиДансе»
Ж.Е. Фирилевой, Е.Г. Сайкиной

Образовательная деятельность осуществляется на третьем занятии по физической культуре, и представляет собой блок по танцевально-игровой гимнастике. Программа должна осуществляться с учётом уровня двигательной подготовленности и активности, состояния здоровья и психофизического развития дошкольников, и т.д., с опорой на получения диагностической информации.

Содержание программы взаимосвязано с программами по физическому и музыкальному воспитанию учреждения. В программе «Са-Фи-Дансе» представлены различные разделы, но основными являются танцевально-игровая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика. Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Так, в танцевально-ритмическую гимнастику входят разделы: игроритмика, игрогимнастика и игротанец.

Нетрадиционные виды упражнений представлены: игропластикой, пальчиковой гимнастикой, игровым самомассажем, музыкально-подвижными играми и играми-путешествиями. Раздел креативной гимнастики включает: музыкально-творческие игры и специальные задания.

Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

Основной целью программы «Са-Фи-Дансе» является содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами танцевально-игровой гимнастики.

Предполагается, что освоение основных разделов программы поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию его отдельных органов и систем. Обучение по программе «Са-Фи-Дансе» создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, хороший уровень занятий. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

Исходя из целей программы, предусматривается решение следующих основных задач:

Укрепление здоровья:

способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата; -содействовать профилактике плоскостопия; содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечнососудистой и нервной систем организма.

Совершенствование психомоторных способностей дошкольников:

развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности; содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой; формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев; развивать ручную умелость и мелкую моторику.

Развитие творческих и созидательных способностей занимающихся:

развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор; формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку, развивать умение эмоционально выражать свои чувства, способствовать раскрепощенности и проявлению творчества в движениях; развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

Программой предусмотрены следующие формы занятий: групповые, подгрупповые.

При распределении разделов программы обучения учитывались основные принципы дидактики, возрастные особенности, физические возможности и психологические особенности детей данного возраста.

Для достижения цели образовательной программы использовались следующие основные принципы:

наглядность – демонстрация упражнений педагогом, образный рассказ, имитация движений;

доступность – обучение от простого к сложному, от известного к неизвестному;

систематичность – регулярность занятий с постепенным увеличением количества упражнений, усложнением способов их выполнения;

индивидуальный подход – учет особенностей восприятия каждого ребенка; увлеченность – каждый должен в полной мере участвовать в работе;

сознательность – понимание выполняемых действий, активность.

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Он придает процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка. Предполагается, что освоение основных разделов программы поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию его отдельных органов и систем. Обучение по программе "Са-Фи-Дансе" создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, хороший уровень занятий. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

Технологии:

Здоровьесберегающие технологии; Технологии проектной деятельности; Личностно-ориентированные технологии; Информационно-коммуникационные технологии; Личностно-ориентированные технологии; Игровая технология; Дистанционные. Технологии сохранения и стимулирования здоровья. Подвижные и спортивные игры. Гимнастика пальчиковая. Гимнастика для глаз. Гимнастика дыхательная. Гимнастика корригирующая

Дыхательная гимнастика проводится в различных формах физкультурно - оздоровительной работы с использованием звукопроизношения на выдохе.

У детей активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом.

Пальчиковая гимнастика проводится индивидуально, либо с подгруппой детей ежедневно. Тренирует мелкую моторику, стимулирует речь, пространственное мышление, внимание, кровообращение, воображение, быстроту реакции. Полезна всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени.

Корригирующая ортопедическая гимнастика используется для профилактики плоскостопия с использованием массажных дорожек, прекрасно массирует ступни малыша, укрепляет мышцы и связочный аппарат стопы, защищая организм в целом.

Технологии обучения здоровому образу жизни, Физкультурное занятие, Точечный самомассаж, Самомассаж

Здоровьесберегающие образовательные технологии -это в первую очередь технология воспитания валеологической культуры или культуры здоровья малышей.

Цель этих технологий - становление осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять его, обретение валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения. Регулярные занятия физкультурой укрепляют организм и способствуют повышению иммунитета. А присутствие музыки на занятиях способствует улучшению психологического и физиологического состояния организма ребёнка.

Также большую пользу приносит Самомассаж.

Самомассаж - это массаж, выполняемый самим ребёнком в игровой форме. Он улучшает кровообращение, помогает нормализовать работу внутренних органов, улучшить осанку. Он способствует не только физическому укреплению человека, но и оздоровлению его психики. Весёлые стихи, яркие образы.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2. Задачи физического развития детей дошкольного возраста:

Задачи физического развития детей 3-4 лет

продолжать обогащать двигательный опыт ребенка разнообразными движениями, активизировать двигательную деятельность, обучая строевым упражнениям, ОВД, ОРУ, спортивным упражнениям, музыкально-ритмическим упражнениям, подвижным играм; развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, равновесие, координацию движений; формировать интерес и положительное отношение к физическим упражнениям, самостоятельность, умение согласовывать свои действия с движениями других детей; сохранять и укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщать к ЗОЖ, формируя полезные привычки.

Задачи физического развития детей 4-5 лет

Педагог формирует и закрепляет:

- двигательные умения и навыки,
- развивает психофизические качества при:
 - выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр.

Помогает:

- точно принимать исходное положение,
- показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Педагог воспитывает, формирует:

- умение слышать и выполнять указания,
- умение ориентироваться на словесную инструкцию;

Поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений

Поддерживает стремление соблюдать правила в подвижной игре; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству. Начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм.

Формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности.

Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни. Закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья. Воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

Задачи физического развития детей 5-6 лет

продолжать обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения технично, осознанно, активно, точно, дифференцируя мышечные усилия, выполнять физические и музыкально-ритмические упражнения; способствовать освоению элементов спортивных игр, спортивных упражнений, элементарных туристских навыков; продолжать обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения технично, осознанно, активно, точно, дифференцируя мышечные усилия, выполнять физические и музыкально-ритмические упражнения; способствовать освоению элементов спортивных игр, спортивных упражнений, элементарных туристских навыков; продолжать развивать психофизические качества, координацию, равновесие, меткость, самоконтроль, самостоятельность, творчество при выполнении движений; учить соблюдать правила в ПИ, взаимодействовать в команде, согласовывать действия свои и других детей, ориентироваться в пространстве; воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх и упражнениях; формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов; сохранять и укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, иммунитет средствами физического воспитания; расширять представления о здоровье и его ценности, факторах, влияющих на здоровье, туризме как форме активного отдыха; воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, учить осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

Задачи физического развития детей 6-7 лет

продолжать обогащать двигательный опыт, совершенствовать двигательные умения и навыки в разных формах двигательной деятельности; продолжать осваивать элементы спортивных игр и упражнений, туристские навыки; развивать психофизические качества, самоконтроль, самостоятельность, творчество при выполнении движений, ориентировку в пространстве; воспитывать стремление соблюдать правила в подвижной игре, учить самостоятельно их организовывать и проводить, взаимодействовать в команде; воспитывать патриотические

чувства, нравственно-волевые качества гражданскую идентичность в двигательной деятельности; формировать осознанную потребность в двигательной активности; сохранять и укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления; формировать представление о туризме, как форме активного отдыха, физкультуре и спорте, спортивных достижениях; продолжать учить осознанно выполнять правила безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий; воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей.

Для решения поставленных задач в каждой возрастной группе используются следующие формы организации двигательной деятельности:

утренняя зарядка, физкультурные занятия в зале и на свежем воздухе, физкультминутки, физкультпаузы, подвижные игры, бодрящая гимнастика,

индивидуальная работа по развитию движений в зале и на прогулке, активный отдых (досуги, развлечения, праздники, туристические прогулки и походы, динамический час)

самостоятельная двигательная деятельность и типы занятий:

учебно-тренировочное, сюжетное, игровое, тренировочное, комплексное, физкультурно-познавательное, тематическое, нетрадиционное, контрольное.

2.1 Содержание образовательной области «Физическое развитие»

Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 3 до 4 лет:

Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):

ОВД: ходьба, бег, прыжки, ползание, лазанье, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии

ОРУ: без предметов, с предметами (мячи, кубики 2 цветов, кегли, обручи, и т.п.), с опорой и на опоре (стул, скамейка), из разных исходных положений

Строевые упражнения: построение в шеренгу, колонну по одному, круг по ориентирам с нахождением своего места в строю, повороты переступанием по показу, ориентиру.

Музыкально-ритмические упражнения: ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на полупальцах, топающим шагом, вперед, приставным шагом прямо и боком; имитационные движения, разнообразные образно-игровые упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, быстрая белка и т. д.); поочередное выставление ноги вперед, пятку, притопывание одной ногой, приседания «пружинки», прямой галоп, кружение

Подвижные игры: сюжетные игры, имитационные упражнения; несюжетные игры;

игры на развитие ориентировки в пространстве; игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации; малоподвижные игры

Спортивные упражнения: по прямой дорожке игрушек, друг друга, с невысокой горки;

ходьба на лыжах: по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, повороты на лыжах переступанием; катание на трехколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево; плавание: погружение в воду, ходьба и бег в воде прямо и по кругу, игры с плавающими игрушками в воде

Активный отдых: физкультурные досуги 1-2 раз в месяц, в соответствии с КТП ДОО;

дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с КТП, годовым планом работы.

Целевые ориентиры к концу 4-го года жизни:

ребенок ориентируется в пространстве по зрительным и звуковым ориентирам, при совместных построениях и выполнении основных движений, в подвижных играх;

по показу педагога принимает исходное положение, более уверенно выполняет движения, сохраняет равновесие при выполнении физических упражнений, музыкально-ритмических движений, реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое, выполняет общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения; осваивает спортивные упражнения; проявляет положительное отношение к физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм, знает правила в подвижных играх, стремится к выполнению ведущих ролей в игре; понимает необходимость соблюдения чистоты и гигиены для здоровья, имеет сформированные полезные привычки, знает основные правила безопасного поведения в двигательной деятельности

Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 4 до 5 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: Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития: - обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в т.ч. музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр; формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве; - воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений; -

продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта; - укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания; - формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности. Содержание образовательной деятельности Педагог формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству. Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.

Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 5 до 6 лет:

Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):

ОВД: ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии

ОРУ: под счёт, из разных исходных положений, в разном темпе, без предметов, с мелким спортивным инвентарём

Строевые упражнения: построение в колонну по одному, в шеренгу, круг и два круга (по ориентирам и без), по диагонали, в два и три звена; перестроение из одной колонны в две, в шеренгу по два, равняясь по ориентирам и без; повороты направо, налево, кругом; размыкание и смыкание.

Ритмическая гимнастика: ходьба и бег под музыку в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе; ходьба на высоких полупальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, «с каблука», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), с ускорением и замедлением темпа; легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение); подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружения по одному и в парах.

Подвижные игры: сюжетные игры, имитационные упражнения; несюжетные игры;

игры на развитие ориентировки в пространстве; игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации; народные игры; малоподвижные игры Спортивные упражнения:

Катание на санках: по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки;

Ходьба на лыжах: по лыжне (на расстояние до 500 м.); скользящим шагом; повороты на месте (направо и налево) с переступанием; подъем на склон прямо «ступающим шагом», «полуелочкой» (прямо и наискосок).

Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с разворотом с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила, не наталкиваясь.

Спортивные игры: Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м).

Элементы баскетбола: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам.

Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом
Элементы футбола: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; обведение мяча между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3-5 м); игра по упрощенным правилам.

Активный отдых: физкультурные досуги и развлечения 1-2 раз в месяц физкультурные праздники 2 раза в год, дни здоровья 1 раз в квартал;

Целевые ориентиры к концу 6-го года жизни:

ребенок выполняет физические упражнения в соответствии с возрастными возможностями, достаточно технично, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно;

проявляет в двигательной деятельности сформированные в соответствии с возрастом психофизические качества; способен проявить творчество, составляя несложные комбинации из знакомых общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений, основных движений и продемонстрировать их, придумать движения в подвижной игре и организовать ее;

стремится осуществлять самоконтроль и дает оценку двигательным действиям других детей и своим, свободно ориентируется в пространстве, овладевает некоторыми туристскими умениями; проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам и экскурсиям; умеет взаимодействовать в команде, проявляет инициативу, самостоятельность, находчивость, взаимопомощь, стремится к личной и командной победе, демонстрирует нравственно-волевые качества, ответственность перед командой, преодолевает трудности; знает способы укрепления здоровья и факторы, положительно влияющие на него, имеет представление о правилах гигиены, понимает необходимость сохранения и укрепления

здоровья, может оказать посильную помощь больным близким, стремиться заботиться о своем здоровье и здоровье других людей; имеет представления о некоторых видах спорта, спортивных достижениях, туризме, как форме активного отдыха, знает правила безопасного поведения в двигательной деятельности, стремиться их соблюдать

Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 6 до 7 лет:

Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):

ОВД: ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии

ОРУ: в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с паузами и поточно, под счет, музыку и др.

Строевые упражнения: самостоятельные построения в колонну по одному, в круг, шеренгу; перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2-3); расчет на первый-второй и перестроение из одной шеренги в две; равнение в колонне, шеренге, кругу; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом.

Ритмическая гимнастика: отдельные комплексы из 6–8 упражнений под музыку; танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками; поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке; ритмичная ходьба с носка, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад, в сторону; кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону, на носок и на пятку, в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук вверх, в сторону в такт и ритм музыки

Подвижные игры: сюжетные игры, имитационные упражнения - несюжетные игры
игры на развитие ориентировки в пространстве, игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации, народные игры, малоподвижные игры, Спортивные упражнения:

Катание на санках: игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.

Ходьба на лыжах: скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500–600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий; попеременным двухшажным ходом (с палками); повороты переступанием в движении; поднимание на горку «лесенкой», «елочкой».

Спортивные игры Городки: бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение. построение 4-5 фигур, выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

Элементы баскетбола: передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча); перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; - ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т. п.) и с разных сторон; забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от

плеча; ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола: передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте; ведение мяча «змейкой» между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота; играть по упрощенным правилам.

Элементы хоккея (без коньков — на снегу, на траве): ведение шайбы клюшкой, не отрывая ее от шайбы; прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой; ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними; забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева); попадание шайбой в ворота, ударять по ней с места и после ведения.

Бадминтон: перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.

Элементы настольного тенниса: подготовительные упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену); подача мяча через сетку после его отскока от стола.

Активный отдых: физкультурные досуги и развлечения 1-2 раз в месяц; физкультурные праздники 2 раза в год; дни здоровья 1 раз в квартал;

Целевые ориентиры к концу 7-го года жизни:

ребенок результативно, уверенно, технически точно, выразительно с достаточной амплитудой и усилием выполняет физические упражнения, музыкально-ритмические упражнения и их комбинации с пособиями и без, осваивает элементы спортивных игр по возрасту, проявляет психофизические качества, меткость, глазомер, сохраняет равновесие, правильную осанку, свободно ориентируется в пространстве без ориентиров;

осуществляет самоконтроль, может дать оценку выполнения упражнений другими детьми;

проявляет двигательное творчество, может придумать комбинации движений в общеразвивающих упражнениях и подвижных играх, с удовольствием импровизирует;

активно и с желанием участвует в подвижных играх и эстафетах, проявляет инициативу, может их самостоятельно организовать и провести со сверстниками и младшими детьми;

проявляет инициативу, находчивость, морально-нравственные и волевые качества (смелость, честность, взаимовыручка, целеустремленность, упорство и др.), оказывает помощь товарищам, стремится к личной и командной победе, демонстрирует ответственность перед командой, преодолевает трудности; осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности; имеет начальные представления о правилах здорового образа жизни, мерах укрепления здоровья и профилактики, организме человека, владеет навыками личной гигиены,

может определить и описать свое самочувствие, знает, как поддержать, укрепить и сохранить здоровье; имеет представление о некоторых видах спорта и спортивных достижениях, соблюдает правила безопасного поведения в двигательной деятельности и во время пеших туристских прогулок и экскурсий, стремится оказать помощь и поддержку больным людям, заботливо относится к своему здоровью и здоровью окружающих.

2.2.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.

2.3.Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников

Формы, способы, методы и средства реализации РП по физическому развитию дошкольников определены в соответствии с задачами воспитания и обучения, возрастными и индивидуальными особенностями детей, спецификой их образовательных потребностей и интересов.

Основные формы организации образовательной деятельности по физическому развитию

В соответствии с ФГОС ДО, ФОП основные формы организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОО:

Технологии	Совместная деятельность педагога с детьми	Самостоятельная деятельность детей	Совместная деятельность с семьей	Индивидуальный маршрут развития ребенка
Закаливающие процедуры (н-р, ходьба босиком по ребристым	Физкультурные занятия (сюжетные, тематические,	Рассматривание иллюстраций о физической культуре и	«Гость группы» (встречи с интересными людьми:	Наблюдение. Диагностика. Индивидуальная работа.

дорожкам).	комплексные,	спорте.	спортсменами,	Контроль.
Гимнастика	контрольно-	Настольно-	учителем	
(утренняя,	диагностическ	печатные игры.	физкультуры в	
бодрящая,				
дыхательная).	ие, учебно-	Подвижные	школе и др.)	
Пальчиковые игры.	тренирующего	игры, игры с	Физкультурные	
Игры и упражнения	характера)- 2-	элементами	досуги и	
под тексты	3 раза в	спорта.	праздники	
стихотворений,	неделю.	Игры-имитации,	(«Путешествие в	
потешек, считалок.	Физминутки и	хороводные	Спортландию»,	
Подвижные игры.	динамические	игры.	«Веселые	
Игры-имитации,	паузы	Физические	старты»).	
хороводные игры.	Физические	упражнения.	Семейные	
Дидактические	упражнения.	Отражение	проекты (н-р,	
игры.				
Свободное	Подвижные	впечатлений о	«Папа, мама, я –	
общение,				
ситуативные	игры, игры с	физкультуре и	спортивная	
разговоры с детьми	элементами	спорте в	семья»).	
о				
физической	спорта, игры-	продуктивных	Маршруты	
культуре и спорте.	соревнования.	видах	выходного дня	
Рассказы, беседы,	Игры-	деятельности.	(туристические	
чтение и	имитации,	Двигательная	прогулки,	
обсуждение				
познавательных	хороводные	активность	секции, клубы и	
книг				
о физкультуре и	игры.	во всех видах	др.)	
спорте.	Специальные	самостоятельной	Психолого-	
			педагогическое	
Рассматривание	оздоровительн	деятельности	просвещение	
иллюстраций.	ые	детей.	через	
Игровые беседы	(коррекционно-		организацию	
с				
элементами	оздоровительн		активных форм	
движений.	ые) игры.		взаимодействия:	
Создание коллажей,	Пальчиковые		Родительский	
тематических	игры.		клубы:	
альбомов.	Ритмическая		«Навстречу друг	
Изготовление	гимнастика,		другу»	
элементарных	игры и		«непоседы»,	
физкультурных	упражнения		(физкультура	
пособий: флажков,	под		вместе с мамой и	
мишеней для	музыку.		папой), «Клуб	
метания и др.	Игры и		любителей	
Физкультурные	упражнения		туризма», «Клуб	
досуги и праздники.	под тексты		любителей	
Проектная	стихотворений,		плавания».	

деятельность:	потешек,		Вечера вопросов	
«Олимпийские чемпионы нашего города» «Спортивные сооружения нашего города» и др. Дни и недели здоровья	считалок.		и ответов.	

Способы организации детей при выполнении физкультурных упражнений и обучению основных движений

Фронтальный способ. Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.

Поточный способ Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

Групповой способ. Дети по указанию педагога распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).

Индивидуальный способ. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

В физическом воспитании широко используется переключение ребенка с одного вида деятельности на другой, от физической нагрузки к умственной. При этом педагог должен следить за расходом физических и психических сил ребенка, учитывать его возрастные и индивидуальные особенности и в зависимости от этого применять в обучении **общедидактические:** наглядные, вербальные (словесные) и практические методы.

В развитии личности ребенка важную роль играет усвоение им накопленного человечеством опыта: знаний, способов деятельности и т.д. Усвоению ребенком двигательного опыта и качественному его развитию способствуют следующие методы обучения:

Информационно-рецептивный метод характеризуется взаимосвязью и взаимозависимостью между деятельностью педагога и ребенка. В этом совместном процессе он позволяет комплексно использовать различные способы обучения; воспитателю четко, конкретно, образно донести знания, а ребенку — осознанно их запомнить и усвоить.

