

УТВЕРЖДАЮ
заведующая _____ Л.П. Чернякова
приказ № 64-ОД от 29.08.2023 г.
принято на Совете педагогов,
протокол № 4 от «29» августа 2023г.

**Рабочая программа
инструктора по физической культуре**

Составитель:

инструктор по физической культуре Крючкова Е.А.

2023 г.

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 36

Рабочая учебная программа образовательной области
«Физическое развитие» на 2023 - 2024 учебный год

Разработано в соответствии с требованиями ФООП ДО

Инструктор по физической культуре:

Крючкова Е.А.

Содержание рабочей программы по физической культуре

Содержание		
№		стр.
Введение		
		2
1.	Целевой раздел	6
1.1.	Пояснительная записка	6
1.1.1.	Цели и задачи реализации рабочей программы по физической культуре.	7
1.1.2.	Принципы разработки рабочей программы по физической культуре.	8
1.2.	Предполагаемые результаты реализации рабочей программы по физической культуре.	9
1.2.1.	Планируемые результаты освоения рабочей программы	9
1.2.2.	Система оценки результатов освоения рабочей программы по физической культуре.	10
2.	Содержательный раздел	11
2.1.	Образовательная деятельность в соответствии с направлением развития ребенка.	11
2.2.	Основные формы работы	22
2.3.	Взаимодействие с педагогическим коллективом	24
2.4.	Взаимодействие с родителями (законными представителями) воспитанников	24
3.	Организационный раздел	27
3.1.	Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка	27
3.2.	Материально-техническое обеспечение рабочей программы	27
3.3.	Кадровые и методическо-информационные ресурсы реализации содержания рабочей программы.	33
3.4.	Финансовые условия реализации рабочей программы.	35
3.5.	Планирование образовательной деятельности в рамках рабочей программы.	36
Литература		

Введение

Нормативно – правовые основы разработки программы	Закон РФ «Об образовании» от 10.07.92 г. №3266-1 (в ред. Федеральных законов от 13.01.96 № 12-ФЗ, от 16.11.97 № 144-ФЗ) -Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.293г.)
Разработчик программы	Инструктор ФИЗО ГБДОУ детский сад №36 Крючкова Елена Александровна
Исполнитель программы	Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №36
Цель программы	Целью программы является формирование умения управлять двигательной деятельностью и овладение ее составными компонентами в дошкольном возрасте.
Основные задачи программы	<p>Оздоровительные задачи:</p> <p>Формировать здоровьесберегающее поведение при использовании двигательных действий;</p> <p>Сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей как психосоматическое единство;</p> <p>Содействовать формированию правильной осанки для создания благоприятных условий, необходимых в работе внутренних органов;</p> <p>Обеспечить пропорциональное развитие различных мышечных групп;</p> <p>Повышать приспособляемость организма к окружающей среде, развивать работоспособность органов и систем;</p> <p>Содействовать закаливанию организма, профилактике простудных заболеваний;</p> <p>Развивать силу и выносливость мышечной, сердечно – сосудистой, дыхательной систем на положительном эмоциональном фоне, используя постепенное увеличение дозировки и темпа выполнения.</p> <p>Образовательные задачи:</p> <p>Формировать круг представлений в области физической культуры;</p> <p>Формировать правильные навыки выполнения основных движений, важных элементов сложных движений;</p> <p>Различать движения по названию: ходьба, бег, прыжки, приседания, поворот и т.д.;</p> <p>Способствовать усвоению общих правил при выполнении двигательных действий (при выполнении различных общеразвивающих упражнений, бросании предметов вдаль, в цель, в прыжках в длину, с места, спрыгиваниях);</p> <p>Содействовать овладению общими правилами принятия правильного исходного положения;</p> <p>Уметь действовать по словесной инструкции взрослого.</p> <p>Обогащение двигательного опыта:</p> <p>Развивать способность передавать в движениях образы знакомых животных и других объектов окружающей действительности, отражая существенные признака;</p>