Репродуктивный метод обеспечивает полноценное усвоение двигательных действий. Инструктор, реализуя этот метод, продумывает систему физических упражнений на воспроизведение известных ребенку движений, которые сформировались в процессе применения им информационно-рецептивного метода. Упражняясь в двигательных действиях, ребенок уточняет и воспроизводит их по данному образцу. Упражнения в движении, для повышения интереса к ним, целесообразно варьировать. Репродуктивный метод повышает усвоение знаний и навыков, позволяет использовать и варьировать их в разнообразных ситуациях.

Метод проблемного обучения Система обучения, построенная только на восприятии ребенком готовых знаний, не может научить его мыслить, развить до необходимого уровня его способности к творческой деятельности.

В основе проблемного обучения лежат законы развития человеческого мышления. Мыслить ребенок начинает, когда у него появляется потребность что-то понять. Важнейшая особенность его в том, что перед ребенком ставится проблема для самостоятельного решения. Осуществляя поиски решения тех или иных двигательных задач, он сам добывает знания. Знания, добытые собственными усилиями, сознательнее усваиваются и прочнее закрепляются в памяти. Постановка соответствующей проблемы и ее решение ребенком способствуют не только сознательному усвоению движения, но и развивают умственные способности, учат мыслить самостоятельно.

Метод круговой тренировки заключается в том, что ребенок передвигается по заданному кругу, выполняя определенные упражнения или задания, позволяющие разносторонне воздействовать на мышцы, различные органы и системы организма. Цель метода — достижение оздоровительного эффекта от упражнений, повышение работоспособности организма. Упражнения выполняются одно за другим, отдых предусматривается по окончании всего круга.

Игровой метод отражает методические особенности игры и игровых упражнений, которые широко используются в физическом воспитании. Он близок к ведущей деятельности ребенка, дает возможность совершенствования двигательных навыков. В работе с детьми широко используются сюжетные и несюжетные, а также спортивные игры.

Игровой метод дает возможность совершенствования двигательных навыков, самостоятельных действий, проявления самостоятельности и творчества.

Игровые действия развивают познавательные способности, морально-волевые качества, формируют поведение ребенка. Наиболее активно этот метод используется в младших группах, но им широко пользуются в работе также и со старшими дошкольниками.

Требования к организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОУ

Согласно пункту 2.10 СанПиН при организации ОД по физическому развитию в ДОО соблюдаются следующие требования:

режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья. при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования ЭСО. физкультурные, физкультурно-оздоровительные, массовые спортивные мероприятия, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам.

Возрастная группа	Продолжительность одного занятия по физическому развитию	Продолжительность частей занятия			Кол-во образных занятий по физ-му развитию в неделю
		Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть	
2-я младшая группа	15 мин	2 мин.	12 мин.	1 мин.	2
Средняя группа	20	3 мин.	15 мин	2 мин	2
Старшая группа	25 мин	4 мин.	19 мин.	2 мин.	2
Подгот-ная группа	30 мин	5 мин.	22 мин.	3 мин.	2

Средства реализации РП по физическому развитию дошкольников

При реализации РП для развития двигательной деятельности используются следующие средства: спортивное оборудование, спортивный инвентарь, демонстрационный и раздаточный материал, образно-символический материал, технические средства обучения, оздоровительное, нестандартное оборудование, оборудование для спортивных игр и упражнений.

При организации обучения двигательным навыкам, развития психофизических качеств и формирования основ ЗОЖ традиционные методы (словесные, наглядные, практические) дополнены методами, в основу которых положен характер познавательной деятельности детей:

Наглядные методы: способствуют формированию знаний и ощущений, касающихся движения, чувственного восприятия и развития способности к сенсорике; наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры); наглядно-слуховые приемы (музыка, песни); тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь педагога).

Вербальные методы (словесные): направлены на активизацию сознания ребенка, формирование более глубокого осмысления поставленных задач, выполнение физических упражнений на осознанном уровне, понимание их содержания, структуры, а также самостоятельное и творческое использование в самых разных случаях; название упражнений, описание, объяснения, указания, распоряжения, команды, вопросы к детям, рассказ, беседа и т. д. активизируют мышление ребенка, помогают целенаправленно воспринимать технику упражнений, способствуют созданию более точных зрительных представлений о движении.

Практические методы: призваны обеспечить проверку двигательных действий дошкольника, правильность его восприятий и моторных ощущений; применяются для создания мышечно-двигательных представлений о физических упражнениях и закрепления двигательных навыков и умений. закрепления двигательных навыков и развитие физических качеств в изменяющихся условиях. при выполнении физических упражнений в соревновательной форме возникает особый физиологический и эмоциональный фон, что усиливает воздействие упражнений на организм, способствует проявлению максимальных функциональных возможностей и психических сил. При этом предъявляются более высокие требования к физическим и морально-волевым качествам (решительность, честность, благородство и т. д.). Соревновательный метод повышает интерес к физическим упражнениям, содействует лучшему их выполнению, развивает способность применять двигательные навыки и умения в усложненных условиях. Выбор форм, методов, средств реализации РП по физическому развитию воспитанников основан на адекватных образовательным потребностям предпочтениях детей. Их соотношение и интеграция при решении задач воспитания и обучения обеспечивает вариативность средств реализации РП.

2.4 Часть, формируемая участниками образовательных отношений

2.4.1 Интеграция ОО «Физическое развитие»

Образовательная область «**Физическое развитие**» интегрирована с остальными образовательными областями дошкольного образования: социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие

Взаимодействие педагогов Одним из немаловажных факторов, влияющих на эффективность физического развития детей, является взаимодействие всех участников образовательного процесса – администрации ДОО, инструктора по физической культуре, воспитателей, педагога-психолога, музыкального руководителя, родителей

«Художественно-эстетическое развитие» (развитие музыкально-ритмической деятельности на основе основных движений и физических качеств) «Познавательное развитие» (в части двигательной активности как способа усвоения ребенком предметных действий, а также как одного из средств овладения операциональным составом различных видов детской деятельности) «Социально-коммуникативное развитие» (развитие свободного общения со взрослыми и детьми в части необходимости двигательной активности и физического совершенствования; игровое общение; приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности; накопление опыта двигательной активности)	«Художественно-эстетическое развитие» использование продуктивных видов деятельности и музыкально-ритмических движений. Накопление опыта здоровьесберегающего поведения в труде, освоение культуры здорового труда. Развитие продуктивной и музыкально-ритмической деятельности на основе физических качеств и основных движений детей с использованием народных традиционных игр. «Речевое развитие» использование художественных произведений для обогащения и закрепления представлений и воображения детей для освоения двигательных эталонов в творческой форме, моторики для успешного освоения указанных областей. Использование спортивных и подвижных игр с правилами. Накопление опыта двигательной активности в трудовой деятельности.
--	--

Взаимодействие с администрацией ДОО. Заведующий детским садом и заместитель заведующего по УВР обеспечивают организацию образовательного процесса в ДОО, повышение профессиональной компетенции специалистов, а также организуют взаимодействие с семьями воспитанников и различными социальными партнёрами.

Взаимодействие с медицинским персоналом В начале учебного года, после оценки физического развития и здоровья детей, совместно с медицинской сестрой заполняются карты здоровья, физического развития детей.

Взаимодействие с воспитателями ИФК оказывает консультативную помощь воспитателям по различным вопросам физического развития детей. Совместно проводят педагогическую диагностику физического развития детей, планируют работу в рамках ОО «Физическое развитие», работу с родителями по данному направлению.

В образовательной деятельности ИФК проводит занятие, воспитатель следит за качеством выполнения ОРУ и ОВД, оказывает помощь детям при выполнении упражнений, страховку.

Взаимодействие с музыкальным руководителем Музыка является одним из средств физического воспитания. Она положительно воздействует на эмоции детей, создает хорошее настроение, помогает активизировать умственную деятельность, способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, освобождает инструктора от подсчета, привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике, способствует развитию внимания, чувства ритма. Совместно с музыкальным руководителем подбирается музыкальный материал для использования на физкультурных занятиях, утренней гимнастике, досугах и развлечениях, праздниках. На физкультурных занятиях закрепляются музыкально-ритмические движения, разученные на музыкальных занятиях.

Взаимодействие с помощником воспитателя Способствует соблюдению санитарно – гигиенических требований при организации работы по физическому развитию дошкольников.

Месяц	Дата проведения	Мероприятие	Ответственные	Возраст	Предварительная работа	Итоговая работа
Месяц	Дата проведения	Мероприятие	Ответственные	Возраст	Предварительная работа	Итоговая работа
Сентябрь	Весь месяц	Консультации для родителей, Диагностика. Круглый стол с инструкторами по физической культуре. Обсуждение планирования работы на год	Все специалисты, воспитатели	Все	Анкеты, консультации, информационные стенды	Консультации и для родителей «Гигиеническое значение спортивной формы»
Октябрь	Весь месяц	«Как воспитать здорового ребенка» Анкетирование «Спортивные секции»	Инструктор по физ. воспитанию	Все	Круглый стол с воспитателями и специалистами	Праздник «Осенние старты» Консультация «Кто спортом занимается, тот силы набирается.»

		Диагностика	Все	Подготови	План	Обсуждени
			специалисты	тельный, старший, средний		е результатов

Ноябрь	Весь месяц	Интеллектуаль ный батл с инструкторами по физической культуре «Методика физического воспитания дошкольников» Семинар «Игры по профилактике осанки и плоскостопия»	Инструктора по физ. воспитанию, заместитель заведующего по В.О.Р.	Все	Сценарии мероприя тий	Досуг
Декабрь	Весь месяц	Зимние спортивные развлечения IV этап спартакиады «Веселые старты»	Инструктор по физ. воспитанию	Все	Сценарии мероприя тий	Интегрирова нные занятия Консультация «ГТО»
Январь	2-3 неделя	Неделя здоровья итнес тренинг для педагогов	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель	Все	Разработка сценариев Беседа в группах о зимних видах спорта	Праздник Консультация «Подвижные игры в зимний период»
Февраль	15-23	Спортивный праздник «23 февраля»	Все специалисты , воспитатели, старший воспитатель	Средний , старший возраст	Подарок для папы . Сценарии мероприя тий	Спортивный праздник Консультация «В здоровом теле – здоровый дух.»
Апрель		Семинар «Работа со спортивным инвентарем»	Все	Все	По плану	Интегрирова нные занятия

		сленичная неделя I этап Спартакиады «Танцевальная мозаика»	Все специалисты , воспитатели, старший воспитатель	Все	Костюмы ряженных. Сценарии мероприятий	Праздничные гуляния
	2 неделя	«Загадочный космос»	Все специалисты , воспитатели, старший	Старшие группы	Сценарии мероприятий	Игра по станциям
	Весь месяц	II этап Спартакиады «Танцевальная мозаика»	воспитатель Инструктор по физ. воспитанию, воспитатели	Старшие группы	По плану	внования
Май	Весь месяц	Диагностика Семинар «Формирование здорового образа жизни. Активный отдых» Создание спортивного альманаха выпускных групп	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель	Средний, старший возраст		Консультация «Поиграем в футбол.»
	4 неделя	Подведение итогов работы, подготовка к итоговому педагогическом у совету	Все специалисты , воспитатели, старший воспитатель	Все		Педагогический совет
Июнь	1 неделя	нь защиты детей!»	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель	Все	По плану	Праздник
	2 неделя	«День России!»	Все специалисты , воспитатели, старший воспитатель	Все	По плану	Конкурс рисунков

Июль	4 неделя	«Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья!»	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель	Средний, старший возраст	По плану	Игра по станциям
	1 неделя	«Разноцветный мир!»	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель	Все	По плану	Конкурс рисунков на асфальте
	3 неделя	«Ребенок в мире природы»	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель	Все	По плану	Игры по станциям

Август	1 неделя	«Здоровейка!»	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель	Средний, старший возраст		Игры - соревнования по летним видам спорта
		«Внимание дорога!»	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель	Все	По плану	Игры-эстафеты по правилам дорожного движения
		Подведение итогов летней оздоровительно й работы, составление планов работы	Все специалисты, воспитатели, старший воспитатель, заместитель заведующего по В.О.Р.			
		«Внимание дорога!»	Все специалисты, воспитатели, заместитель заведующего по воспитательн о - образователь н ой работе.	Все	По плану	Игры-эстафеты по правилам дорожного движения.

		Подведение итогов летней оздоровительно й работы, составление планов работы	Все специалисты, воспитатели, заместитель заведующего по воспитательн о - образователь н ой работе.			
--	--	--	--	--	--	--

2.4.2. Комплексно - тематическое планирование.

Содержание рабочей Программы реализуется с учетом комплексно-тематического принципа построения воспитательно-образовательного процесса, который предусматривает объединение комплекса различных видов специфических детских деятельности вокруг единой «темы».

Младшая группа

Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Сентябрь (в зале)					
	Задачи	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении; прыжках на двух ногах на месте.	Развивать умение действовать по сигналу; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.	Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур.
	1-я часть: Вводная	Ходьба и бег небольшими группами в прямом направлении. Игра «Пойдем в гости»	Ходьба и бег всей группой «стайкой». Игра «Пойдем в гости». Построение в круг.	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий по сигналу: «Ворона!» – надо остановиться, сказать: «Кар – кар – кар!» – и продолжить ходьбу. По сигналу педагога: «Стрекозы!» – легкий бег, расставив руки в стороны – «расправили крылышки».	Ходьба и бег по кругу. Ходьба вокруг кубиков (половина круга), затем переход на бег – полный круг. Поворот в другую сторону, повторение задания. Темп упражнения умеренный. Упражнение заканчивается ходьбой.
	ОРУ	Комплекс №1 (без предметов)	Комплекс №1 (без предметов)	Комплекс №2 (с мячом)	Комплекс №3 (с кубиками)
	2-я часть: ОВД	1. «Пройдем по дорожке». Ходьба между двумя линиями (расстояние 25 см). Расстояние	1. Прыжки на двух ногах на месте (2–3 раза).	1. Прокатывание мячей -«Прокати и догони».	1. Ползание с опорой на ладони и колени - «Доползи до погремушки».

		между дорожками не менее 3 метров.			
	Подвижные игры	«Бегите ко мне»	«Птички»	«Кот и воробышки»	«Быстро в домик»
	3-я часть:	Ходьба стайкой за воспитателем в обход зала, в руках у педагога игрушка (мишка, зайка или кукла).	Игровое задание «Найдем птичку».	Ходьба в колонне по одному.	Игра «Найдем жучка»
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Октябрь (в зале)					
	Задачи	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии.
	1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий по сигналу: «Лягушки» – дети останавливаются и присаживаются на корточки, затем поднимаются и продолжают ходьбу; бег в колонне по одному и врассыпную.	Ходьба и бег по кругу. Вначале выполняется ходьба (примерно половина круга), затем бег (полный круг), переход на ходьбу и остановка. Поворот в другую сторону и повторение задания.	Ходьба в колонне по одному, врассыпную, по всему залу, с выполнением заданий по сигналу: «Стрекозы» – бег, помахивая руками, как «крылышками»; переход на обычную ходьбу. На следующий сигнал: «Кузнечики» – прыжки на двух ногах – «кто выше». Упражнение повторяется.	Ходьба в колонне по одному по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу; бег по кругу также с поворотом. Ходьба и бег проводятся в чередовании.

	ОРУ	Комплекс №4 (без предметов)	Комплекс №5 (без предметов)	Комплекс №6 (с мячом)	Комплекс №7 (на стульчиках)
	2-я часть: ОВД	Равновесие - «Пойдем по мостику». 2. Прыжки через шнур в две шеренги.	1. Прыжки из обруча в обруч. 2. «Прокати мяч».	1. Прокатывание мячей в прямом направлении - «Быстрый мяч». 2. Ползание между предметами, не задевая их - «Проползи – не задень».	1. Ползание - «Крокодильчики». 2. Равновесие - «Пробеги – не задень».
	Подвижные игры	«Догони мяч»	«Ловкий шофер»	«Зайка серый умывается»	«Кот и воробышки»
	3-я часть:	Ходьба в колонне по одному с мячом в руках.	Игровое задание «Машины поехали в гараж».	Игра «Найдем зайку».	Ходьба в колонне по одному за самым ловким «котом».
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Ноябрь (в зале)					
	Задачи	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер.	Развивать умение действовать по сигналу; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.
	1-я часть: Вводная	Игровое задание «Веселые мышки». Ходьба в колонне по одному. По сигналу: «Мышки!» – дети переходят к ходьбе на носках короткими, семенящими шагами, руки на	Ходьба в колонне по одному с высоким подниманием колен, широким свободным шагом; руки на пояс – «лошадки». Бег, руки в стороны – «стрекозы». Ходьба и бег в чередовании.	1. Игровое упражнение «Твой кубик».	Ходьба в колонне по одному с выполнением задания, бег в колонне по одному: «Лягушки!» – присесть, руки положить на колени, затем встать и продолжить ходьбу;

		поясе. По сигналу: «Бабочки!» – к бегу.			«Бабочки!» – остановиться и помахать руками, как крыльшками. Ходьба и бег проводится в чередовании.
	ОРУ	Комплекс №8 (с ленточкой)	Комплекс №9 (с обручем)	Комплекс №10 (без предметов)	Комплекс №11 (с флажками)
	2-я часть: ОВД	1. Равновесие «В лес по тропинке». 2. Прыжки «Зайки – мягкие лапочки».	1. Прыжки «Через болото». 2. Прокатывание мячей «Точный пас».	1. Игровое задание с мячом «Прокати – не задень». 2. «Проползи – не задень». Ползание на четвереньках (с опорой на ладони и колени) между предметами, не задевая их 3. Игровое задание «Быстрые жучки».	1. Ползание. Игровое задание – «Паучки». 2. Равновесие. Сбоку от каждой доски, примерно на середине, на полу ставят кубик (или любой предмет). Выполняется ходьба в умеренном темпе на небольшом расстоянии друг от друга – руки в стороны, свободно балансируют, помогая устойчивому равновесию.
	Подвижные игры	«Ловкий шофер»	«Мыши в кладовой»	«По ровненькой дорожке»	«Поймай комара»
	3-я часть:	Игра «Найдем зайчонка»	Игра «Где спрятался мышонок?»	Ходьба в колонне по одному или игра малой подвижности по выбору детей.	Ходьба в колонне по одному за «комаром».
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Декабрь (в зале)	Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в прокатывании мяча	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на

				между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.	повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске.
	1-я часть: Вводная	Ходьба и бег в колонне по одному. Ходьба и бег враспынную. Ходьба в колонне по одному. Построение.	Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу: «Самолеты!» – дети выполняют бег враспынную, покачивая руками, как крыльями, затем ходьбу враспынную. Ходьба и бег проводятся в чередовании.	Ходьба в колонне по одному с выполнением задания по сигналу: «Воробышки!» – дети останавливаются и произносят «чик-чирик», затем продолжают ходьбу; бег в колонне по одному; ходьба и бег проводятся в чередовании.	Ходьба в колонне по одному с выполнением задания на сигнал: «На прогулку!» – всем детям предлагается разбежаться по всему залу; переход на ходьбу враспынную и снова на бег.
	ОРУ	Комплекс №12 (с кубиками)	Комплекс №13 (с мячом)	Комплекс №14 (с кубиками)	Комплекс №15 (на стульчиках)
	2-я часть: ОВД	1. Равновесие. Игровое упражнение «Пройди – не задень». 2. Прыжки. Игровое упражнение «Лягушки-попрыгушки».	1. Прыжки со скамейки (высота 20 см) на резиновую дорожку или мат. 2. Прокатывание мячей друг другу.	1. Прокатывание мяча между предметами. Игровое задание «Не упусти!». 2. Ползание под дугу «Проползи – не задень» (высота 50 см).	1. Ползание. Игровое упражнение «Жучки на бревнышке». 2. Равновесие. «Пройдем по мостику».
	Подвижные игры	«Коршун и птенчики»	«Найди свой домик»	«Лягушки»	«Птица и птенчики»
	3-я часть:	Ходьба в колонне по одному. Игра «Найдем птенчика».	Ходьба в колонне по одному.	Игра малой подвижности «Найдем лягушонка».	Игра малой подвижности «Найдем птенчика».
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Я н в а р					

	Задачи	Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге враспынную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Упражнять в умении действовать по сигналу в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений.	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.
	1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному. По сигналу: «Великаны!» – дети выполняют ходьбу на носках, руки прямые вверх, переход на обычную ходьбу, затем бег в колонне по одному, с поворотом в другую сторону. Ходьба и бег в чередовании.	Игровое упражнение «На полянке».	Ходьба вокруг кубиков и по сигналу: «Взять кубик!» – каждый ребенок берет кубик (который находится ближе к нему), поднимает над головой. На следующий сигнал педагога дети кладут кубик на место и продолжают ходьбу. После ходьбы проводится бег вокруг кубиков в обе стороны. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.	«Лягушки и бабочки». Ходьба в колонне по одному, на сигнал: «Лягушки» – дети останавливаются, приседают, кладут руки на колени (можно произнести «ква-ква-ква»). Поднимаются и продолжают обычную ходьбу. На сигнал: «Бабочки!» – дети останавливаются и машут руками, «как крылышками». Бег в колонне по одному в обе стороны.
	ОРУ	Комплекс №16 (с платочками)	Комплекс №17 (с обручем)	Комплекс №18 (с кубиком)	Комплекс №19 (без предметов)
	2-я часть: ОВД	1. Равновесие «Пройди – не упади». 2. Прыжки «Из ямки в ямку».	1. Прыжки «Зайки – прыгуны». 2. Прокатывание мяча между предметами.	1. «Прокати – поймай». 2. «Медвежата».	1. Ползание под дугу, не касаясь руками пола 2. Равновесие «По тропинке».