	<p>Передавать нужные направления движения (вперед, назад, вверх, в стороны, вниз первоначально на уровне простой ориентировки, а затем предэталона);</p> <p>Содействовать пониманию связи величины конечности и амплитуды, темпа выполнения движений;</p> <p>Приучать действовать по плану: приготовить – выполнить;</p> <p>Развивать стремление к достижению стоящей задачи (попасть в корзину, не задеть при подлезании и т.д.);</p> <p>Формировать объективную оценку полученного результата, базируясь на показаниях различных анализаторов;</p> <p>Развивать умение приспосабливать движения к встречающимся препятствиям (перешагнуть, регулируя ширину шага или высоту подъема ноги; ползти, обогнув препятствие и т.д.);</p> <p>Развитие физических качеств и двигательных способностей:</p> <p>Способствовать развития быстроты и адекватности ответной реакции на сигнал, используя вариативность подвижных игр;</p> <p>Развивать у детей ловкость, гибкость, быстроту, а также равновесие и координацию движений;</p> <p>Воспитание личностных качеств</p> <p>Развивать целенаправленность действий, переводить интерес детей с процесса выполнения движения на достижения результата;</p> <p>Поддерживать интерес к двигательной деятельности и желание участвовать в выполнении; физических упражнений по предложению взрослых или по предложению других детей;</p> <p>Развивать двигательную активность в повседневной жизни через использование новых пособий, новых действий со знакомым инвентарем, закрепление успеха в разных действиях;</p> <p>Воспитывать желание действовать в организованных формах работы по физической культуре совместно с другими детьми;</p> <p>Воспитывать интерес к действиям сверстников, привлекая внимание к новизне способов выполнения, к достижению положительного результата;</p> <p>Развивать организационные компетенции, проявлять активность в подготовке условий для выполнения физических упражнений и уборке пособий и инвентаря после занятий;</p> <p>Побуждать к доброжелательному отношению со сверстниками;</p> <p>Прививать потребность в соблюдении установленных правил при выполнении физических упражнений (действовать от обозначенного места; соблюдать очередность, действовать по сигналу, выполнять движения, не сталкиваясь с другими и др.).</p>
Региональный компонент	Осуществлять приобщение к культуре народов России через проведение подвижных игр, эстафет на занятиях, утренней гимнастике, совместных развлечениях с родителями.

Элементы по формированию правильной осанки и по профилактике плоскостопия	<p>Общее укрепление мышечно-связочного аппарата;</p> <p>Создание правильного представления о нормальной установке стоп в положении стоя, сидя, в ходьбе;</p> <p>Формирования навыка правильной походки;</p> <p>Создать благоприятные условия для увеличения подвижности позвоночника;</p> <p>Способствовать правильному взаиморасположению частей тела;</p> <p>Систематически закреплять навык правильной осанки.</p>
Сроки реализации программы	2023 -2024 год.
Ожидаемые результаты программы	<ul style="list-style-type: none"> -Повысить качества физического развития дошкольников -Повысить физическую подготовленность дошкольников через двигательную активность -Повысить формы взаимодействия с воспитателями, родителями, профильными специалистами -Повысить компетентность родителей о здоровом образе жизни ребенка

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка.

Рабочая программа составлена на основе примерной основной образовательной программы дошкольного образовательного учреждения, которая разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (Приказ №1155 Министерства образования и науки от 17 октября 2013 года).

Задача сохранения и укрепления здоровья детей занимает ведущее место в образовательном пространстве, регламентируется в новых федеральных государственных требованиях, где огромное внимание уделяется вопросам здоровья сбережения. Решение этой задачи регламентируется Законом «Об образовании в РФ» от 27 декабря 2012 г. №273, а также указами Президента России "О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения РФ"; "Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в РФ" и другими нормативными документами.

Воспитанники проводят в детском саду значительную часть дня, и сохранение, укрепление их физического, психического здоровья - дело не только семьи, но и педагогов. Здоровье, являясь важнейшей ценностью человека и общества, относится к категории государственных приоритетов, поэтому процесс его сохранения и укрепления вызывает серьёзную озабоченность не только медицинских работников, но и педагогов, психологов и родителей.

В общей системе образовательной работы физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия укрепляется здоровье ребёнка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности.

Нормативно-правовую основу для разработки рабочей программы образовательной области «Физическое развитие» составляют:

1. Образовательная программа дошкольного образовательного учреждения
2. Закон об образовании 2013 - федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"
3. Приказ МОиН РФ «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» от 17 октября 2013 г. №1155
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 г. N 26 "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"

Согласно ФГОС дошкольного образования образовательная область «Физическое развитие» включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей:

двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленной на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость;
способствующих правильному формированию опорно - двигательной системе организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами;
становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек).

1.1.1. Цели и задачи реализации рабочей программы

Оздоровительные задачи:

Формировать здоровьесберегающее поведение при использовании двигательных действий;
Сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей как психосоматическое единство;
Содействовать формированию правильной осанки для создания благоприятных условий, необходимых в работе внутренних органов;
Обеспечить пропорциональное развитие различных мышечных групп;
Повышать приспособляемость организма к окружающей среде, развивать работоспособность органов и систем;
Содействовать закаливанию организма, профилактике простудных заболеваний;
Развивать силу и выносливость мышечной, сердечно – сосудистой, дыхательной систем на положительном эмоциональном фоне, используя постепенное увеличение дозировки и темпа выполнения.

Образовательные задачи:

Формировать круг представлений в области физической культуры;
Формировать правильные навыки выполнения основных движений, важных элементов сложных движений;
Различать движения по названию: ходьба, бег, прыжки, приседания, поворот и т.д.;
Способствовать усвоению общих правил при выполнении двигательных действий (при выполнении различных общеразвивающих упражнений, бросании предметов вдаль, в цель, в прыжках в длину, с места, спрыгиваниях);
Содействовать овладению общими правилами принятия правильного исходного положения;
Уметь действовать по словесной инструкции взрослого.

Обогащение двигательного опыта:

Развивать способность передавать в движениях образы знакомых животных и других объектов окружающей действительности, отражая существенные признаки;
Передавать нужные направления движения (вперед, назад, вверх, в стороны, вниз первоначально на уровне простой ориентировки, а затем предэталоны);

Содействовать пониманию связи величины конечности и амплитуды, темпа выполнения движений;

Приучать действовать по плану: приготовить – выполнить;

Развивать стремление к достижению стоящей задачи (попасть в корзину, не задеть при подлезании и т.д.);

Формировать объективную оценку полученного результата, базируясь на показаниях различных анализаторов;

Развивать умение приспосабливать движения к встречающимся препятствиям (перешагнуть, регулируя ширину шага или высоту подъема ноги; ползти, обогнув препятствие и т.д.);

Развитие физических качеств и двигательных способностей:

Способствовать развития быстроты и адекватности ответной реакции на сигнал, используя вариативность подвижных игр;

Развивать у детей ловкость, гибкость, быстроту, а также равновесие и координацию движений;

Воспитание личностных качеств

Развивать целенаправленность действий, переводить интерес детей с процесса выполнения движения на достижения результата;

Поддерживать интерес к двигательной деятельности и желание участвовать в выполнении; физических упражнений по предложению взрослых или по предложению других детей;

Развивать двигательную активность в повседневной жизни через использование новых пособий, новых действий со знакомым инвентарем, закрепление успеха в разных действиях;

Воспитывать желание действовать в организованных формах работы по физической культуре совместно с другими детьми;

Воспитывать интерес к действиям сверстников, привлекая внимание к новизне способов выполнения, к достижению положительного результата;

Развивать организационные компетенции, проявлять активность в подготовке условий для выполнения физических упражнений и уборке пособий и инвентаря после занятий;

Побуждать к доброжелательному отношению со сверстниками;

Прививать потребность в соблюдении установленных правил при выполнении физических упражнений (действовать от обозначенного места; соблюдать очередность, действовать по сигналу, выполнять движения, не сталкиваясь с другими и др.).

1.1.2. Принципы разработки рабочей программы

Основные компоненты реализации программы	Принципы реализации программы
Задачи реализации программы	Принцип направленности методики программы на решение во взаимосвязи задач индивидуального характера по физическому компоненту и общего развития воспитанника.

Содержание программы	Принципы научной обоснованности и практической применимости мероприятий, направленных на укрепление здоровья дошкольников, с подкреплением вышеизложенного научно-обоснованными и практически апробированными методиками.
Методы реализации программы и соответствующие им средства	Принцип развивающего образования, а также средств оздоровительной работы с детьми в зависимости от задач и содержания совместной организованной образовательной деятельности.
Формы организации	Принцип сочетания различных форм оздоровительной работы с детьми в зависимости от задач, содержания и методов совместной организованной образовательной деятельности.
Условия для организации и проведения	Принцип создания необходимых условий для организации и проведения совместной организованной образовательной деятельности.
Участники	Принцип сознательности и активности в процессе взаимодействия педагогов и родителей в поиске новых эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей.
Интеграция	Принцип комплексности и интеграции через решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности по всем образовательным областям
Результативность	Принцип прочности, осознанности и действенности механизмов оздоровительной деятельности

1.2. Предполагаемые результаты реализации рабочей программы

Планируемые результаты (целевые ориентиры) освоения рабочей программы.