	Подвижные игры	«Коршун и цыплята»	«Птица и птенчики»	«Найди свой цвет»	«Лохматый пес»
	3-я часть:	Игра малой подвижности «Найдем цыпленка?».	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Февраль (в зале)					
	Задачи	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.
	1-я часть: Вводная	Ходьба и бег по кругу, выложенному кольцами (от кольцо-броса): ходьба – примерно три четверти круга и бег – полный круг: остановка, поворот в другую сторону, повторение упражнений.	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий на сигнал: «Мышки!» переход на ходьбу мелким, семенящим шагом, затем на обычную ходьбу. На слово: «Лошадки!» – бег, высоко поднимая колени, переход на обычный бег. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.	Ходьба в колонне по одному, перешагивая через шнуры попеременно правой и левой ногой. Бег врассыпную.	Построение в одну шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному; по сигналу переход на ходьбу врассыпную, затем на бег врассыпную. Ходьба и бег врассыпную в чередовании.
	ОРУ	Комплекс №20 (с кольцом)	Комплекс №21 (с малым обручем)	Комплекс №22 (с мячом)	Комплекс №23 (без предметов)
	2-я часть: ОВД	1. Равновесие. «Перешагни – не наступи». 2. Прыжки. «С пенька на пенек».	1. Прыжки «Веселые воробышки». 2. Прокатывание мяча «Ловко и быстро!».	1. Бросание мяча через шнур двумя руками 2. Подлезание под шнур в группировке,	1. Лазание под дугу в группировке «Под дугу». 2. Равновесие. Ходьба по доске, на середине

				не касаясь руками пола.	присесть и хлопнуть в ладоши перед собой и пройти дальше до конца доски.
	Подвижные игры	«Найди свой цвет»	«Воробышки в гнездышках»	«Воробышки и кот»	«Лягушки» (прыжки)
	3-я часть:	Игра малой подвижности по выбору детей.	Игра «Найдем воробышка».	Ходьба в колонне по одному с мячом в руках	Игра «Найдем лягушонка».
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Март	Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.	Развивать умение действовать по сигналу. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.
	1-я часть: Вводная	Ходьба и бег по кругу в умеренном темпе с поворотом в другую сторону. Ходьба и бег чередуются.	Ходьба в колонне по одному; ходьба враспынную; с выполнением заданий на сигнал: «На прогулку!» – дети расходятся по всему залу, затем подается команда к бегу враспынную. Ходьба и бег проводятся в чередовании.	Ходьба в колонне по одному. На сигнал: «Лошадки!» – ходьба, высоко поднимая колени, руки на поясе (темп упражнений замедляется); переход на обычную ходьбу. На сигнал: «Бабочки!» – бег в колонне по одному, помахивая руками, как «крылышками».	Ходьба и бег между предметами По одной стороне ходьба «змейкой» между предметами, по другой – бег.

				Упражнения в ходьбе и беге чередуются.	
	ОРУ	Комплекс №24 (с кубиком)	Комплекс №25(без предметов)	Комплекс №26 (с мячом)	Комплекс №27 (без предметов)
	2-я часть: ОВД	1. «Ровным шагом». 2. Прыжки «Змейкой».	1. Прыжки «Через канавку». 2. Катание мячей друг другу «Точно в руки».	1. «Брось – поймай». 2. Ползание на повышенной опоре (скамейке). Игровое упражнение «Муравьишки».	1.Ползание «Медвежата». 2. Равновесие. Ходьба по гимнастической скамейке (высота – 25 см) в колонне по одному, в умеренном темпе, свободно балансируя руками (2–3 раза).
	Подвижные игры	«Кролики»	«Найди свой цвет»	«Зайка серый умывается»	«Автомобили»
	3-я часть:	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Игра «Найдем зайку?».	Ходьба в колонне по одному – «автомобили поехали в гараж».
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Апрель (в зале)					
	Задачи	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.
	1-я часть: Вводная	Ходьба вокруг кубиков (по 2 кубика на каждого	Ходьба в колонне по одному; по сигналу: «Жуки	Ходьба в колонне по одному. По сигналу: «Великаны!» – ходьба	Ходьба в колонне по одному. На слово «воробышки» остановиться и сказать «чик-чирик»; продолжение ходьбы, на слово «лягушки»

		ребенка). Выполняется ходьба по кругу, затем бег. Остановка, поворот в другую сторону и продолжение ходьбы и бега вокруг кубиков.	полетели!» – дети разбегаются врассыпную по залу. На сигнал: «Жуки отдыхают!» – дети ложатся на спину и двигают руками и ногами, как бы шевелят лапками. Затем жуки поднимаются и снова летают и опять отдыхают (можно использовать музыкальное сопровождение).	на носках, руки вверх; переход на обычную ходьбу. По сигналу: «Гномы!» – присед, руки положить на колени.	присесть, руки положить на колени. Переход на бег в умеренном темпе и на слово «лошадки» – бег с подскоком. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.
	ОРУ	Комплекс №28 (на скамейке с кубиками)	Комплекс №29 (с косичкой)	Комплекс №30 (без предметов)	Комплекс №31 (с обручем)
	2-я часть: ОВД	1. Равновесие. Ходьба боком, приставным шагом, по гимнастической скамейке (высота 25 см), руки на поясе, на середине присесть, руки вынести вперед; выпрямиться и пройти дальше. В конце скамейки сделать шаг вперед	1. Прыжки из кружка в кружок. 2. Упражнения с мячом - «Точный пас».	1. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке «Медвежата».	1. Ползание «Проползи – не задень». 2. Равновесие «По мостику».

		вниз, то есть сойти не прыгая. 2. Прыжки «Через канавку».			
	Подвижные игры	«Тишина»	«По ровненькой дорожке»	«Мы топаем ногами»	«Огуречик, огуречик»
	3-я часть:	Игра «Найдем лягушонка».	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.

Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Май (в зале)					
	Задачи	Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.	Ходьба с выполнением заданий по сигналу: упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии.
	1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную по всему залу. Упражнения в ходьбе и беге чередуются (музыкальное сопровождение).	Ходьба и бег в колонне по одному между предметами (между кубиками «змейкой», а между набивными мячами – бег).	Ходьба в колонне по одному. По сигналу: «Пчелки!» – дети выполняют бег врассыпную, помахивая руками, как крылышками, и, произнося «жу-жу-жу!», переходят к ходьбе врассыпную. Ходьба и бег чередуются несколько раз.	Ходьба в колонне по одному; по сигналу переход на ходьбу мелким, семенящим шагом – «как мышки»; бег врассыпную по всему залу.
	ОРУ	Комплекс №32 (с кольцами)	Комплекс №33 (с мячом)	Комплекс №34 (с флажками)	Комплекс №35 (без предметов)
	2-я часть: ОВД	1. Равновесие. Ходьба по гимнастической скамейке (высота 30 см).	1. Прыжки «Парашютисты». 2. Прокатывание мяча друг другу	1. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. 2. Ползание по скамейке с опорой на ладони и колени.	1. Лазание на наклонную лесенку (не более трех детей).

		2. Прыжки через шнуры (расстояние между ними 30–40 см) на двух ногах.	(исходное положение – сидя ноги врозь или в стойке на коленях, сидя на пятках).		2. Ходьба по доске, положенной на пол (руки на пояс), голову и спину держат прямо.
	Подвижные игры	«Мыши в кладовой»	«Воробышки и кот»	«Огуречик, огуречик»	«Коршун и наседка»
	3-я часть:	«Где спрятался мышонок?»	Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Июнь (на улице)					
	Задачи	Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.	Ходьба с выполнением заданий по сигналу: упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии.
	1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную по всему залу. Упражнения в ходьбе и беге чередуются (музыкальное сопровождение).	Ходьба и бег в колонне по одному между предметами (между кубиками «змейкой», а между набивными мячами – бег).	Ходьба в колонне по одному. По сигналу: «Пчелки!» – дети выполняют бег врассыпную, помахивая руками, как крылышками, и, произнося «жу-жу-жу!», переходят к ходьбе врассыпную. Ходьба и бег чередуются несколько раз.	Ходьба в колонне по одному; по сигналу переход на ходьбу мелким, семенящим шагом – «как мышки»; бег врассыпную по всему залу.
	ОРУ	Комплекс №32 (с кольцами)	Комплекс №33 (с мячом)	Комплекс №34 (с флажками)	Комплекс №35 (без предметов)
	2-я часть: ОВД	1. Равновесие. Ходьба по гимнастической скамейке (высота 30 см).	1. Прыжки «Парашютисты».	1. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками.	1. Лазание на наклонную лесенку (не более трех детей).

		2. Прыжки через шнуры (расстояние между ними 30–40 см) на двух ногах.	2. Прокатывание мяча друг другу (исходное положение – сидя ноги врозь или в стойке на коленях, сидя на пятках).	2. Ползание по скамейке с опорой на ладони и колени.	2. Ходьба по доске, положенной на пол (руки на пояс), голову и спину держат прямо.
	Подвижные игры	«Мыши в кладовой»	«Воробышки и кот»	«Огуречик, огуречик»	«Коршун и наседка»
	3-я часть:	«Где спрятался мышонок?»	Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.

Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Июль(на улице)					
	Задачи	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу; повторить ходьбу между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.
	1-я часть: Вводная	Ходьба вокруг кубиков (по 2 кубика на каждого ребенка). Выполняется ходьба по кругу, затем бег. Остановка, поворот в другую сторону и продолжение ходьбы и бега вокруг кубиков.	Ходьба в колонне по одному; по сигналу: «Жуки полетели!» – дети разбегаются враспынную по залу. На сигнал: «Жуки отдыхают!» – дети ложатся на спину и	Ходьба в колонне по одному. По сигналу: «Великаны!» – ходьба на носках, руки вверх; переход на обычную ходьбу. По сигналу: «Гномы!» – присед, руки положить на колени.	Ходьба в колонне по одному. На слово «воробышки» остановиться и сказать «чик-чирик»; продолжение ходьбы, на слово «лягушки» присесть, руки положить на колени. Переход на бег в умеренном темпе и на слово «лошадки» – бег с

			двигают руками и ногами, как бы шевелят лапками. Затем жуки поднимаются и снова летают и опять отдыхают (можно использовать музыкальное сопровождение).		подскоком. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.
	ОРУ	Комплекс №28 (на скамейке с кубиками)	Комплекс №29 (с косичкой)	Комплекс №30 (без предметов)	Комплекс №31 (с обручем)
	2-я часть: ОВД	1. Равновесие. Ходьба боком, приставным шагом, по гимнастической скамейке (высота 25 см), руки на поясе, на середине присесть, руки вынести вперед; выпрямиться и пройти дальше. В конце скамейки сделать шаг вперед вниз, то есть сойти не прыгая. 2. Прыжки «Через канавку».	1. Прыжки из кружка в кружок. 2. Упражнения с мячом - «Точный пас».	1. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке «Медвежата».	1. Ходьба «Пройди – не задень». 2. Равновесие «По мостику».
	Подвижные игры	«Тишина»	«По ровненькой дорожке»	« Мы топаем ногами»	«Огуречик, огуречик»
	3-я часть:	Игра «Найдем лягушонка».	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.

Средняя группа

Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
С е н					

	Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при подпрыгивании.	Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча.	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную; упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур.	Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры
	1-я часть: Вводная	Построение в шеренгу, проверка равенства. Ходьба и бег в колонне по одному, в чередовании. Перестроение в три колонны.	Ходьба и бег в колонне по одному, в чередовании, с остановкой по сигналу. Перестроение в три колонны.	Ходьба в колонне по одному между двумя линиями; бег врассыпную. Перестроение в круг.	Ходьба в колонне по одному с выполнением задания; бег врассыпную. Ходьба и бег в чередовании. Построение в три колонны.
	ОРУ	Комплекс №1 (без предметов)	Комплекс №2 (с флажками)	Комплекс №3 (с мячом)	Комплекс №4 (с малым обручем)
	2-я часть: ОВД	Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (длина – 3м, ширина – 15см.). Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево (на месте). Ходьба и бег между двумя линиями (ширина 20см.). Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до кубика (кегли), на расстояние 3-4 м.	Прыжки «Достань до предмета» - подпрыгивание на месте на двух ногах. Прокатывание мячей друг другу (расстояние 2 м.), стоя на коленях. Прыжки на двух ногах вверх «Достань до предмета». Прокатывание мячей друг другу. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 5 метров) до обозначенного места	Прокатывание мячей друг другу двумя руками (исходное положение - стойка на коленях). Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. Подлезание под дугу, поточно 2 колоннами. Прыжки на двух ногах между кеглями	Подлезание под шнур, не касаясь руками пола, в группировке. Ходьба на носках по доске, лежащей на полу. Ходьба по доске, лежащей на полу (высота - 15см), перешагивая через кубики, руки на поясе. Подлезание под шнур с опорой на ладони и колени. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до обозначенного места.

	Подвижные игры	«Найди себе пару»	«Быстро в домик»	«Мы веселые ребята»	«Береги предмет»
	3-я часть:	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба с положением рук: за спиной, в стороны	Игра «Где постучали?»
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Октябрь (в зале)	Задачи	Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола (земли) и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед.	Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения.	Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу.	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге враспынную; повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры.
	1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному, с перешагиванием через шнуры (расстояние между шнурами-40 см). Упражнения в перешагивании (перепрыгивании) в беге (расстояние между шнурами 60 см).	Построение в шеренгу. Ходьба враспынную и бег враспынную. Построение в три колонны.	Ходьба в колонне по одному, с перешагиванием через бруски, положенные на расстоянии двух шагов ребенка. Бег враспынную по всему залу. Упражнения в ходьбе и беге чередуются. Построение в круг.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равновесия; ходьба и бег в колонне по одному, ходьба и бег враспынную.
	ОРУ	Комплекс №5 (с косичкой)	Комплекс №6 (без предметов)	Комплекс №7 (с мячом)	Комплекс №8 (с кеглей)

	2-я часть: ОВД	Ходьба по гимнастической скамейке, на середине скамейки присесть, руки в стороны, встать, пройти до конца скамейки и сойти, не спрыгивая (3-4 раза). Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до предмета (кубик, кегля). Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе (3-4 раза). Прыжки на двух ногах до косички, перепрыгнуть через нее.	Прыжки-перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах (2-3 раза). Прокатывание мячей друг другу (10-12 раз). Прыжки на двух ногах из обруча в обруч поточным способом. Прокатывание мяча между 4-5 предметами (кубики или набивные мячи), поставленными в один ряд.	Прокатывание мяча в прямом направлении (3 раза). Лазанье под шнур, не касаясь руками пола (3-4 раза). Лазанье под дугу (4-5 дуг) двумя колоннами поточным способом (3-4 раза). Прыжки на двух ногах через 4-5 линий (3-4 раза). Подбрасывание мяча двумя руками (мячи лежат в 2-3 обручах большого диаметра).	Подлезания под дугу (высота 50 см), не касаясь руками пола (3-4 раза). Ходьба по доске (ширина 15 см), положенной на пол, перешагивая через кубики, (3-4 раза). Прыжки на двух ногах между набивными мячами (4-5 штук), положенными в две линии (3-4 раза). Лазанье под шнур с мячом в руках, (3-4 раза). Прокатить мяч по дорожке в прямом направлении, затем пробежать за мячом по дорожке
	Подвижные игры	«Огуречик, огуречик»	«Хороводная-огородная»	«Найди свой цвет»	«У медведя во бору»
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Ноябрь (в зале)					
	Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре.	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча.	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия.

	1-я часть: Вводная	Ходьба и бег между кубиками, поставленными по всему залу произвольно, стараясь не задевать друг друга и кубики. Повторить 2-3 раза. Построение около кубиков.	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по кругу с поворотом в другую сторону по сигналу. Ходьба и бег врассыпную; ходьба на носках, «как мышки», переход на обычную ходьбу.	Ходьба в колонне по одному, на сигнал изменить направление (поворот кругом в движении); ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, руки на поясе; переход на обычную ходьбу, бег врассыпную.	Ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную - по сигналу остановиться и принять какую-либо позу.
	ОРУ	Комплекс №9 (с кубиком)	Комплекс №10 (без предметов)	Комплекс №11 (с мячом)	Комплекс №12 (с флажками)
	2-я часть: ОВД	Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед между кубиками. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки в стороны. Прыжки на двух ногах через 5-6 линий (шнуров). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками.	Прыжки на двух ногах через 5-6 линий (шнуров). Прокатывание мячей друг другу (исходное положение - стойка на коленях). Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед между предметами (кубики, набивные мячи, кегли). Перебрасывание мяча друг другу двумя руками снизу.	Броски мяча о землю и ловля его двумя руками. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. Броски мяча о пол одной рукой и ловля его двумя руками после отскока. Ползание в шеренгах в прямом направлении с опорой на ладони и ступни - «как медвежата». Прыжки на двух ногах между предметами.	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на поясе. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с выполнением задания. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. Прыжки на двух ногах до кубика (или кегли).
	Подвижные игры	«Катушка с нитками»	«Кошка и мышки»	«Лохматый пес»	«Коршун и цыплята»
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Д е к					

	Задачи	Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие.	Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами.	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках.	Упражнять в действиях по заданию инструктора в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнение в равновесии.
	1-я часть: Вводная	Ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную; перестроение в колонну по одному.	Ходьба и бег в колонне по одному. Построение в шеренгу.	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную, по сигналу воспитателя остановиться и принять какую-либо позу.	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную, по сигналу остановиться и принять какую-либо позу. Ходьба и бег повторяются.
	ОРУ	Комплекс №13 (с платочком)	Комплекс №14 (с мячом)	Комплекс №15 (без предметов)	Комплекс №16 (с кубиками)
	2-я часть: ОВД	Равновесие - ходьба по шнуру. Прыжки через бруски, помогая себе взмахом рук. Прыжки на двух ногах через шнуры. Прокатывание мяча между предметами, подталкивая его двумя руками снизу.	Прыжки со скамейки на резиновую дорожку. Прокатывание мяча между предметами. Бег по дорожке.	Перебрасывание мячей друг другу. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. Ползание в прямом направлении на четвереньках с опорой на ладони и стопы - «по-медвежьи».	Ползание по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки за головой. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. Прыжки на двух ногах до лежащего на полу (на земле) обруча, прыжок в обруч и из обруча.

				Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, высоко поднимая колени, руки на поясе, не задевая мячи.	
	Подвижные игры	«Дед Мороз»	«Затейники»	«Части тела»	«Снежная карусель»
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Январь (в зале)	Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках.	Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу.	Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение правильно подлезать под шнур.
	1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между предметами, поставленными врассыпную по всему залу. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.	Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего; ходьба и бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному «змейкой», между предметами; ходьба с перешагиванием через шнуры; бег врассыпную. Ходьба и бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего. Бег врассыпную.
	ОРУ	Комплекс №17 (с обручем)	Комплекс №18 (с мячом)	Комплекс №19 (с косичкой)	Комплекс №20 (с обручем)
	2-я часть: ОВД	Равновесие-ходьба по канату с выполнением заданий.	Прыжки с гимнастической скамейки. Пребрасывание мячей друг другу	Отбивание мяча о пол. Ползание по гимнастической скамейке	Лазанье под шнур разными способами.

		Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед вдоль каната и перепрыгивая через него справа и слева. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками, произвольно (дети свободно располагаются по залу) каждый в своем темпе.	(способ - двумя руками снизу). Отбивание малого мяча одной рукой о пол и ловля его двумя руками. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед, - прыжком ноги врозь, прыжком ноги вместе и так далее. Равновесие-ходьба на носках между предметами.	с опорой на ладони и ступни. Прокатывание мячей друг другу в парах. Ползание в прямом направлении на четвереньках с опорой на ладони и ступни. Прыжки на двух ногах справа и слева от шнура, продвигаясь вперед.	Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Прыжки на двух ногах предметами,
	Подвижные игры	«Ловишки»	«Огуречик, огуречик»	«Зайка беленький»	«Колобок и лиса»
	3-я часть:	Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному в обход зала за зайкой.	Ходьба в колонне по одному за лисой.
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Февраль (в зале)					
	Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задание в прыжках.	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами.	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках.	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами.

1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег между предметами; ходьба и бег врассыпную. Построение в три колонны.	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий по сигналу; бег врассыпную по всему залу.	Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя дети переходят на ходьбу на носках, руки за голову; обычная ходьба, руки в стороны; переход на бег врассыпную. Ходьба и бег в чередовании.	Ходьба в колонне по одному. Ходьба и бег врассыпную по всему залу, перестроение в ходьбе в колонну по одному.
ОРУ	Комплекс №21 (без предметов)	Комплекс №22 (на стульях)	Комплекс №23 (с мячом)	Комплекс №24 (с палкой)
2-я часть: ОВД	Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке. Прыжки через бруски. Ходьба, перешагивая через набивные мячи. Прыжки через шнур, положенный вдоль зала. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах.	Прыжки из обруча в обруч на двух ногах. Прокатывание мячей между предметами. Прыжки на двух ногах через короткие шнуры. Прокатывание мячей друг другу в шеренгах. Ходьба на носках, руки на поясе, в чередовании с обычной ходьбой.	Перебрасывание мячей друг другу. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. Метание мешочков в вертикальную цель. Прыжки на двух ногах между предметами, поставленными в шахматном порядке.	Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. Равновесие - ходьба, перешагивая через набивные мячи, высоко поднимая колени. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом: на середине скамейки присесть, руки вынести вперед; подняться и пройти дальше, в конце скамейки сделать шаг вперед-вниз (не прыгать). Прыжки на правой и левой ноге, используя взмах рук
Подвижные игры	«Зайцы и волк»	«Ловишки»	«Параютисты»	«Дружная семейка»
3-я часть:	Игра малой подвижности «Найдем зайчонка»	Ходьба в колонне по одному с хлопком в ладоши на каждый четвертый счет.	Игра «Найди и промолчи»	Ходьба в колонне по одному.

Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Март (в зале)					
	Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге в рассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег в рассыпную.	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке.	Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную, с остановкой по сигналу; повторить ползание по скамейке «по-медвежьему»; упражнения в равновесии и прыжках.
	1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному, переход к ходьбе по кругу. По сигналу поворот кругом в движении и продолжение ходьбы; переход на бег. Ходьба и бег в чередовании. Ходьба и бег в рассыпную с остановкой по сигналу.	Ходьба в колонне по одному. На сигнал педагога: «Лошадки!» - дети выполняют ходьбу, высоко поднимая колени, руки на поясе (темп средний), переход на обычную ходьбу. На сигнал: «Мышки!» ходьба на носках, руки за голову. Ходьба и бег в рассыпную.	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по кругу с выполнением заданий: ходьба на носках, ходьба в полуприсяде, руки на коленях; переход на обычную ходьбу.	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег в рассыпную, по сигналу остановиться.
	ОРУ	Комплекс №25 (без предмета)	Комплекс №26 (с обручем)	Комплекс №27 (с мячом)	Комплекс №28 (с флажками)

	2-я часть: ОВД	Ходьба на носках между предметами, Прыжки через шнур справа и слева, продвигаясь вперед. Равновесие - ходьба и бег по наклонной доске. Прыжки на двух ногах через короткую скакалку.	Прыжки в длину с места. Перебрасывание мячей через шнур. Прокатывание мяча друг другу.	Прокатывание мяча между предметами. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков. «Проползи - не урони». Равновесие - ходьба по скамейке с мешочком на голове.	Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни «по-медвежьему»). Равновесие - ходьба по доске, положенной на пол. Прыжки через шнуры. Лазанье по гимнастической стенке и передвижение по третьей рейке. Прыжки на двух ногах через шнуры
	Подвижные игры	«Дружная семейка»	«Самолеты»	«Найди свое место»	«Воробышки в гнездышках».
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Апрель (в зале)					
	Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить задания в равновесии и прыжках.	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге врассыпную; метании мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места.	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках.	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.

	1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному, по сигналу дети переходят к ходьбе с перешагиванием через бруски попеременно правой и левой ногой; бег врассыпную. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.	Ходьба в колонне по одному в обход зала, ходьба по кругу, взявшись за руки. Остановка, поворот в другую сторону и продолжение ходьбы. Ходьба и бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному. По сигналу: «Лягушки!» - дети приседают и кладут руки на колени, поднимаются и продолжают ходьбу. На сигнал: «Бабочки!» - переходят на бег, помахивая руками-«крылышками». Упражнения в ходьбе и беге чередуются.	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную; по сигналу: «Лошадки!» - ходьба, высоко поднимая колени; по сигналу: «Мышки!» - ходьба на носках семенящими шагами; ходьба и бег в чередовании.
	ОРУ	Комплекс №29 (без предметов)	Комплекс №30 (с кеглей)	Комплекс №31 (с мячом)	Комплекс №32 (с косичкой)
	2-я часть: ОВД	Равновесие - ходьба по доске, лежащей на полу, с мешочком на голове, руки в стороны. Прыжки на двух ногах через препятствия. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове. Метание мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой.	Прыжки в длину с места. Метание мешочков в горизонтальную цель. Метание мячей в вертикальную цель. Отбивание мяча одной рукой несколько раз подряд и ловля его двумя руками.	Метание мешочков на дальность. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. Прыжки на двух ногах.	Равновесие - ходьба по доске, лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на пояс. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом. Прыжки на двух ногах между предметами.
	Подвижные игры	«Лягушки и цапля»	«День - ночь»	«Горячее место»	«Пчелки»
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
М а й					

	Задачи	Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места.	Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге врассыпную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель.	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках.
	1-я часть: Вводная	Ходьба и бег парами, ходьба и бег врассыпную. Перестроение в три колонны.	Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего. Ходьба и бег врассыпную по всему залу.	Ходьба в колонне по одному; на сигнал: «Лошадки!» - дети идут, высоко поднимая колени, руки на поясе; бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному; по сигналу – ходьба в полуприседе, ходьба, высоко поднимая колени, ходьба мелким, семенящим шагом в чередовании с обычной ходьбой; бег в колонне по одному..
	ОРУ	Комплекс №33 (без предмета)	Комплекс №34 (с кубиком)	Комплекс №35 (с палкой)	Комплекс №36 (с мячом)
	2-я часть: ОВД	Ходьба по доске, лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на пояс.; ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше. Прыжки в длину с места через шнуры. Прокатывание мяча между кубиками «змейкой».	Прыжки в длину с места через шнур. Перебрасывание мячей друг другу в парах. Прыжки через короткую скакалку на двух ногах на месте. Метание мешочков на дальность (правой и левой рукой).	Метание в вертикальную цель. Ползание по гимнастической скамейке на животе; с опорой на ладони и ступни («по-медвежьи»). Прыжки через короткую скакалку.	Равновесие - ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки в стороны; ходьба по доске, лежащей на полу, на носках, руки за головой. Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева, продвигаясь вперед.. Лазанье на гимнастическую стенку и спуск с нее. Прыжки на двух ногах через шнуры
	Подвижные игры	«Вертолеты»	«Цветочек»	«Ласточка без гнезда»	«Удочка».

	3-я часть:	Игра малой подвижности	Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности по выбору детей.	Игра малой подвижности «Найдем птичку».	Ходьба в колонне по одному.
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Июнь (на улице)					
	Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне; в прокатывании обручей; повторить упражнения с мячами.	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в прыжках и подлезании: упражнять в умении сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади опоры.	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой на сигнал; в перебрасывании мячей друг другу, развивая ловкость и глазомер.	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в равновесии; перебрасывании мяча.
	1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную, на сигнал дети перестраиваются в колонну и по ходу движения каждый ребенок находит свое место в ней.	Ходьба в колонне по одному, по кругу, с поворотом в обратную сторону; ходьба и бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному; на сигнал: «Аист!» - остановиться и встать на одной ноге, руки в стороны; на сигнал: «Лягушки!» - присесть, руки положить на колени. Ходьба и бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному: ходьба «змейкой» между предметами (кубиками), поставленными в один ряд; ходьба врассыпную, высоко поднимая колени - «петушки»; бег врассыпную.
	ОРУ	Комплекс №29 (без предметов)	Комплекс №30 (с кеглей)	Комплекс №31(с мячом)	Комплекс №32(с косичкой)
	2-я часть: Игровые упражнения	«Прокати и поймай». «Сбей булаву (кеглю). Катание на велосипеде.	«По дорожке». «Не задень» «Перепрыгни - не задень»	«Успей поймать». «Подбрось - поймай».	«Пробеги - задень». «Накинь кольцо». «Мяч через сетку».

	Подвижные игры	«Дрозд»	«Салки»	«Догони пару»	«Улиточка»
	3-я часть:	Игра малой подвижности.	Игра малой подвижности	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности.
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Июль (на улице)					
	Задачи	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками; повторить игровые упражнения с мячом.	Упражнять детей в ходьбе с остановкой по сигналу; ходьбе и бегу по кругу; повторить задания с бегом и прыжками.	Упражнять детей в ходьбе и беге парами; закреплять прыжки через короткую скакалку, умение перестраиваться по ходу движения.	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения, в подбрасывании и ловле мяча; повторить игры с мячом, прыжками и бегом.
	1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному; прыжки через бруски; ходьба и бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному; на сигнал: «Зайки!» - остановиться и попрыгать на двух ногах, затем продолжить ходьбу; на сигнал: «Петушки!» - остановиться, помахать руками вверх-вниз и произнести: «Ку-ка-ре-ку!». Ходьба и бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу перестроение в пары; ходьба парами, бег врассыпную, в колонне по одному. Ходьба «змейкой» между предметами.	Ходьба в колонне по одному, ходьба с изменением направления движения по сигналу. Ходьба по кругу, остановка и поворот кругом, продолжение ходьбы.
	ОРУ	Комплекс №33 (без предмета)	Комплекс №34 (с кубиком)	Комплекс №35 (с палкой)	Комплекс №36 (с мячом)
	2-я часть: Игровые упр-ния	«Достань до мяча». «Перепрыгни ручеек». «Пробеги-не задень».	«Попади в корзину». «Подбрось - поймай».	«Не урони». «Не задень». «Бегом по дорожке».	«Подбрось-поймай». «Кто быстрее по дорожке».

	Подвижные игры	«Слушай сигнал»	«Цветочек»	«Найди свою пару»	«Ловишки»
	3-я часть:	Игра малой подвижности.	Игра-малой подвижности.	Игра малой подвижности «Кто ушел?».	Игра «Угадай, кто позвал».

Старшая группа

Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Сентябрь (в зале)	Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге врассыпную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча.	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках; развивать координацию движений в прыжках в высоту (достань до предмета) и ловкость в бросках мяча вверх.	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге (до 1 мин); в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; в подбрасывании мяча вверх; развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках.
	1-я часть: Вводная	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения: перестроение в колонну по одному, ходьба в колонне по одному на носках; бег в колонне по одному; по сигналу ходьба и бег врассыпную; перестроение в	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба на носках, руки на поясе; ходьба и бег между предметами. Ходьба и бег в чередовании.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному (прыжком). Ходьба с высоким подниманием колен, руки на поясе. Бег в колонне по одному (до 1 мин), темп бега умеренный. Переход на обычную ходьбу.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Ходьба в различном темпе в чередовании с обычной ходьбой.

		колонну по два в движении.			
	ОРУ	Комплекс №1 (без предметов)	Комплекс №2 (с мячом)	Комплекс №3 (без предметов)	Комплекс №4 (с палкой)
	2-я часть: ОВД	Равновесие ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через препятствия. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Перебрасывание мячей друг другу.	Прыжки на двух ногах - «Достань до предмета». Подбрасывание малого мяча (диаметр 6—8 см) вверх двумя руками. Бег в среднем темпе (до 1,5 мин). Ползание на четвереньках между предметами.	Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; предплечья и колени. Ходьба по канату боком приставным шагом; с мешочком на голове. Броски мяча вверх двумя руками и ловля его; перебрасывание мяча друг другу двумя .	Пролезание в обруч прямо и боком (не задевая за верхний край) в группировке. Ходьба, перешагивая через препятствие; с мешочком на голове. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед; с мешочком, зажатым между колен,— «Пингвины».
	Подвижные игры	«Колдун»	«Ловишки»	«Пятнашки»	«Горячая картошка»

Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Октябрь	Задачи	Упражнять детей в беге (до 1 мин.); в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча.	Разучить поворот по сигналу во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча.	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии.	Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках.

1-я часть: Вводная	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Ходьба в колонне по одному, бег колонной по одному (до 1 мин.); переход на ходьбу.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному с выполнением поворота на сигнал. Бег с перешагиванием через бруски. Ходьба и бег в чередовании.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба с изменением темпа движения на сигнал (в чередовании). Бег врассыпную	Построение в шеренгу, проверка равнения и осанки. Построение в колонну по два (пары). Ходьба в колонне по два с выполнением поворота на сигнал. Бег врассыпную; ходьба и бег в колонне по одному.
ОРУ	Комплекс №5 (без предметов)	Комплекс №6 (с палкой)	Комплекс №7 (с мячом)	Комплекс №8 (с обручем)
2-я часть: ОВД	Ходьба по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Прыжки на двух ногах через шнуры. Броски мяча двумя руками.	Прыжки со скамейки. Перебрасывание мяча друг другу. Ползание на четвереньках.	Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой. Лазанье - ползание под дугу в группировке разными способами; ползание на четвереньках между предметами. Равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.	Ползание – пролезание в обруч; ползание на четвереньках с преодолением препятствий. Ходьба по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Прыжки на ногах на препятствие.
Подвижные игры	«Овощи и фрукты»	«Ловля парами»	«Тихо-громко»	«Колпачок»
3-я часть:	Игра «Что изменилось»	Игра «У кого мяч?»	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.

Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Ноябрь (в зале)					
	Задачи	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах.	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения; беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами.	Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом.	Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу; упражнять в равновесии и прыжках.
	1-я часть: Вводная	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Объяснение задания, перестроение в колонну по одному. Ходьба в колонне по одному с выполнением задания, бег врассыпную по команде.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу изменить направление движения. Бег между предметами, поставленным и в один ряд. Ходьба и бег в чередовании, перестроение в колонну по трое.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному. Ходьба с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу; бег между предметами, поставленными в один ряд.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; перестроение в колонну по одному, ходьба, на команду «Фигуры» - дети останавливаются и изображают кого-либо при ходьбе врассыпную, бег врассыпную. Ходьба и бег в чередовании.
	ОРУ	Комплекс №9 (с мячом)	Комплекс №10 (без предметов)	Комплекс №11 (с мячом)	Комплекс №12 (на скамейке)

	2-я часть: ОВД	Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Прыжки на правой и левой ноге. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками.	Прыжки на правой и левой ноге попеременно; с продвижением вперед. Переползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь двумя руками. Ведение мяча, продвигаясь вперед шагом. Ползание на четвереньках, подталкивая мяч головой. Ведение мяча в ходьбе.	Ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом. Пролезание в обруч прямо и боком в группировке. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; на четвереньках, с опорой на предплечья и колени. Ходьба на носках, руки за головой, между набивными мячами.	Лазанье – подлезание под шнур. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс. Прыжки на правой и левой ноге до предмета; попеременно. Ходьба между предметами на носках, руки за голову.
	Подвижные игры	«Круговая лапта»	«Перелет птиц»	«Жадный повар»	«Между двух огней»
	3-я часть:	Игра «Найди и промолчи»	Игра «Летает – не летает»	Игра «Съедобное не съедобное»	Игра «У кого мяч?»
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Декабрь (в зале)	Задачи	Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча.	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и переброске мяча.	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия.	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках.

1-я часть: Вводная	Построение в одну шеренгу, проверка равнения и осанки. Ходьба в колонне; бег в колонне по одному между предметами с соблюдением определенной дистанции друг от друга. Ходьба и бег в чередовании.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному. Ходьба с выполнением заданий на сигнал. Ходьба и бег по кругу в чередовании.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Перестроение в колонну по одному, ходьба врассыпную, на команду «Сделай фигуру»-остановка и выполнение задания, на следующую команду – бег врассыпную. Ходьба и бег в чередовании.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба и бег по кругу, взявшись за руки. По сигналу выполнение поворотов вправо и влево по ходу движения. Ходьба и бег врассыпную.
ОРУ	Комплекс №13 (с обручем)	Комплекс №14 (с флажками)	Комплекс №15 (без предметов)	Комплекс №16 (без предметов)
2-я часть: ОВД	Равновесие – ходьба по наклонной доске; переход на гимнастическую скамейку. Прыжки на двух ногах через бруски; между набивными мячами. Переброска мяча друг другу.	Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед на правой и левой ноге. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. Ползание на четвереньках между предметами; подталкивая мяч головой. Прокатывание набивного мяча.	Перебрасывание мяча друг другу большого диаметра. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками за края скамейки; на четвереньках с мешочком на спине. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.	Лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы; боком приставным шагом с мешочком на голове. Прыжки на двух ногах между предметами; с мешочком, зажатым между колен.
Подвижные игры	«Два мороза»	«Коршун и наседка»	«Смелые воробушки»	«Метелица»
3-я часть:	Игра «Сделай фигуру»	Игра «Летает-не летает»	Игра «Летает – не летает»	Ходьба в колонне по одному. Игра

Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Январь (в зале)	Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо.	Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой.	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии.	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек.
	1-я часть: Вводная	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному. Ходьба и бег между кубиками, расположенными в шахматном порядке.	Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по одному. Ходьба и бег по кругу, держась за веревку, затем дети останавливаются и перехватывают веревки в другую руку, повторение ходьбы и бега в другую сторону.	Построение в шеренгу, проверка равнения и осанки, перестроение в колонну по одному. Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по команде; ходьба между предметами «змейкой», бег враспынную.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, затем в круг; ходьба и бег по кругу с поворотом в одну и в другую сторону.
	ОРУ	Комплекс №17 (с кубиком)	Комплекс №18 (со шнуром)	Комплекс №19 (на гимнаст. скамейке)	Комплекс №20 (с обручем)

	2-я часть: ОВД	Равновесие-ходьба и бег по наклонной доске. Прыжки на правой и левой ноге между кубиками; на двух ногах между набивными мячами. Метание – броски мяча в шеренгах. Перебрасывание мячей друг другу в шеренгах (двумя руками от груди).	Прыжки в длину с места. Проползание под дугами на четвереньках, подталкивая мяч; в группировке; переползание через предметы Броски мяча вверх. Перебрасывание мячей друг другу, двумя руками снизу.	Перебрасывание мячей друг другу двумя руками от груди; ловля их после отскока Пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего обода, в группировке. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на пояс; с мешочком на голове, руки в стороны.	Лазанье на гимнаст. стенку одноименным способом, затем спуск, не пропуская реек. Ходьба по гимнаст. скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки свободно балансируют; руки за голову Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед прыжком ноги врозь, затем прыжком ноги вместе; через шнуры на двух ногах без паузы. Ведение мяча в прямом направлении.
	Подвижные игры	«Веселые ребята»	«Мышки и домики»	«Бездомный заяц»	«Пингвины»
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Февраль (в зале)	Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; в беге продолжительностью до 1 мин.; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину.	Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег враспынную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю.	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее.	Упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом.