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и произвольность) не позволяет требовать от ребенка дошкольного возраста достижения конкретных образовательных результатов и обуславливает необходимость определения результатов освоения содержания рабочей программы дополнительного образования.

Целевые ориентиры дошкольного образования, представленные в ФГОС ДО, следует рассматривать как социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка. Это ориентир для педагогов и родителей, обозначающий направленность воспитательной деятельности взрослых.

Целевые ориентиры, обозначенные в ФГОС ДО, являются общими для всего образовательного пространства Российской Федерации, однако каждая из рабочих программ имеет свои отличительные особенности, свои приоритеты, целевые ориентиры, которые не противоречат ФГОС ДО, но могут углублять и дополнять его требования.

Таким образом, целевые ориентиры рабочей программы дополнительного образования базируются на ФГОС ДО.

В соответствии с ФГОС ДО, целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей. Освоение содержания рабочей программы дополнительного образования не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников.

Целевой ориентир на этапе завершения освоения содержания секционного курса: у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.

1.2.2. Система оценки результатов освоения рабочей программы по физической культуре

Цикличность:

2 раза в учебный год (сентябрь/май)

Содержание:

№	Содержание рабочей программы дополнительного образования в соответствии с образовательной областью и разделом	Разработчик диагностического инструментария	Примечания
1	2	3	4
	Физическая культура	Полтавцева Н.В., Гордова Н.А., Калинина И.В., Примерова О.И.	Основа диагностического комплекса

Основа: оценка эффективности педагогических действий с целью корректировки дальнейшего планирования.

2. Содержательный раздел

2.1. Образовательная деятельность в соответствии с направлением развития ребенка. Образовательная область «Физическое развитие».

Четвертый год жизни. 2-я младшая группа.

Задачи образовательной деятельности

Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.

Целенаправленно развивать у детей физические качества: скоростно-силовые качества, быстроту реакции на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию координации, общей выносливости, силы, гибкости;

Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя;

Развивать умения самостоятельно правильно умываться, причесываться, пользоваться носовым платком, туалетом, одеваться и раздеваться при незначительной помощи, ухаживать за своими вещами и игрушками

Развивать навыки культурного поведения во время еды, правильно пользоваться ложкой, вилок, салфеткой.

Содержание образовательной деятельности

Двигательная деятельность.

Порядковые упражнения. Построения и перестроения: свободное, врассыпную, в полукруг, в колонну по одному, по два (парами), в круг в колонну, парами, находя свое место в пространстве. Повороты на месте переступанием. Общеразвивающие упражнения. Традиционные двухчастные упражнения общеразвивающие упражнения с одновременными и однонаправленными движениями рук, ног, с сохранением правильного положения тела, с предметами и без предметов в различных положениях (стоя, сидя, лежа). Начало и завершение выполнения упражнений по сигналу; Основные движения. Ходьба. Разные способы ходьбы (обычная, на носках, на месте с высоким подниманием бедра, с заданиями). Ходьба, не опуская головы, не шаркая ногами, согласовывая движения рук и ног. Ходьба «стайкой», в колонне по одному, парами, в разных направлениях, за ведущим по ориентирам; с заданиями: ходьба по кругу, «змейкой», с остановками, с приседанием, с изменением темпа; ходьба между линиями, шнурами, по доске ходьба и бег со сменой темпа и направления. Бег, не опуская головы.

Прыжки. Прыжки в длину с места, в глубину (спрыгивание), одновременно отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь на две ноги; подскоки на месте, с продвижением вперед, из круга в круг, вокруг предметов и между ними. Катание, бросание, метание. Прокатывание мячей, отбивание и ловля мяча кистями рук, не прижимая его к груди; бросание предметов одной и двумя руками в даль, в горизонтальную и вертикальную цели. Лазание по лестнице - стремянке и вертикальной лестнице приставным шагом, перелезание и пролезание через и под предметами, не касаясь руками пола. Музыкально-ритмические упражнения. Спортивные упражнения: катание на трехколесном велосипеде;

ступающий шаг и повороты на месте на лыжах; скольжение по ледяным дорожкам с помощью взрослых. Подвижные игры. Основные правила в подвижных играх.

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами

Элементарные умения и навыки личной гигиены (умывание, одевание, купание, навыки еды, уборки помещения и др.), содействующие поддержанию, укреплению и сохранению здоровья, элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью. Основные алгоритмы выполнения культурно-гигиенических процедур.