	1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному, на сигнал ходьба и бег врассыпную; бег продолжительностью до 1 мин. в умеренном темпе, с изменением направления; ходьба в колонне по одному.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; перестроение в колонну по одному, затем в круг. Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки; ходьба и бег врассыпную с остановкой по сигналу.	Построение в шеренгу. Проверка осанки и равнения. Ходьба и бег между предметами (скамейками). Перестроение в три колонны справа от гимнастической скамейки.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному. Ходьба в колонне по одному, бег в среднем темпе продолжительностью до 1 мин. (с изменением направления движения); ходьба и бег врассыпную.
	ОРУ	Комплекс №21 (с гимнастической палкой)	Комплекс №22 (с большим мячом)	Комплекс №23 (на гимнастической скамейке)	Комплекс №24 (без предметов)
	2-я часть: ОВД	Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны; бег по гимнастической скамейке. Прыжки через бруски без паузы; правым и левым боком. Бросание мячей в корзину (кольцо) двумя руками из-за головы; двумя руками от груди.	Прыжки в длину с места. Отбивание мяча о пол одной рукой, продвигаясь вперед шагом; перебрасывание малого мяча одной рукой и ловля его после отскока о пол двумя руками в шеренгах. Лазанье - подлезание под дугу, не касаясь руками пола, в группировке. Ползание на четвереньках между набивными мячами.	Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой (от плеча). Подлезание под палку (шнур). Перешагивание через шнур. «Проползи - не урони». Ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд. Прыжки на двух ногах через шнуры.	Лазанье на гимнастическую стенку; спуск вниз, не пропуская реек. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке, руки на пояс (или за голову). Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед до обозначенного места; между предметами. Отбивание мяча в ходьбе; бросание мяча вверх и ловля его одной рукой.
	Подвижные игры	«Охотники и обезьяны»	«Не оставайся на полу»	«Пограничники и парашютисты»	«Угадай на ощупь»

Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Март (в зале)	Задачи	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и Перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную; разучить прыжок в высоту с разбегу; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами.	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках.	Упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два (парами) в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии.
	1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному, на сигнал выполнить поворот в другую сторону; бег с поворотом в другую сторону; бег врассыпную.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному и в круг. Ходьба и бег по кругу с изменением направления движения по команде; ходьба и бег врассыпную между кубиками, не задевая их.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; на сигнал ходьба со сменой темпа движения: на частые удары в бубен дети выполняют короткие, семенящие шаги, на редкие удары – широкие шаги; ходьба и бег врассыпную.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, по команде перестроение в колонну по два (парами); ходьба в колонне по два и перестроение обратно в колонну по одному; ходьба и бег врассыпную.
	ОРУ	Комплекс №25 (с малым мячом)	Комплекс №26 (без предметов)	Комплекс №27 (с кубиком)	Комплекс №28 (с обручем)

	2-я часть: ОВД	Равновесие- ходьба по канату-боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс. Прыжки: из обруча в обруч; на двух ногах через набивные мячи. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола посередине между шеренгами.	Прыжки в высоту с разбега. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой, способом от плеча. Ползание на четвереньках между предметами; по прямой «Кто быстрее доползет до кегли».	Лазанье по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни («по-медвежьему»); на четвереньках. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Прыжки вправо и влево через шнур, продвигаясь вперед; из обруча в обруч на двух ногах, на правой и левой ноге.	Лазанье под шнур боком, не касаясь его. Метание мешочков в горизонтальную цель (3 м). Равновесие – ходьба на носках между набивными мячами, руки за головой.; с перешагиванием через набивные мячи попеременно правой и левой ногой, руки произвольно. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами.
--	--------------------------	--	--	---	---

Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Апрель (в зале)	Задачи	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании.	Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей.	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия.	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках.

	1-я часть: Вводная	Ходьба колонной по одному, ходьба и бег по кругу; ходьба с перешагиванием через шнуры попеременно одной и другой ногой; бег враспынную.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; ходьба и бег между предметами.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному. Ходьба колонной по одному с выполнением заданий по команде; ходьба и бег с перешагиванием через кубики.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба и бег колонной по одному между предметами.
	ОРУ	Комплекс №29 (с гимнастической палкой)	Комплекс №30 (с короткой скакалкой)	Комплекс №31 (с малым мячом)	Комплекс №32 (без предметов)
	2-я часть: ОВД	Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны; с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной. Прыжки через бруски; на двух ногах (2 м), затем перепрыгивание через предмет. Броски мяча двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах; малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками.	Прыжки через короткую скакалку на месте, вращая ее вперед; продвигаясь вперед. Прокатывание обручей друг другу, стоя в шеренгах. Пролезание в обруч прямо и боком.	Метание мешочков в вертикальную цель. Ползание по прямой, затем переползание через скамейку. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы; приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки в стороны. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях («по-медвежьему»).	Лазанье на гимнастическую стенку; спуск вниз, не пропуская реек; ходьба по гимнастической рейке приставным шагом. Спуск вниз. Не пропуская реек. Прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед; перепрыгивание через шнур вправо и влево, продвигаясь вперед. Равновесие - ходьба по канату боком приставным шагом, руки на пояс; ходьба на носках между набивными мячами, руки на пояс.

Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Май (в зале)	Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом.	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча.	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и в рассыпную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем.	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами.
	1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному, на сигнал: «Поворот!» - повернуться кругом и продолжать движение; ходьба и бег в рассыпную.	Построение в шеренгу, построение в колонну по одному; на сигнал ходьба с перешагиванием через шнуры (по одной стороне зала); бег с перешагиванием через шнуры (по другой стороне зала); ходьба и бег в рассыпную.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; ходьба колонной по одному между предметами (кубики, мячи); ходьба и бег в рассыпную между предметами.	Построение в шеренгу, объяснение задания, перестроение в колонну по одному. Ходьба и бег с ускорением и замедлением темпа движений по команде; игровое упражнение «Быстро в колонны!»
	ОРУ	Комплекс №33 (без предметов)	Комплекс №34 (с флажками)	Комплекс №35 (с мячом)	Комплекс №36 (с обручем)

	2-я часть: ОВД	Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи; боком приставным шагом, на середине скамейки присесть, встать и пройти дальше. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до флажка; попеременно на правой и левой ноге. Броски мяча о стену (2 м) одной рукой, ловля	Прыжки в длину с разбега. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди. Ползание по прямой на ладонях и ступнях «по- медвежьи». Забрасывание мяча в корзину (кольцо) (1 м). Лазанье под дугу (обруч).	Броски мяча о пол одной рукой и ловля его двумя руками; вверх одной рукой и ловля его двумя руками. Лазанье - пролезание в обруч правым и левым боком в группировке; прямо и боком в парах. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть,	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хватом рук с боков. Равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на пояс; с перешагиванием через бруски. Прыжки на двух ногах между кеглями; на правой и левой ноге попеременно.
	Подвижные игры	«Пограничники и парашютисты»	«Медведь и пчелы»	«Мой веселый звонкий мяч»	«Паравозик, копна, гусеница»
	3-я часть:	Игра «охранник»	Игра «Шмель»	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба колонной по одному.
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Июнь (на улице)	Задачи	Упражнять в беге с высоким подниманием бедра; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и воланом (бадминтон).	Развивать выносливость в непрерывном беге; упражнять в прокатывании обручей, развивая ловкость и глазомер; повторить игровые упражнения с мячом.	Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом и в прыжках.	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением темпа движения; игровые упражнения с мячом.

	1-я часть: Вводная	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба, высоко поднимая бедро, бег в среднем темпе (до 1 мин.).	Построение в колонну по одному, переход на бег в умеренном темпе (до 1,5 мин); ходьба между предметами.	Построение в шеренгу, объяснение задания; перестроение в колонну по одному. Ходьба и бег с перешагиванием через предметы – шнуры и бруски.	Ходьба в колонне по одному, по команде дети ускоряют или замедляют темп ходьбы; ходьба колонной по одному, на сигнал выполнение какой-либо фигуры.
	ОРУ	Комплекс №33 (без предметов)	Комплекс №34 (с флажками)	Комплекс №35 (с мячом)	Комплекс №36 (с обручем)
	2-я часть: Игровые упражнения	«Проведи мяч». «Пас друг другу». «Отбей волан».	«Прокати - не урони». «Кто быстрее» . «Забрось в кольцо».	«Кто быстрее». «Ловкие ребята».	«Мяч водящему». «Передача мяча в колонне».
	Подвижные игры	«Защита укрепления»	«Паук и мухи»	«Ловля бабочек»	«Ловишки»
	3-я часть:	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному.	Эстафета с мячом; колонной по одному.	Ходьба в колонне по одному.
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Июль (на улице)					
	Задачи	Упражнять детей в чередовании ходьбы и бега; повторить игру с бегом «Ловишки-перебежки», эстафету с большим мячом.	Упражнять детей в длительном беге, развивая выносливость; в прокатывании обруча; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.	Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом.	Упражнять в беге на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии.

	1-я часть: Вводная	Построение в колонну по одному. Ходьба и бег в чередовании: 10 м – ходьба, 10 м – бег; повторить несколько раз.	Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по одному, бег в умеренном темпе (до 1,5 мин.), ходьба враспынную между предметами.	Построение в шеренгу, объяснение задания, перестроение в 2-3 шеренги. Указание: как можно быстрее выполнить бег с одной стороны зала на другую до линии финиша. После 2-3 перебежек ходьба колонной по одному.	Построение в колонну, ходьба и бег между предметами. Построение в 2-3 шеренги, пробегание отрезков (20 м) на скорость.
	ОРУ	Комплекс №29 (с гимнастической палкой)	Комплекс №30 (с короткой скакалкой)	Комплекс №31 (с малым мячом)	Комплекс №24(без предметов)
	2-я часть: Игровые упражнения	«Ловишки-перебежки». «Передача мяча в колонне»	«Пройди - не задень». «Догони обруч». «Перебрось и поймай». «Кто быстрее до флажка»	«Кто быстрее». «Мяч в кругу».	«Сбей кеглю». «Пробеги - не задень».
	Подвижные игры	«Горелки»	«Земля и небо»	«Цветные автомобили»	«Усатый сом»
	3-я часть:	Ходьба в колонне по одному.	Игра малой подвижности «Кто ушел?».	Ходьба в колонне по одному.	Игра «Река и ров»

Подготовительная группа

Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
С					

	Задачи	Упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной . Развивать точность движений при переброске мяча.	Упражнять детей в равномерном беге с Соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета; повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его.	Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов; развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие; повторить упражнение на переползание по гимнастической скамейке.	Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу; в ползании-по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторить прыжки через шнуры.
	1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом; бег врассыпную; бег с нахождением своего места в колонне по- сигналу. Перестроение в колонну по три.	Ходьба в колонне по одному с изменением положения рук по сигналу и сохранением дистанции между детьми. Бег в колонне по одному в умеренном темпе, перестроение в три колонны.	Ходьба в колонне по одному с четким поворотом на углах зала (площадки) по ориентирам. Бег в умеренном темпе. Перестроение в три колонны.	Ходьба и бег по кругу в чередовании. Поворот в ходьбе, беге производится в движении по сигналу.
	ОРУ	Комплекс №1 (без предметов)	Комплекс №2 (с флажками)	Комплекс №3 (с мячом)	Комплекс №4 (с палками)
	2-я часть: ОВД	Ходьба по гимнастической скамейке прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой с мешочком на голове; руки свободно балансируют; боком, перешагивая через набивные мячи, руки на	Прыжки с доставанием до предмета, подвешенного на высоту поднятой руки ребенка. Перебрасывание мяча через шнур друг другу (двумя руками из-за головы, снизу). Лазанье под шнур, не касаясь руками пола и не задевая его;упражнение «крокодил». Прыжки на	Подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя руками. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков; на ладонях и ступнях («по медвежьей») Ходьбе по гимнастической	Ползание и ходьба по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Прыжки из обруча в обруч. Лазанье в обруч, который держит партнер, правым и левым боком. Ходьба боком приставным шагом, перешагивая через набивные мячи. Прыжки через шнуры с

		пояс. Прыжки на двух ногах через шнуры; через набивные мячи. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками снизу, стоя в шеренгах; из-за головы.	двух ногах между предметами, положенными в одну линию.	скамейке с выполнением задания.	выполнением заданий.
	Подвижные игры	«Колдун»	«Ловишки»	«Пятнашки»	«Горячая картошка»
	3-я часть:	Ходьба в колонне по одному.	Игра м/п «У кого мяч?».	Игра «Время года, месяцы и дни недели»	Игра «Вершки-корешки»
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Октябрь (в зале)	Задачи	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом.	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом.	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре.
	1-я часть: Вводная	Ходьба и бег в колонне по одному между предметами, поставленными по двум сторонам зала.	Ходьба с изменением направления движения по сигналу; бег с перешагиванием через предметы. Ходьба в колонне по одному с изменением направление движения по сигналу; бег с перепрыгиванием через препятствия.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу переходна ходьбу с высоким подниманием колен (руки на поясе – «как петушки»); бег в среднем темпе, переход на обычную ходьбу. Перестроение в три колонны.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу сменатемпа движения. Бег врассыпную.

	ОРУ	Комплекс №5 (без предметов)	Комплекс №6 (с обручем)	Комплекс №7 (на скамейках)	Комплекс №8 (с мячом)
	2-я часть: ОВД	Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Прыжки через шнуры с выполнением заданий. Броски малого мяча вверх и ловля его двумя руками; переброска мячей друг другу.	Прыжки с высоты 40 см на полусогнутые ноги на мат или коврик. Отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед; забрасывание мяча в корзину двумя руками.. Ползание на ладонях и ступнях («по-медвежьи») в прямом направлении. Лазанье в обруч разными способами.	Ведение мяча по прямой, между предметами. Ползание по гимнастической скамейке (хват рук с боков). Ходьба по рейке гимнастической скамейки, с выполнением заданий. Ползание на четвереньках по прямой, подталкивая вперед головой набивной мяч	Ползание на четвереньках в прямом направлении, подталкивая мяч головой; ползание под дугой или шнуром, подталкивая мяч вперед. Прыжки на одной, двух ногах между предметами. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с выполнением заданий. «Проползи — не урони».
	Подвижные игры	«Овощи и фрукты»	«Ловля парами»	«Тихо-громко»	«Колпачок»
	3-я часть:	Игра «Что изменилось»	Игра «У кого мяч?»	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Ноябрь (в зале)	Задачи	Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату (или толстому шнуру); упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом.	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазаньи под дугу, в равновесии.	Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; разучить в лазаньи на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесие.
	1-я часть: Вводная	Ходьба и бег в колонне по одному по кругу с ускорением и	Ходьба в колонне по одному, ходьба с изменением направления движения по сигналу; с	Ходьба и бег в колонне по одному между кубиками, поставленными в две	Ходьба и бег между предметами. Ходьба и бег в рассыпную; построение в 3 колонны.

		замедлением темпа движения.	упражнениями для рук (на носках, руки за голову; широким свободным шагом; семенящим шагом, руки на пояс).	линии по двум сторонам зала; бег врассыпную. Ходьбу и бег повторить в чередовании.	
	ОРУ	Комплекс №9 (без предметов)	Комплекс №10 (с короткой скакалкой)	Комплекс №11 (с кубиком)	Комплекс №12 (без предметов)
	2-я часть: ОВД	Равновесие — ходьба по канату (шнуру) с выполнением заданий. Прыжки на двух ногах через шнуры. Эстафета с мячом «Мяч водящему». Прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед вдоль каната «Попади в корзину».	Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине. Броски мяча друг другу стоя в шеренгах (способ — двумя руками из-за головы). Ползание в прямом направлении на четвереньках, подталкивая мяч головой.	Ведение мяча в прямом направлении (баскетбольный вариант) и между предметами Лазанье под дугу. Метание мешочков в горизонтальную цель. Ползание «по-медвежьему» на ладонях и ступнях в прямом направлении. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове.	Лазанье на гимнастическую стенку с переходом на другой пролет (по диагонали) и спуск вниз. Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева попеременно, энергично отталкиваясь от пола. Ходьба по гимнастической скамейке. Бросание мяча о стенку одной рукой и ловля его после отскока о пол двумя руками; забрасывание мяча в корзину двумя руками. Равновесие — ходьба на носках по уменьшенной площади опоры.
	Подвижные игры	«Круговая лапта»	«Перелет птиц»	«Жадный повар»	«Между двух огней»
	3-я часть:	Игра «Найди и промолчи»	Игра «Летает – не летает»	Игра «Съедобное – не съедобное»	Игра «У кого мяч?»
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Декабрь (в зале)	Задачи	Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и	Повторить ходьбу с изменением темпа движения (с ускорением	Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в

		враспынную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (боком приставным шагом, с перешагиванием). Развивать ловкость в упражнениях с мячом.	замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом.	и замедлением); упражнять в подбрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии.	ползании по скамейке «помедвежь»; повторить упражнение в прыжках и на равновесие.
1-я часть: Вводная			Ходьба в колонне по одному; с выполнением заданий на сигнал; бег враспынную, ходьба в колонне по одному, перестроение в три колонны.	Ходьба в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу; бег враспынную; чередование ходьбы и бега.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Перестроение в колонну по одному, переход на ходьбу по кругу. Ходьба и бег по кругу с выполнением поворота на сигнал.
ОРУ	Комплекс №13 (в парах)	Комплекс №14 (без предметов)	Комплекс №15 (с малым мячом)	Комплекс №16 (без предметов)	
2-я часть: ОВД	Равновесие. Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через набивные мячи; ходьба по гимнастической скамейке. Прыжки на двух ногах между предметами, огибая их; прыжки на одной ноге вдоль шнура. Бросание малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками; переброска мячей друг другу, стоя в	Прыжки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед; на двух ногах; между предметами. Эстафета с мячом «Передача мяча в колонне». Ползание по скамейке на ладонях и коленях. Прокатывание мяча между предметами Ползание под шнур (дугу) правым и левым боком.	Подбрасывание мяча правой и левой рукой вверх и ловля его двумя руками; перебрасывание мячей в парах. Ползание на четвереньках между предметами; по гимнастической скамейке на животе, хват рук с боков. Равновесие - ходьба по рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за голову или на пояс. Прыжки со	Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет, спуск вниз, не пропуская реек. Равновесие — ходьба с перешагиванием через	

		шеренгах.		скамейки.	набивные мячи. Прыжки через короткую скакалку, продвигаясь вперед.
	Подвижные игры	«Два мороза»	«Коршун и наседка»	«Смелые воробушки»	«Метелица»
	3-я часть:	Игра «Сделай фигуру»	Игра «Летает-не летает»	Игра «Летает – не летает»	Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности.
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Январь (в зале)					
	Задачи	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег врассыпную с остановкой по сигналу; упражнения на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствие.	Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.	Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур.	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия и в прыжках.
	1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному, переход к ходьбе по кругу, поворот по сигналу в другую сторону; бег врассыпную с остановкой по сигналу.	Ходьба в колонне по одному, по команде выполняя задания для рук - за голову, на пояс, вверх; ходьба и бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному. По сигналу ходьба с перешагиванием через шнуры попеременно правой и левой ногой без паузы. Ходьба и бег врассыпную, ходьба в колонне и перестроение в три колонны.	Ходьба в колонне по одному с изменением направления движения по указанию; ходьба и бег врассыпную по всему залу; ходьба в колонне по одному, перестроение в три колонны.
	ОРУ	Комплекс №17 (с палкой)	Комплекс №18 (с кубиком)	Комплекс №19 (с малым мячом)	Комплекс №20 (со скакалкой)

	2-я часть: ОВД	Ходьба по рейке гимнастической скамейки с мешочком на голове; ходьба по гимнастической скамейке с выполнением задания. Прыжки через препятствия; на двух ногах из обруча в обруч. Проведение мяча с одной стороны зала на другую. Прокатывание мяча между предметами, стараясь не задевать их.	Прыжки в длину с места (мат). «Поймай мяч». Ползание по прямой на четвереньках, подталкивая мяч впереди себя головой. Бросание мяча о стенку и ловля его после отскока о пол с хлопком в ладоши. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине.	Подбрасывание малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками; переброска мячей друг другу. Лазанье под шнур правым и левым боком; ползание на ладонях и коленях в прямом направлении, затем лазанье под шнур и продолжение ползания. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с перешагиванием через кубики; ходьба на носках, между предметами.	Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине. Равновесие - ходьба по двум гимнастическим скамейкам парами, держась за руки; ходьба по рейке гимнастической скамейки, руки за голову. Прыжки через короткую скакалку различными способами. Ползание на четвереньках между предметами. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч без пауз.
	Подвижные игры	«Веселые ребята»	«Мышки и домики»	«Бездомный заяц»	«Пингвины»
	3-я часть:	Игра малой подвижности (по выбору детей).	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному в обход зала.	Ходьба в колонне по одному.
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Февраль (в зале)	Задачи	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением доп-ного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола в	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу); упражнять в переброске	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазаньи на	Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки.

		прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер.	мяча; повторить лазанье в обруч (или под дугу).	гимнаст. стенку; повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре с выполнением задания.	
1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному с выполнением задания в форме игры «Река и ров».	Ходьба в колонне по одному, по сигналу ходьба на носках, руки на пояс; переход на обычную ходьбу, затем ходьба с хлопками на каждый шаг перед собой и за спиной. Ходьба и бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному; на сигнал ходьба широким свободным шагом; переход на обычную ходьбу. Подпрыгивания попеременно на правой и левой ноге в движении по кругу; перестроение в колонну по три.	Построение в шеренгу, проверка осанки, равнения. Ходьба в колонне по одному, на сигнал «Стоп!» остановиться, выполнить поворот кругом и продолжить ходьбу. Ходьба и бег врассыпную с нахождением своего места в колонне (в чередовании).	
ОРУ	Комплекс №21 (с обручем)	Комплекс №22 (с палкой)	Комплекс №23 (без предметов)	Комплекс №24 (с мячом)	
2-я часть: ОВД	Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Броски мяча в середину между шеренгами одной рукой, ловля двумя руками. Прыжки на двух ногах через короткие шнуры (без паузы); прыжки между предметами. Передача мяча по кругу.	Подскоки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах между предметами. Переброска мячей друг другу, стоя в шеренгах, двумя руками от груди (баскетбольный вариант). Лазанье под дугу (шнур) прямо и боком; ползание на ладонях и коленях между предметами.	Лазанье на гимнаст. стенку, с переходом на другой пролет и спуск вниз. Ходьба парами по стоящим рядом параллельно гимнаст. скамейкам, держась за руки; ходьба по гимнаст. скамейке, перешагивая через набивные мячи. «Попади в круг».	Ползание на четвереньках между предметами, не задевая их. Ходьба по гимнастической скамейке с хлопками перед собой и за спиной на каждый шаг; с мешочком на голове, руки на пояс. Прыжки из обруча в обруч, без паузы, используя взмах рук. Лазанье на гимнаст. стенку с переходом на другой пролет. «Передал - садись»	
Подвижные игры	«Охотники и обезьяны»	«Не оставайся на полу»	«Пограничники и парашютисты»	«Угадай на ощупь»	

	3-я часть:	Игра малой подвижности.	Игра «Живое – не живое»	Игра «Защита укрепления»	Ходьба в колонне по одному.
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Март (в зале)	Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом.	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге враспынную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом.	Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре.	Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжки.
	1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между кеглями и кубиками; ходьба и бег враспынную.	Ходьба в колонне по одному, игровое задание «Река и ров» (с прыжками); ходьба и бег враспынную.	Ходьба в колонне по одному; по сигналу ходьба на носках, руки за голову; переход на обычную ходьбу; ходьба в полуприседе, руки на коленях; ходьба и бег враспынную.	Ходьба в колонне по одному; игровое задание «Река и ров»; ходьба и бег враспынную с остановкой по сигналу.
	ОРУ	Комплекс №25 (с малым мячом)	Комплекс №26 (с флажками)	Комплекс №27 (с палкой)	Комплекс №28 (без предметов)
	2-я часть: ОВД	Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу - на середине разойтись; с передачей мяча перед собой и за спиной. Бросание мяча вверх одной рукой, ловля двумя руками. Прыжки на двух ногах	Прыжки через короткую скакалку, продвигаясь вперед; прыжки через шнуры на левой и правой ноге. Перебрасывание мяча через сетку (веревку) двумя руками и ловля его после отскока от пола; переброска мячей в парах.	Метание мешочков в горизонтальную цель. Ползание в прямом направлении на четвереньках («Кто быстрее»); с мешочком на спине. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на	Лазанье на гимнастическую стенку; лазанье под шнур прямо и боком, не задевая шнур. Равновесие - ходьба по прямой с перешагиванием через набивные мячи попеременно правой и левой ногой, руки за голову.

		вперед способом ноги врозь, ноги вместе; прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед. Эстафета с мячом «Передача мяча в шеренге»	Ползание под шнур, не касаясь руками пола; ползание на четвереньках по гимнастической скамейке («по медвежьи»).	голове, руки свободно балансируют (или руки на пояс); ходьба между предметами «змейкой» с мешочком на голове.	Прыжки на правой и левой ноге между предметами; прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед. Передача мяча - эстафета «Передача мяча в шеренге».
	Подвижные игры	«Воротца»	«Ключи»	«Стоп»	«Жмурки»
	3-я часть:	Игра «Ласковые слова»	Игра «Плетень»	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Апрель (в зале)					
	Задачи	Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом.	Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять детей в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу.	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии.	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом.
	1-я часть: Вводная	Игра «Быстро возьми». Ходьба в колонне по одному, ходьба вокруг кубиков (кубиков на два меньше количества детей); бег; переход на ходьбу.	Ходьба и бег в колонне по одному, переход на ходьбу по кругу с поворотом в другую сторону по сигналу: «Поворот!»; ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег враспынную.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному. По сигналу педагога перестроение в пары (колонна по два); ходьба колонной по одному; ходьба и бег враспынную.	Игровое задание «По местам».
	ОРУ	Комплекс №29 (с малым мячом)	Комплекс №30 (с обручем)	Комплекс №31 (без предметов)	Комплекс №32 (на гимнастических скамейках)

	2-я часть: ОВД	Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг передавать мяч перед собой и за спиной; боком, с приставным шагом с мешочком на голове; на середине присесть, руки вынести вперед. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, продвигаясь вперед; через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед. Переброска мячей в шеренгах; друг другу в парах.	Прыжки в длину с разбега. Броски мяча друг другу в парах. Ползание на четвереньках «Кто быстрее до кубика». Эстафета с мячом «Передал - садись». Лазанье под шнур в группировке, не касаясь пола и не задевая шнур.	Метание мешочков на дальность - «Кто дальше бросит». Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине; с опорой на ладони и колени между предметами. Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через предметы. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед («Кто быстрее до предмета»); через короткую скакалку на месте, вращая ее вперед, назад, скрестно (способ по выбору детей).	Бросание мяча в шеренгах; переброска мяча друг другу в парах (способ произвольный); исходное положение ног - стойка ноги на ширине плеч. Прыжки в длину с разбега; через шнуры на правой и на левой ноге попеременно. Равновесие - ходьба на носках между предметами с мешочком на голове. Игровое упражнение с бегом «Догони пару».
	Подвижные игры	«Четыре стихии»	«Космонавты»	«Стоп!»	«Караси и щука»
	3-я часть:	Игра «Время года, месяцы и дни недели»	Ходьба в колонне по одному. Игра «День-ночь»	Ходьба в колонне по одному.	Игра «Удочка»
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Май (в зале)	Задачи	Повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на	Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом.	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге враспынную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии.	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить упражнения в лазаньи на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении

		одной ногое; в бросании малого мяча о стенку.			равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках.
1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному, по сигналу перестроение в пары по ходу движения (без остановки); бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному; ходьба со сменной темпа движения по сигналу педагога; ходьба и бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному; по сигналу ходьба по кругу, бег по кругу с поворотом в другую сторону в движении (без остановки); ходьба и бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному; выполнение заданий на сигналы «Аист», «Лягушки», «Мышки». Ходьба и бег врассыпную.	
ОРУ	Комплекс №33 (с обручем)	Комплекс №34 (с мячом большого диаметра)	Комплекс №35 (без предметов)	Комплекс №36 (с палками)	
2-я часть: ОВД	Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке, передавая мяч перед собой и за спиной на каждый шаг; навстречу друг другу, на середине скамьи разойтись, помогая друг другу; затем продолжить ходьбу по скамейке, сойти с нее в конце, не прыгая. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед. Броски малого мяча о стену и ловля его после отскока, с дополнительным заданием.	Прыжки в длину с места; с разбега. Ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом. Пролезание в обруч прямо и боком, не касаясь руками пола и не касаясь верхнего края обруча. Метание мешочков в вертикальную цель. Равновесие - ходьба между предметами с мешочком на голове.	Метание мешочков на дальность «Кто дальше бросит». Равновесие - ходьба по рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за голову; ходьба между предметами на носках с мешочком на голове. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках; лазанье под шнур прямо и боком, не касаясь руками пола, в группировке - сложившись в «комочек». Прыжки через короткую скакалку.	Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет, ходьба по рейке (четвертая рейка) и спуск вниз.Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики; с перешагиванием через предметы, боком приставным шагом, с мешочком на голове. Прыжки на двух ногах между кеглями, поставленными в две линии (руки произвольно); между предметами на правой и левой ногое. Ползание по гимнастической скамейке	

					на четвереньках - «по-медвежьи».
	Подвижные игры	«Пограничники и парашютисты»	«Медведь и пчелы»	«Мой веселый звонкий мяч»	«Паровозик, копна, гусеница»
	3-я часть:	Игра «охранник»	Игра «Шмель»	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба колонной по одному.
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Июнь (на улице)					
	Задачи	Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками.	Повторить игровое задание с ходьбой и бегом; игровые упражнения с мячом, в прыжках.	Повторить бег на скорость; упражнять детей в заданиях с прыжками, в равновесии.	Повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом.
	1-я часть: Вводная	Игровое задание «Быстро в шеренгу».	«Слушай сигнал»	Ходьба в колонне по одному; бег в колонне по одному. «Перебежки».	Игровое упражнение «Ро в». Ходьба и бег в рассыпную.
	ОРУ	Комплекс №29 (с малым мячом)	Комплекс №30 (с обручем)	Комплекс №31 (без предметов)	Комплекс №32 (на гимнастической скамейке)
	2-я часть: Игровые упражнения	«Перешагни - не задень». «С кочки на кочку».	«Пас ногой». «Пингвины».	«Пройди - не задень». «Кто дальше прыгнет». «Пас ногой». «Поймай мяч».	«Передача мяча в колонне». «Лягушки в болоте» (с прыжками).
	Подвижные игры	«Горелки»	«Земля и небо»	«Цветные автомобили»	«Усатый сом»
	3-я часть:	Ходьба в колонне по одному.	Игра малой подвижности «Кто ушел?».	Ходьба в колонне по одному.	Игра «Река и ров»
Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Июль					

	Задачи	Упражнять детей в продолжительном беге, развивая выносливость; развивать точность движений при переброске мяча друг другу в движении; упражнять в прыжках через короткую скакалку; повторить упражнение в равновесии с дополнительным заданием.	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить упражнения с мячом, в прыжках.	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами. В ходьбе и беге врассыпную; повторить задания с мячом и прыжками.	Повторить игровые упражнения с ходьбой и бегом; упражнять в заданиях с мячом.
	1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному, переход на бег в среднем темпе (продолжительность до 2 минут); переход на ходьбу; повторить бег.	Ходьба в колонне по одному, ходьба с высоким подниманием колен (как петушки) в медленном темпе; ходьба мелким, семенящим шагом, руки на поясе (как мышки) в чередовании; бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному. По одной стороне зала ходьба между кеглями; по другой стороне - бег между кубиками - в чередовании. Ходьба и бег врассыпную.	«По местам».
	ОРУ	Комплекс №33 (с обручем)	Комплекс №34 (с мячом большого диаметра)	Комплекс №35 (без предметов)	Комплекс №36 (с палками)
	2-я часть: Игровые упражнения	«Пас на ходу». «Брось - поймай». Прыжки через короткую скакалку.	«Ловкие прыгуны». «Проведи мяч». «Пас друг другу»	«Мяч водящему». «Кто скорее до кегли». Индивидуальные игры с мячом.	«Кто быстрее». «Пас ногой». «Кто выше прыгнет».
	Подвижные игры	«Защита укрепления»	«Паук и мухи»	«Ловля бабочек»	«Ловишки»
	3-я часть:	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Эстафета с мячом; ходьба колонной по одному.	Ходьба в колонне по одному.

2.4.3 Способы и направления поддержки детской инициативы

Чтобы дети верили в себя, развивались и экспериментировали, взрослые – и педагоги, и родители, должны подкреплять детскую инициативу, даже когда она сопровождается ошибками, поскольку, развитие - это всегда что-то новое, а новое всегда сопровождается ошибками в том числе.

Способы поддержки инициативы детей:

создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности; создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей; недирективную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности.

Направления поддержки детской инициативы:

творческая инициатива – предполагает включенность ребенка в игру как основную творческую деятельность, где развиваются воображение, образное мышление;

инициатива как целеполагание и волевое усилие – предполагает включенность ребенка в разные виды продуктивной деятельности;

коммуникативная инициатива – предполагает включенность ребенка во взаимодействие со сверстниками, где развиваются эмпатия, коммуникативная функция речи;

познавательная инициатива – предполагает любознательность, включенность в экспериментирование, простую познавательно-исследовательскую деятельность, где развиваются способности устанавливать пространственно-временные, причинно-следственные и родовидовые отношения.

2.4.4 Система взаимодействия с семьями воспитанников и с социальными партнерами

Учитывая формирующиеся образовательные запросы родителей, педагог стремится учесть их пожелания, узнать их возможности в совместном воспитании дошкольников. С этой целью он проводит беседы с родителями, анкетирование. Такая диагностика предваряет внесение изменений в различные аспекты педагогического процесса ДОУ, требующих участия и поддержки семьи.

Педагогическая поддержка

педагог организует разные формы взаимодействия — семинары, выставки.

Педагогическое образование родителей

Осуществляя педагогическое образование родителей, воспитатель учитывает развивающиеся возможности родителей и детей, помогает родителям устанавливать партнерские взаимоотношения с дошкольниками, увидеть перспективы их будущей жизни. Для этого он организует такие встречи с родителями, «Здоровье и ум через игру»,

«Как воспитать здорового ребенка», «Скоро в школу». В ходе реализации образовательных задач воспитатель использует такие формы, которые помогают занять родителю субъектную позицию, — тренинги, анализ реальных ситуаций, показ и обсуждение видеоматериалов. Развивая педагогическую компетентность родителей, помогая сплочению родительского коллектива, воспитатель продолжает содействовать деятельности родительских клубов.

Совместная деятельность педагогов и родителей

Опираясь на интерес к совместной деятельности, развивающиеся творческие умения детей и взрослых, педагог делает родителей активными участниками разнообразных встреч, викторин, вечеров досуга, музыкальных салонов и творческих гостиных.

Итоговой формой сотрудничества с родителями в старшей группе может стать День семьи, в ходе которого каждая семья планирует и совместно с детьми презентацию своей семьи и организует различные формы совместной деятельности — игры, конкурсы, викторины, сюрпризы, совместное чаепитие детей и взрослых.

Взаимодействие с социальными партнерами различных социокультурных институтов

Социальными партнерами ГБДОУ являются ИМЦ, ДДЮТ

Взаимодействие осуществляется в соответствии с планом сотрудничества ГБДОУ.

2.4.5 Коррекционно-развивающая работа (КРР)

Подробное содержание КРР описано в ОП ГБДОУ.

ПЛАНИРОВАНИЕ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЫ

Нормотипичные дети с нормативным кризисом развития. Дети, имеющие проблемы с психологическим здоровьем;

Дети с особыми образовательными потребностями (ООП) – билингвы, ЧБД, с нарушениями зрения и слуха, ОНР, ОВЗ, ЗПР, РАС, одаренные дети. Дети, имеющие проблемы общения: излишняя чувствительность, потребность в лидерстве, профилактик плоскостопия и сколиоза.

Дети группы риска (неврозы, эмоциональные проблемы, повышенная возбудимость, раздражительность, тревога, проявление фобий, апатия).

Дети группы риска имеющие поведенческие проблемы: грубость, агрессия, навязчивые движения, двигательная расторможенность.

Младший возраст							
Месяц	Направленность	Тема	Форма	Источник	Взаимод. с педагогами	Взаимод.с семьей	Отметка о выполнении
Сент.	1	Игра. Полоса препятствий(мягкие модули)	Подгрупповая	Л.П.Банникова. Сфера, 2007.			
Сент.	2	Игровое упр.Кулак –ладонь, ухо –нос.	Индивидуальная	Картотека кинезиологических игр(карт 2)			
Сент.	3	Упражнение «Класс – заяц»	Подгрупповая	«Пальчиковые шаги»Е.И. Чернова		Очная кон-ция	
Сент	4	Игра «Менялки»	Групповая	Картотека(карточка 8)		Беседа. Игры для гиперактивных детей.	
Октябрь	1	Игра.Великаны и карлики	Подгрупповая	Береснева З. И.»Здоровый малыш»			

Октябрь	2	Игровое упр. «Лошадь»	Групповая	Кудрявцев В. Т. «Развивающая педагогика оздоровления»		Совместный досуг «Не навреди, а помоги»	
Октябрь	3	Регби. Мяч бросай - лови	Подгрупповая	Пензулаева Л.И. картотека(4)		Обучающие игры с консультацией.	
Октябрь	4	Игра. «Я платок возьму ногой»	Индивидуальная	Картотека коррекционно – развивающих игр			
Ноябрь	1	В осеннем саду(элементы психогимнастики)	Досуговая	Эмоциональное развитие дошк. А.Д. Кошелева		Совместно с родителями.	
Ноябрь	2	Игра. Ласковые ладошки	Индивидуальная	Картотека пальчиковых игр	Предоставление вариантов игры	Предоставление вариантов игры.	
Ноябрь	3	Игра. Мишки	Групповая.	Елифанов В.А. Лечебная физкультура:	Совместно с воспитателями		
Ноябрь	4	Игра.Маленькое приведение	Индивидуальная	Кряжева Н. Л.		Дистанционное консультирование.	
Декабрь	1	Игра. Птички в гнездышках	Групповая	Картотека подвижных игр	С воспитателями		
Декабрь	2	Игра. Мой веселый звонкий мяч		Картотека игр с мячиком Су Джок			
Декабрь	3	Игра. Стаканчик для криков	Подгрупповая	Кряжева Н. Л.	С музыкальным		

					руководите лем		
Декабрь	4	Игра два барана	Подгрупповая				
Январь	1	Игра. Петушок	Групповая		С воспитател ями		
Январь	2	Эстафета кто быстрее..	Групповая	Картотека подвижных игр		Беседа с родителями.	
Январь	3	Игра проползи в воротики	Подгрупповая	Картотека игр ср.подв			
Январь	4	Ига на релакс.Теплый как солнце, легкий как ветер	Индивидуальная	Шевцова И. В.			
Февраль	1	Подв. игра«Автобус»	Групповая	Дубровский В.Н. Валеология. ЗОЖ			
Февраль	2	Игра малой подв.Подарки	Досуговая	Картотека игр малой подв.	С воспитател ями		
Февраль	3	Волшебный стаканчик	Групповая	Картотека (9)			
Февраль	4	Игра. Жука	Групповая	Картотека (5)		Беседа. Почему ребенок агрессивен.	
Март	1	Игровое движение Пройди не наступи	Индивидуальная	Лютова Е.К			
Март	2	Игровое упр. Попади в ворота	Подгрупповая	Миняева С.А.			
Март	3		Подгрупповая	Н.И.Дворкина			
Март	4	Игра собери по цветам мячики.	Картотека(2)	Монина Г.Б			
Апр	1	Игр.упр. Извилистая дорожка		Нищева Н. В. Детсто			
Апр	2	Игр.упр.Зебра	Карт.№6		С вопитателя ми.		
Апр	3	Игр.упр.Стирка	Карт.№6				

Апр	4	Игра Медвежата	Карт.№1				
Май	1	Игра «Ловкие ноги»	Карт№4	Охрана и укрепление здоровья/Под ред. Н.В.			
Май	2	Игр.упр. «Великаны и карлики»	Карт.№3				
Май	3	Занятие «По ровненькой дорожке»	Карт.№4		С воспитателями.		
Май	4	Гимн.для глаз «Пчела – оса»	Карт. Упражнения для глаз	Лосева В.С. Плоскостопие у детей 6-7 лет: профилактика и лечение.		Беседа с родителями.	

Средний дошкольный возраст.

Нормотипичные дети с нормативным кризисом развития. Дети, имеющие проблемы с психологическим здоровьем;

Дети с особыми образовательными потребностями (ООП) – билингвы, ЧБД, с нарушениями зрения и слуха, ОНР, ОВЗ, ЗПР, РАС, одаренные дети.

Дети, имеющие проблемы общения: излишняя чувствительность, потребность в лидерстве профилактик плоскостопия и сколиоза.

Дети группы риска (неврозы, эмоциональные проблемы, повышенная возбудимость ,раздражительность, тревога, проявление фобий, апатия).

Дети группы риска имеющие поведенческие проблемы: грубость, агрессия, навязчивые движения, двигательная расторможенность.

Средний возраст.							
Месяц	На пр.	Тема	Форма	Источник	Взаимодействие с педагогами	Взаимодействие с семьей	Отметка о выполнении
Сент.	1.	«Ну – ка донеси»	Игровое задание.	Берсенева З. И.» Здоровый малыш»	Помощь воспитателей	Беседа с подгруппой родителей	
Сент.	2.	«Маленький – большой»	Игровое задание.	Картотека №2			

Сент.	3.	Сидячий футбол		Кудрявцев В. Т. «Развивающая педагогика»			
Сент.	4.	Сидя по «турецкий» «Бросим выше – только в ручки»	Игровое задание	Картотека №4.	С воспитателями.	Обратить внимание родителей на информационный стенд инструктора по ф.к..	
Окт.	1.	«Зоопарк»	Игра	Картотека №2			
Окт.	2.	«Паровозик»	Игра	Картотека №2	С воспитателями		
Окт.	3.	«Дни недели»	Игра	Картотека №4		Консультация	
Окт.	4.	«Кузовок»	Игра	Шапкова Л.В.			
Ноябрь.	1.	«Кричалка, шепталка, молчалка»	Игровое упр.	Картотека №4			
Ноябрь.	2	«Горячий камень»	Игра	Картотека №4			
Ноябрь	3	«Невод»	Игра	Картотека №5		Беседа с родителями	
Ноябрь	4	«Шишки, желуди, орехи»	Игра	Вавилова Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать. М., 1983			
Декабрь	1	«Рыбы, птицы, звери»		Шапкова Л.В.			
Декабрь	2	«Послушный мяч»	Игра	Геллер Е.М., И.М. Веселые старты. М., 1978.	С воспитателями	Дистанционная консультация	
Декабрь	3	«Удержи на голове»	Игра	И.И. Подвижные игры детей. М., 1987.			
Декабрь	4	«Запрещенное движение	Игровое упражнение			Очная консультация	
Янв	1	«Канатоходцы»	Игра	Лях В.И. Комплексная пр.по физ. Восп.			

Янв	2	«Паровоз»	Игра	Лечебная физкульт. В.А. Епифанова.			
Янв	3	«Бег по кочкам».	Игра				
Янв	4	«Встречная эстафета».	Эстафета	Белкин А.С. Основы возрастной педагогике	С воспитателем		
Февр	1	«Какой формы, Какого цвета?»	Игра	Максименко А.М. Теория и методика физической культуры			
Февр	2	«Запрещенный цвет»	Игра			Информационный стенд.	
февр	3	«Что он еще делает?»	Игра	Ермолаев О.Ю. практическое пособие по ф.к.	С воспитателем		
Февр	4	«Таинственный мешок»	Игра	Картотека № 5		Обучение коррекционным играм и упражнениям	
Март	1	«Шмель»	Игра	http://ru.wikipedia.org /wiki/ ЛФК.	С воспитателем		
Март	2	«Ловкая пара»	Игра	Картотека № 7			
Март	3	«Три стихии. Земля. Вода. Воздух»	Игра	Баевский Р.М. Оценка адаптационных возм.орг.	С восп.		
Март	4	«Пуговицы»	Игра		С восп.		
Апр	1	«Замок»	Игровое упр	Картотека № 4			
Апр	2	«Догони колокольчик»	Игра				
Апр	3	«Солнышко»	Игра с мячами для тенниса	Картотека № 5			
Апр	4	«Бездомный щенок»	Игра	Алехина С.В.,	С восп.		

Май	1	«Нас не слышно и не видно»	Игра		С восп.		
Май	2	«Дерево, куст, ручей, тропинка»	Игра	Ананьев И.В			
Май	3	«Повтори – не ошибись»	Игровое упр.				
Май	4	«Ласковое имя»	Игра	Шеманова. М., 2012			

Старший дошкольный возраст

1. Нормотипичные дети с нормативным кризисом развития. Дети, имеющие проблемы с психологическим здоровьем;
2. Дети с особыми образовательными потребностями (ООП) – билингвы, ЧБД, с нарушениями зрения и слуха, ОНР, ОВЗ, ЗПР, РАС, одаренные дети. Дети, имеющие проблемы общения: излишняя чувствительность, потребность в лидерстве.
3. Дети группы риска (неврозы, эмоциональные проблемы, повышенная возбудимость, раздражительность, тревога, проявление фобий, апатия).
4. Дети группы риска имеющие поведенческие проблемы: грубость, агрессия, навязчивые движения, двигательная расторможенность.

Старший возраст							
Месяц	Направл.	Тема	Форма	Источник	Взаим одейств ие с педагогами	Взаимодействие с семьей	Отметка о выполнении
Сент	1	«Пузыри»	Игра	Карт № 7	С восп.	Инд. бесды	
Сент	2	«Любопытный»	Игра	Карт. №5			
Сент	3	«Назови на букву»..	Игра	Карт. № 9	С восп.	Продост. игрового материала.	
Сент	4	«Остров красный – остров синий»	Игра	Карт. № 5			
Окт	1	«Зеркало»	Игра	Карт. № 3	С восп..		

Окт	2	«Фантазеры»	Игра	Горшкова Т.А.		Изготовление буклета с нагл. инф.	
Окт	3	«Мяч соседу»	Игра	Карт.№ 5			
Окт	4	«Дракон»	Игр.упр	Карт.№ 5	С восп.	Вечер полезных игр.	
Ноя.	1	«Ручейки и озера»	Игр.упр.	Карт.№ 6			
Ноя.	2	«Рыбки»	Игра	Денискина В. З. Взаимосвязь дошк. и нач.обр. детей с нар. зрения.	С восп.		
Ноя.	3	«Фруктовый сад»	Игра	Карт.№ 6		Очная беседа	
Ноя.	4	«Ковер самолет»	Игра	Карт.№ 5			
Дек.	1	«Рыболов»		Приходько О.Г	С восп.		
Дек.	2	«Львы и антилопы»	Игра	Карт.№ 4	С восп.		
Дек.	3	«Домики»	Игра	Любимова М.М			
Дек.	4	«Сторож»	Игра	Карт.№ 4	С восп.	Дистанц. Консульт.	
Янв.	1	«Снеговик»	Игр.упр	И.М.Бгажнокова			
Янв	2	«Трамвай»	Игра	Карт.№ 8	С восп.		
Янв	3	«Свое место найди»	Игра	«Особый ребёнок» М. М. Креминской;			
Янв	4	«Надувание пузырей»	Игр.упр.	Компл.№ 1	С восп.		
Февр	1	«Бабочка»	Игра	Л. Н. Ростомашвили;			
Февр	2	«Ласкуша»	Игра	Карт.№ 7	С восп.		
Февр	3	«Картошка, морковка, лук»		Новикова О.О. Шматко Н.Д.			
Февр	4	«Овощи и фрукты»	Игра	Карт.№ 6			
Март	1	«Три медведя»	Игр.упр.	Компл.№ 8	С восп.		
Март	2	«Светофор»	Игра	Компл.№ 5			
Март	3	«Ловкие пальцы»	Игр.упр.	Шипицына Л.М			
Март	4	«Эхо»	Игра	Карт.№8			
Апр	1	«Зоопарк»	Игра	Петрова О.А.	С восп.		
Апр	2	«Запрещенный свет»	Игра	Лёве А.	С восп.		

Апр	3	«Веревочки»	Игр.упр.	Карт.№ 7		Стендовая информация.	
Апр	4	«Ноги выше подними»	Игра	Нагаева Т.И.	С восп.		
Май	1	«Рубиновая шляпа»	Игра	Карт.№ 6	С восп.		
Май	2	«Сбей кегли»	Игра	Парамонова Л. Г.	С восп.		
Май	3	«Солнышко»	Игра	Карт.№ 6			
Май	4	«Волшебный мешочек»	Игра	Тищенко Т.Н.	С восп.	Беседа: время с пользой для ребенка	

Подготовительная к школе группа

1. Нормотипичные дети с нормативным кризисом развития. Дети, имеющие проблемы с психологическим здоровьем;
2. Дети с особыми образовательными потребностями (ООП) – билингвы, ЧБД, с нарушениями зрения и слуха, ОНР, ОВЗ, ЗПР, РАС, одаренные дети. Дети, имеющие проблемы общения: излишняя чувствительность, потребность в лидерстве профилактик плоскостопия и сколиоза.
3. Дети группы риска (неврозы, эмоциональные проблемы, повышенная возбудимость, раздражительность, тревога, проявление фобий, апатия).
4. Дети группы риска имеющие поведенческие проблемы: грубость, агрессия, навязчивые движения, двигательная расторможенность.

Подготовительная группа							
Месяц	Напр ав	Тема	Форма	Источник	Взаимод. с педагогами	Взаимод. с семьей	Дата о в.
Сент	1	«Третий лишний»	Игра	Бабенко Е. А.	С восп.	Очная беседа	
Сент	2	«Зайцы в огороде»	Игра	Федоровская О. М.			
Сент	3	«Ловля обезьян»	Игра	Бабенко Е. А.	С восп.	Оформление стенда	
Сент	4	«Не попадись»	Игра	Пензулаева Л. И.	С восп.		
Окт	1	«Кто скорее»	Игра – эст.	Пензулаева Л. И.		Дист. Консульт.	
Окт	2	«Через ручейки»	Игра - эстафета	Федоровская Щ. М.	С восп.		

Окт	3	«Речка»	Игра	Мастюкова Е. М.	С восп.		
Окт	4	Уздечка	Игровое упр.	Фомина А. И.			
Ноя	1	«Всадники»	Игр.упр.	Раухмаум З.	С восп.	Беседа.	
Ноя	2	«Шарик»	Игр. Упр.	Утробина К. К.			
Ноя	3	«Блошки»	Игра	Мастюкова Е. М.			
Ноя	4	«Возьми – замри»	Игра	Бабенко Е. А.	С восп.		
Дек	1	«Веселые соревнования»	Игра - эстафета	Пензулаева Л. И.		Материал по теме беседы.	
Дек	2	«Тучи и ветер»	Игра	Фролов В. Г.	С восп.		
Дек	3	«Качалка»	Игр.упр	Пензулаева Л. И.			
Дек	4	«Рыбка»	Игр.упр.	Карт.№ 4	С восп.		
Янв	1	«Журавли и лягушки»	Игра	Карт №6			
Янв	2	«Найди свой остров»	Игра	Карт № 7			
Янв	3	«Шляпа»	Игра	Карт № 5	С восп.		
Янв	4	Мяч в обруч	Игровое упр.	Пензулаева Л. И.		Предоставление вариантов игры.	
Февр	1	Елочки	Игр.упр.	Страковская В. Л.	С восп.		
Февр	2	«Уздечка»	Игра	Малыгина Ю. М.	С восп.		
Февр	3	«Мостик через речку»	Игра	Фонарев А. М.			
Фев	4	«Речка»	Игра	Малыгина Ю. М.	С восп.		
Март	1	«Мы веселые ребята»	Игра	Студеникин М. Я.			
Март	2	«Щука в речке»	Игра	Карт № 5			
Март	3	«Палочка-выручалочка»	Игра	Бабенко Е. А.	С восп.		
Март	4	«Стул есть – никак не сесть»	Игра	Фролов В. Г.	С восп.	Совместный досуг «Не навреди, а помоги»	
Апр	1	«Запрещенное движение»	Игровое упр.	Фонарев А. М.		Практикум.	
Апр	2	«Сбей ледышку»	Игра	Юрко Г. П.	С восп.		
Апр	3	Ель, елка, елочка.	Игровое упр.	Пензулаева Л. И.			
Апр	4	«Стройная елочка»	Игра - сказка	Терентьева Н. Н.			

Май	1	«На цветочную поляну»	Игра - сказка	Терентьева Н. Н.	С восп.	Стендовый материал.	
Май	2	«Пузыри»	Игра	Карт № 6			
Май	3	«Бездомный заяц»	Игра	Карт № 6	С восп.		
Май	4	«Пчелы и бабочки»	Игра	Карт №8			

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ.

3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также - форм организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми. Такими организованными формами работы являются: разные виды занятий по физической культуре; физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня; активный отдых (физкультурный досуг, физкультурные праздники, Дни здоровья и др.); самостоятельная двигательная деятельность детей; занятия в семье.

В каждой возрастной группе физкультура проводится 3 раза в неделю в спортивном зале. Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья.

Продолжительность занятия по физической культуре:

младшая группа 50 мин: средняя группа 20 минут: старшая группа 25 минут: 30 мин. - подготовительная к школе группа.

Занятие по физической культуре состоит из трех частей:

Вводная – помогает организовать, собрать и активировать внимание, вызвать у них интерес к занятию, создать бодрое настроение. В нее входит: беседа, построения, перестроения, упражнения в ходьбе, беге.

Основная – в ней формируются двигательные навыки и умения, развиваются физические качества. В нее входит: общеразвивающие упражнения с предметами и без, основные виды движений, подвижная игра.

Заключительная – снижение физической нагрузки, приведение организма ребенка в относительно спокойное состояние, сохранив при этом бодрое настроение, подведение итогов занятия. В нее входит: игра малой подвижности, пальчиковая гимнастика, движения со словами, дыхательная гимнастика, самомассаж, различные виды ходьбы.

Занятие по физической культуре может быть организовано разнообразно:

по традиционной схеме состоящие из набора подвижных игр и игровых заданий большой, средней и малой интенсивности. тренировки в основных видах движений ритмическая гимнастика. соревнования, где дети в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей, зачеты, во время которых дети выполняют диагностические задания

сюжетно – игровые по интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольцо, брос, полоса препятствий, скакалки).

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, проводится спортивные соревнования.

3.1 Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников (занятия по физическому развитию)

Работа по физическому развитию проводится с учётом здоровья детей при постоянном контроле со стороны медицинских работников и в соответствии с требованиями Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. N 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН

1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности (или) безвредности для человека факторов среды обитания"»;

и Постановление, Санитарно-эпидемиологические правила Главного государственного санитарного врача России от 30.06.2020 №№ 16, 3.1/2.4.3598-20 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598- 20 "Санитарно- эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)"

Возрастная группа	Прод-ность одного занятия	Прод-ность частей занятия			Кол-во занятий по в неделю
		Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть	
3-4 года	15 мин	2 мин.	12 мин.	1 мин.	2
4-5 лет	20 мин	3 мин	15 мин	1 мин	2
5-6 лет	25 мин	4 мин.	19 мин.	2 мин.	2
6-7 лет	30 мин	5 мин.	22 мин.	3 мин.	2

3.2.Режим двигательной активности (в случае благоприятной эпидемиологической ситуации) Двигательный режим разработан с учётом действующих санитарно-эпидемиологических правил и нормативов. Двигательный режим обеспечивает, рациональное сочетание различных видов занятий и форм двигательной активности, в котором общая продолжительность двигательной активности составляет не менее 60% от всего времени бодрствования.

№	Содержание	Особенности организации		
1. Физкультурно- оздоровительная деятельность				
1.1.	Утренняя зарядка	2-младшая группа	Средняя группа	Старшая и подготовительная группа
		Ежедневно, длительностью 10 минут		
1.2.	Двигательная разминка	Ежедневно между периодами непрерывной образовательной деятельности (с преобладанием статических поз) не менее 10 минут.		
1.3.	Физкультминутка	Постоянно, по мере необходимости в зависимости от вида и содержания образовательной деятельности. Длительностью от 3-5 минут.		
1.4.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно во время утренней прогулки, подгруппами, подобранными с учётом уровня ДА детей. Длительность 10 минут.	Ежедневно во время утренней прогулки, подгруппами, подобранными с учётом уровня ДА детей. Длительность 15- 20 минут.	Ежедневно во время утренней прогулки, подгруппами, подобранными с учётом уровня ДА детей. Длительность 25-30 минут.
1.5.	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время вечерней прогулки. Длительностью 10 минут.	Ежедневно во время вечерней прогулки. Длительностью 12 минут.	Ежедневно во время вечерней прогулки. Длительностью 12-15 минут.
1.6.	Гимнастика после Дневного сна в сочетании с воздушными ваннами.	Ежедневно, во время пробуждения и подъёма детей. Длительностью от 10 минут.		
2. Занятия				

2.1.	Физическое развитие детей	Три раза в неделю подгруппами, проводятся в первой половине дня (одно на воздухе). Длительностью не более 10 минут.	Три раза в неделю подгруппами проводятся в первой половине дня (одно на воздухе). Длительность не более 15 минут.	Три раза в неделю подгруппами, проводятся в первой половине дня (одно на воздухе). Длительностью не более от 25 до 30 минут.
3. Самостоятельная образовательная деятельность				
3.1.	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей.		
Физкультурно- массовые мероприятия (в случае благоприятной эпидемиологической ситуации)				
4.1.	Неделя здоровья (во время школьных каникул)	Два- три раза в год (последняя неделя квартала)		
4.2.	Физкультурный досуг	1 раз в месяц. Длительностью не более 15 минут.	1-2 раза в месяц. Длительностью 20 минут.	1-2 раза в месяц. Длительностью 40 минут.
4.3.	Физкультурно-спортивные праздники	2-3 раза в год. Длительностью не более 30 минут.	2-3 раза в год. Длительностью не более 40 минут.	2-3 раза в год. Длительностью не более 60 минут.
4.4.	Игры – соревнования между группами	-	1-2 раза в год на воздухе или в зале. Длительностью не более 20 минут.	1-2 раза в год на воздухе или в зале. Длительностью не более 30 минут.
5. Совместная физкультурно- оздоровительная работа ГБДОУ и семьи (в случае благоприятной эпидемиологической ситуации)				
5.1.	Индивидуальные консультации		Определяются инструктором по физической культуре или воспитателем группы.	
5.2.	Физкультурные мероприятия детей совместно с родителями		Согласно Плана работы с родителями. По желанию родителей детей	
5.3.	Участие родителей в физкультурно-оздоровительной работе		Во время подготовки и проведения досугов, праздников, недели здоровья,	

3.3 Комплексная система физкультурно - оздоровительной работы

Разделы и направления работы	Группы	Ответственный й
1.Использование вариативных режимов дня и пребывания в ГБДОУ		
Типовой режим дня по возрастным группам	Все группы	Заведующий Медсестра, Ст. воспитатель
Индивидуальный режим дня		
Коррекция нагрузки		
2. Психологическое сопровождение развития		
Создание психологически комфортного климата в ДОУ	Все группы	Заведующий Ст. воспитатель Воспитатели Врач
Обеспечение педагогами положительной мотивации всех видов детской деятельности		
Личностно- ориентированный стиль взаимодействия педагогов и специалистов с детьми		
Формирование основ коммуникативной деятельности у детей		
Диагностика и коррекция развития		
Медико- педагогическая поддержка ребёнка в адаптационный период		
3. Разнообразные виды организации двигательной активности		
Регламентированная деятельность		
Утренняя зарядка	Все группы	Инструктор по физической медсестра ст. воспитатель
Бодрящая гимнастика		
Занятия по физическому развитию		
Динамические паузы	Кроме групп младшего возраста	
Частично регламентированная деятельность (в случае благоприятной эпидемиологической ситуации)		
Спортивные досуги	Все группы	
Спортивные игры		
Подвижные игры на воздухе и в помещении		Инструктор по физической культуре
Дни здоровья		
Спортивные праздники	Кроме групп Раннего возраста	Медсестра Ст.воспитатель

Нерегламентированная деятельность		
Самостоятельная двигательная деятельность	Все группы	Воспитатели
4.Система работы с детьми по формированию основ здорового образа жизни		
Развитие представлений и навыков здорового образа жизни и поддержания здоровья	Все группы	Воспитатели
Воспитание общих и гигиенических навыков, интересов и любви к физической активности		Инструктор по физической культуре Ст. воспитатель
Формирование основ безопасности жизнедеятельности		
5. Оздоровительное и профилактическое сопровождение		
Режим теплового комфорта в выборе одежды для каждой возрастной группы	Все группы	Воспитатели ст. воспитатель медсестра
Режим проветривания и оптимизации вентиляции во время дневного сна		
Местные и общие воздушные ванны		
Дыхательные комплексы		
Закаливающие		
Световоздушные и солнечные ванны в весенне- летний сезон		
Хождение по мокрым дорожкам		
Водные процедуры-в весенне- летний сезон		
Профилактические		
Профилактика ОРВИ и гриппа	Все группы	
Комплексы профилактики нарушения осанки и плоскостопия		
Профилактика нарушения зрения		
Профилактика кариеса	Все группы	
6. ГБДОУ питания		
Сбалансированное питание в соответствии с действующими нормами	Все группы	медсестра
Щадящий стол	Дети-аллергики	
Формирование культуры здорового питания	Все группы	

Формы закаливания в соответствии с инструкцией и учётом индивидуальных особенностей детей.

Форма закаливания	Закаливающее воздействие	Длительность (мин. в день)			
		3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7/8 лет
Утренняя зарядка (в теплую погоду – на улице)	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Пребывание ребенка в облегченной одежде при комфортной температуре в помещении	Воздушная ванна	Индивидуально			
Подвижные, спортивные игры, физические упражнения и другие виды двигательной активности (в помещении)	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями; босоного хождение с использованием ребристой доски, массажных ковриков, каната и т.п.	До 10 мин	до 15 мин	до 25 мин	до 30 мин
Подвижные, спортивные игры, физические упражнения и другие виды двигательной активности (на улице)	Сочетание световоздушной ванны с физическими упражнениями	до 15 мин	до 20 мин	до 25 мин	До 30мин

3.4 Формы планирования разработанные в ДОУ

В ДОУ введены формы планирования, разработанные педагогическим коллективом в дополнение к календарно-тематическому и утвержденные педагогическими советами :

перспективный план взаимодействия семьями воспитанников, план досуговой деятельности и план взаимодействия с педагогами.

План взаимодействия с родителями воспитанников младший возраст	
Месяц	Содержание
Сентябрь	Выступление на родительских собраниях: «Задачи и содержание воспитательно- образовательной работы по физическому воспитанию». «Адаптация детей в ДОУ» Привлечение родителей к изготовлению флажков для ОРУ своими руками
Октябрь	Привлечение к участию в совместном досуге в д/с «Профилактика гриппа и ОРВ»
Ноябрь	«Двигательная активность в домашних условиях» Индивидуальные консультации.
Декабрь	Фотовыставка для родителей «Мы спортсмены» Индивидуальные консультации
Январь	Семейное фото «Зимние игры и забавы» :«Зимние игры и забавы»
Февраль	Консультация для родителей на тему: «Игры с детьми в помещении», организация совместного досуга в детском саду
Март	Фотовыставка для родителей: «Вот так мы закаляемся!»
Апрель	Индивидуальные и групповые консультации.
Май	ация совместного досуга, индивидуальные консультации и беседы
Июнь	«Плавание как средство закаливания организма». Приглашение на праздник: «День защиты детей». Индивидуальные и групповые консультации.
Июль	«Игры на улице» Индивидуальные и групповые консультации.
август	«Причины детского дорожно-транспортного травматизма»
План взаимодействия с родителями воспитанников средний возраст	
Месяц	Содержание
Сентябрь	Выступление на родительских собраниях: «Задачи и содержание воспитательно- образовательной работы по физическому воспитанию». «Адаптация детей в ДОУ»
Октябрь	Привлечение к участию в совместном досуге в д/с «Профилактика гриппа и коронавирусной инфекции»
Ноябрь	Индивидуальные консультации. «Двигательная активность в домашних условиях»
Декабрь	Фотовыставка для родителей «Мы спортсмены» Индивидуальные консультации
Январь	Семейное фото «Зимние игры и забавы», «Зимние игры и забавы»
Февраль	Консультация для родителей на тему: «Игры с детьми в помещении», организация совместного досуга в детском саду
Март	Фотовыставка для родителей: «Вот так мы закаляемся!»
Апрель	Индивидуальные и групповые консультации.
Май	Организация совместного досуга, и ндивидуальные консультации и беседы

Июнь	«Плавание как средство закаливания организма». Приглашение на праздник: «День защиты детей». Индивидуальные и групповые консультации.
Июль	«Игры на улице» Индивидуальные и групповые консультации.
август	«Причины детского дорожно-транспортного травматизма»
План взаимодействия с родителями воспитанников (старшая группа)	
Месяц	Содержание
Сентябрь	Выступление на родительских собраниях: «Задачи и содержание воспитательно-образовательной работы по физическому воспитанию. Привлечение родителей к изготовлению флажков для ОРУ своими руками
Октябрь	Привлечение к участию в совместном досуге в ДОУ Информация для родителей на информационном стенде: «Как одеть детей для занятий в спортивном зале»
Ноябрь	Индивидуальные консультации по ознакомлению с результатами мониторинга по физическому развитию.
Декабрь	Фотовыставка для родителей «Мы спортсмены» Индивидуальные консультации
Январь	Совместный досуг на свежем воздухе «Зимние игры и забавы» Ширма: «Зимние игры и забавы»
Февраль	Консультация для родителей на тему: «Игры с детьми в помещении», организация совместного досуга в детском саду
Март	Фотовыставка для родителей: «Вот так мы закаляемся!»
Апрель	Досуг «День здоровья»
Май	Рекомендации по спортивным и подвижным играм, которые можно проводить летом вне детского сада, индивидуальные консультации и беседы «Лето без опасностей»
Июнь	Пирма: «Плавание как средство закаливания организма». Приглашение на праздник: «День защиты детей». Индивидуальные и групповые консультации.
Июль	Ширма: «Игры на улице» Индивидуальные и групповые консультации.
август	Ширма: «Причины детского дорожно-транспортного травматизма»
План взаимодействия с родителями воспитанников подготовительной группы	
Месяц	Содержание
Сентябрь	Выступление на родительских собраниях: «Задачи и содержание воспитательно-образовательной работы по физическому воспитанию». Привлечение родителей к изготовлению флажков для ОРУ своими руками
Октябрь	Привлечение к участию в совместном досуге в д/с «Профилактика гриппа и коронавирусной инфекции»
Ноябрь	Индивидуальные консультации. «Двигательная активность в домашних условиях»
Декабрь	Фотовыставка для родителей «Мы спортсмены» Индивидуальные консультации

Январь	Семейное фото «Зимние игры и забавы» «Зимние игры и забавы на свежем воздухе»
Февраль	Консультация для родителей на тему: «Игры с детьми в помещении», организация совместного досуга в детском саду
Март	Фотовыставка для родителей: «Вот так мы закаляемся!»
Апрель	Индивидуальные и групповые консультации.
Май	Организация совместного досуга, индивидуальные консультации
Июнь	Консультация «Плавание как средство закаливания организма». Приглашение на праздник: «День защиты детей». Индивидуальные и групповые консультации.
Июль	«Игры на улице» Индивидуальные и групповые консультации.
август	Ширма: «Причины детского дорожно-транспортного травматизма»

3.5 Обеспеченность материалами и средствами обучения и воспитания

Материально-техническое обеспечение РП по реализации ОО «Физическое развитие»

Для реализации образовательной программы в ДОО в соответствии с ФОП созданы материально-технические условия, обеспечивающие: возможность достижения обучающимися планируемых результатов освоения образовательной программы по физическому развитию; выполнение ДОО требований санитарно-эпидемиологических правил и нормативов для обеспечения безопасного нахождения воспитанников на территории ДОО, в групповых и других помещениях, необходимых для образовательной деятельности, проведения режимных моментов, сна и отдыха; выполнение ДОО требований пожарной безопасности и электробезопасности; выполнение ДОО требований по охране здоровья обучающихся и охране труда работников ДОО;

Среда зала построена с учётом стимулирования физической активности детей, желания двигаться, познавать, побуждает к подвижным играм (см.инфраструктурный лист спортивного зала).

Совместно с воспитателями в каждой возрастной группе создан центр движения. Оснащение центра постоянно сменяется (в соответствии с задачами)

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
Мультимедийное оборудование	1 шт. в методическом кабинете
Презентации и демонстрационные диски	Имеются и обновляются

Методическое обеспечение образовательной деятельности

Образ-ная область,	Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.)
Физическое развитие	Список литературы 1.Л.Д. Глазырина «Физическая культура дошкольникам» (Средний возраст) М.»Владос» 2017 2.Л.Д.Глазырина «Методика физического воспитания детей дошкольного возраста» М.»Владос» 2016 3.Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми» младший, средний , старший , подготовительный возраста М. «Просвещение» 2016 4.Н.Н. Кожухова, Л.А.Рыжкова, М.М. Самодурова «Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях» М. «АСАДЕМА» 2017 5.О.Н.Моргунова «Планы-конспекты НОД с детьми 2-7 лет в ДОУ 2016 6.О.Н.Моргунова «Профилактика плоскостопия и нарушения осанки в ДОУ» Метода Воронеж 2015 7.Н.Н.Кожухова, Л.А.Рыжкова, М.М. Борисова «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста» (Схемы и таблицы) М.»Владос» 2015 8.В.В.Гаврилова «Занимательная физкультура для детей 4-7 лет планирование, конспекты занятий» Волгоград «Учитель» 2017 9.Т.Г.Анисимова, Е.Б.Савинова «Физическое развитие детей 4-7 лет (Планирование, занятия с элементами игры в волейбол, подвижные игры, физкультурные досуги. Волгоград «Учитель» 2017 10.Н.М.Муллаева «Конспекты-сценарии занятий по физической культуре для дошкольников» СПб «Детство-пресс» 2015 11.М.А.Рунова «Двигательная активность ребенка в детском саду» Москва «Мозаика-Синтез» 2016 12.Н.Ч.Железняк, У.Ф. Желобкович «100 комплексов ОРУ для дошкольников с использованием стандартного и нестандартного оборудования»2016 13.К.К.Утробина« Занимательная физкультура в детском саду для детей 3-5 лет» 2017 14.М.Н.Попова «Навстречу друг другу» (методические рекомендации) Ленинградский областной институт развития образования 2016 15.Е.Н.Вавилова «Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость» 2017 Н.И.Николаева «Школа мяча» 2018 16.М.Н.Дедулевич «Играй- не зевай» (подвижные игры с дошкольниками) 2017 17.Е.Г.Сайкина, Ж.Е.Фирилева «Физкульт-привет! Минуткам и паузам» 2016 18.В.Я.Лысова, Т.С.Яковлева «Спортивные праздники и развлечения»(сценарии дошкольный возраст) 2017 19.А.Русаков «Подвижные игры» 2016 20.В.Н.Шебеко, Н.Н.Ермак «Физкультурные праздники в детском саду» 2015 21.М.Ю.Картушина «Сценарии оздоровительных досугов для детей 3-7 лет» 2016 22.М.А.Давыдова «Спортивные мероприятия для дошкольников» (4-7 лет) 2016 23.Т.И.Осокина «Детские подвижные игры народов СССР» 2016

	24.П.П.Буцинская «ОРУ в детском саду» 2016 25.В.В.Нечепуренко «Формирование здорового образа жизни дошкольников» Спб, 2017 26.В.В.Вершинина «Основы психической и физической саморегуляции» 2016 27.С.О.Филиппова «Олимпийское образование дошкольников» 2017 28.Т.А.Шорыгина «Беседы о здоровье» (методическое пособие)» 2016 29.Я.С.Вайбаум «Гигиена физического воспитания» 2015 30.С.А.Пономарев «Растите малыша здоровыми» 2017 31.С.А.Полиевский «Физкультура и закаливание с семье» М. «Медицина» 2016 32.Авдеева Н.Н., Князева Н.Л., СтеркинаР.Г.«Основы безопасности жизнедеятельности детей». 2015 33.Пензулаева Л. И. ФГОС Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4-5 лет). М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ 2017 34.Степаненкова Э. Я ФГОС Сборник подвижных игр (2-7 лет) М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ 2016 35.Князева О.Л., Махнёва М.Д. Приобщение детей к истокам русской народной культуре: Программа. Учебно-методическое пособие. – 2-е изд. – СПб: Детство-Пресс, 1998. Наглядно-дидактические пособия Вохринцева С., Демонстрационный материал для педагогов и родителей Виды спорта. Летние виды спорта Вохринцева С., Демонстрационный материал для педагогов и родителей Виды спорта. Зимние виды спорта Вохринцева С., Окружающий мир. Дидактический материал ЛЕТНИЕ - ВИДЫ СПОРТА, Издательство «Страна Фантазий» Ж.Е.Фирилува, Е. Г.Сайкина «СА-ФИ-ДАНСЕ» Детство Пресс 2016 г. Серия «Мир в картинках»: «Спортивный инвентарь». Серия «Рассказы по картинкам»: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»; «Распорядок дня». Серия «Расскажите детям о...»: «Расскажите детям о зимних видах спорта»; «Расскажите детям об олимпийских играх»; «Расскажите детям об олимпийских чемпионах». Плакаты: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта».
--	---

3.6 Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

СПРАВКА О МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОМ ОБЕСПЕЧЕНИИ спортивного зала:

Образовательная среда в ДОУ предполагает специально созданные условия, такие, которые необходимы для полноценного проживания ребенком дошкольного возраста. Под развивающей предметно-пространственной средой понимают определенное пространство, организационно оформленное и предметно насыщенное, которое обеспечивает активную жизнедеятельность ребенка, становление его субъективной позиции, развитие творческих проявлений всеми доступными, побуждающими к самовыражению средствами. Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр дети должны иметь возможность использовать

игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики. Требования к организации развивающей предметно – пространственной среды.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного пространства, физкультурного (спортивного) оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления здоровья.

Развивающая предметно-пространственная среда должна обеспечивать возможность самостоятельной, совместной со сверстниками деятельности. Должны быть также включены предметы для совместной деятельности детей и взрослых.

Развивающая предметно-пространственная среда должна быть:

Содержательно- насыщенной, развивающей (образовательное пространство должно быть оснащено средствами обучения и воспитания, в том числе техническими, соответствующими игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем, обеспечивающими игровую, познавательную, двигательную активность);

Трансформируемой (возможность изменения предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации и предоставлять достаточное место для двигательной активности);

Полифункциональной (возможность разнообразного использования различных составляющих предметной среды);

Вариативной (наличие разнообразных игр, оборудования и инвентаря, обеспечивающих свободный выбор и активность детей);

Доступной (доступность всех помещений, где осуществляется образовательная деятельность, свободный доступ детей к играм, пособиям, инвентарю, исправность и сохранность оборудования);

Безопасной (соответствие всех элементов среды требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования);

Дидактической (игровые средства могут использоваться как средства обучения детей);

Здоровьесберегающей (элементы развивающей предметно-пространственной среды могут решать задачи по становлению ценностей здорового образа жизни, овладению его элементарными нормами и правилами);

Эстетически-привлекательной.

Оснащение физкультурного зала		
1	Обруч большой (диам.90 см.)	8 шт
2	Обруч большой (диам 95см)	10 шт
3	Обруч малый (диам.50 см.)	30 шт
4	стенка гимнастическая деревянная (высота 270 см, ширина пролета 75 см, ширина рейки 4 см.)	2шт.
5	Щит баскетбольный навесной с корзиной (дл.57 см, ширина 57 см.) диаметр корзины 32 см, сетки 47 см	2шт.
6	Мат гимнастический (дл.200 см.ширина 79 см. высота 6 см)	2шт.
7	Мат гимнастический (дл.100 см. шир 100 см.высота 12 см)	1 шт
8	Батут детский (диаметр 115 см.)	1 шт
9	Скамейка гимнастическое (длина 200 см. ширина 25см,высота 30 см).	4 шт
10	Скамейка гимнастическая (дл.400см. ширина 23 см, высота 32 см._	1 шт
11	Фишки, конусы, стойки	22 шт
12	Мяч средний резиновый (диам 23 см)	15 шт
13	Мяч большой резиновый (диам 35 см)	20 шт
14	Мяч массажный (диам 12 см)	12 шт
15	Мяч набивной (диам 30 см)	4 шт
16	Мяч баскетбольный (диам 28 см)	4 шт
17	Мягкие модули	10 сег
18	Тонель детский	2 шт
19	Кегли	30 шт
20	Набор для спортивных игр	2 шт
21	Валики цветные	6 шт
22	Бадминтон	2 комп
23	Наборы для гольфа	4 шт
24	Ходунки	4 шт
25	Лента гусеница	2 шт
26	Детская сенсорная дорожка (дл 3 м.).	
27	Массажные коврики	3 шт
28	Корзина баскетбольная на стойке	2 шт
29	Палки гимнастические короткие (дл 70 см)	15 шт
30	Палки гимнастические длинные(дл 120 см)	15 шт
31	Клюшки	6 шт
32	Комплект для ПДД	
33	Лента на кольцо короткая	20 шт
34	Лента длинная на кольцо	20 шт
35	Кольцетбросы	2 шт
36	Массажные мячики малые	25 шт
37	Мешки с грузом 150 гр.	25 шт
38	Скакалка короткая	15 шт
39	Скакалка длинная	25 шт
40	Кубики цветные	30 шт
41	Флажки разноцветные	30 шт

42	Гантели с песком	30 шт
43	Дуги средние	4 шт
44	булавы	8 шт
45	канат тонкий	1 шт
46	Канат широкий	1 шт
47	Бревно гимнастическое напольное диам 15 см	1 шт
48	Стойка переносная	4 шт
49	Беговая дорожка (тренажёр)	1 шт
50	Массажная ребристая доска	1 шт
51	Мячи фитбольные (диам 65 см)	4 шт
52	Змейка шагайка	2 шт

IV. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.

4 Аннотация к рабочей программе.

Рабочая программа инструктора по физической культуре является возрастным модулем образовательной программы дошкольного образования государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада 37 Кировского района Санкт-Петербурга», утвержденной приказом 111-АХД 31.08.2023, которая разработана по структуре в соответствии с ФГОС ДО и ФОП ДО, по содержанию на основе образовательной программы дошкольного образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию от 20 мая 2023 протокол от №2/15 и размещенной в реестре примерных основных образовательных программ.

Рабочая программа разработана на период 2025-2026 учебного года и определяет содержание и организацию воспитательно-образовательного процесса, направлена на формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных и личностных качеств, обеспечивающих социальную успешность, сохранение и укрепление здоровья детей. Программа обеспечивает: единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста; основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса; предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми.

Структура и содержание рабочей программы соотносится со структурой и содержанием образовательной программы ДООУ, ориентируясь на конкретную образовательную область «Физическое развитие» (детей 3-7 лет)

Программа состоит из трех основных разделов: «Целевого», «Содержательного», «Организационного» и «Дополнительного».

Целевой раздел включает пояснительную записку, определяет цели и задачи ее реализации; рассматривает значимые для реализации характеристики: возрастные и индивидуальные особенности контингента воспитанников. В целевом разделе представлены условия и методы проведения педагогической диагностики и планируемые результаты освоения Программы воспитанниками ДООУ.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений, содержит характеристику контингента детей группы и информацию о реализуемых парциальных программах и технологиях.

В содержательном разделе приводится комплексно-тематическое планирование для возрастных групп, с которыми проводится работа по физическому развитию; форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом индивидуальных и возрастных особенностей детей, способы и направления поддержки детской инициативы.

В части, формируемой участниками образовательных отношений представлено:

формы перспективного планирования, разработанные в ДОУ;

система взаимодействия с семьями воспитанников;

организация коррекционно-развивающей работы

взаимодействие с социальными партнёрами

В организационном разделе, который, по сути, является частью, формируемой участниками образовательной деятельности представлены:

особенности проектирования образовательной деятельности

перспективное планирование, разработанное в ДОУ;

комплексная система физкультурно-оздоровительной работы;

обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания

особенности организации развивающей предметно-пространственной среды в спортивном зале.

В дополнительном разделе размещено краткое описание рабочей программы педагогов (аннотация).