Результаты образовательной деятельности

<p>Достижения ребенка («Что нас радует»)</p>	<p>Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей</p>
<p>Ребенок с желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен; при выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, подвижность в суставах, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое; уверенно выполняет задания, действует в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх; проявляет инициативность, с большим</p>	<p>Ребенок малоподвижен, его двигательный опыт беден; неуверенно выполняет большинство упражнений, движения скованные, координация движений низкая (в ходьбе, беге, лазании); затрудняется действовать по указанию воспитателя, согласовывать свои движения с движениями других детей; отстают от общего темпа выполнения упражнений; не испытывает интереса к физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями; не знаком или имеет ограниченные представления о правилах личной</p>
<p>удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре. <input type="checkbox"/> с удовольствием применяет культурно-гигиенические навыки, радуется своей самостоятельности и результату с интересом слушает стихи и потешки о процессах умывания, купания.</p>	<p>гигиены, необходимости соблюдения режима дня, о здоровом образе жизни; <input type="checkbox"/> испытывает затруднения в самостоятельном выполнении процессов умывания, питания, одевания, элементарного ухода за своим внешним видом, в использовании носового платка, постоянно ждет помощи взрослого.</p>

Пятый год жизни. Средняя группа.

Задачи образовательной деятельности

Развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений, соблюдать правила в подвижных играх и контролировать их выполнение, самостоятельно проводить подвижные игры и упражнения, ориентироваться в пространстве, воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений, оценивать движения сверстников и замечать их ошибки.

Целенаправленно развивать скоростно-силовые качества, координацию, общую выносливость, силу, гибкость.

Формировать у детей потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни

Развивать умения самостоятельно и правильно совершать процессы умывания, мытья рук; самостоятельно следить за своим внешним видом; вести себя за столом во время еды; самостоятельно одеваться и раздеваться, ухаживать за своими вещами (вещами личного пользования).

Содержание образовательной деятельности

Порядковые упражнения. Построение в колонну по одному по росту. Перестроения из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего, самостоятельное перестроение в звенья на ходу по зрительным ориентирам. Повороты переступанием в движении и на месте направо, налево и кругом на месте. Общеразвивающие упражнения. Традиционные четырехчастные общеразвивающие упражнения с четким сохранением разных исходных положений в разном темпе (медленном, среднем, быстром), выполнение упражнений с напряжением, с разными предметами с одновременными и поочередными движениями рук и ног, махами, вращениями рук; наклоны вперед, не сгибая ноги в коленях, наклоны (вправо, влево), повороты.

Основные движения: Представления о зависимости хорошего результата в упражнении от правильного выполнения главных элементов техники: в беге — активного толчка и выноса маховой ноги; в прыжках — энергичного толчка и маха руками вперед — вверх; в метании — исходного положения, замаха; в лазании — чередующегося шага при подъеме на гимнастическую стенку одноименным способом.

Подводящие упражнения. Ходьба с сохранением правильной осанки, заданного темпа (быстрого, умеренного, медленного). Бег. Бег с энергичным отталкиванием мягким приземлением и сохранением равновесия. Виды бега: в колонне по одному и парами, соразмеряя свои движения с движениями партнера, «змейкой» между предметами, со сменой ведущего и темпа, между линиями, с высоким подниманием колен; со старта из разных исходных позиций (стоя, стоя на коленях и др.); на скорость (15—20 м, 2—3 раза), в медленном темпе (до 2 мин), со средней скоростью 40—60 м (3—4 раза); челночный бег (5x3=15)), ведение колонны. Бросание, ловля, метание. Ловля мяча с расстояния 1,5 м, отбивание его об пол не менее 5 раз подряд. Правильные исходные положения при метании. Ползание, лазанье. Ползание разными способами; пролезание между рейками лестницы, поставленной боком; ползание с опорой на стопы и ладони по доске, наклонной лестнице, скату; лазание по гимнастической стенке, подъем чередующимся шагом не пропуская реек, перелезание с одного пролета лестницы на другой вправо, влево, не пропуская реек, Прыжки. Прыжки на двух ногах с поворотами кругом, со сменой ног; ноги вместе — ноги врозь; с хлопками над головой, за спиной; прыжки с продвижением вперед), вперед-назад, с поворотами, боком (вправо, влево); прыжки в глубину (спрыгивание с высоты 25 см); прыжки через предметы высотой 5—10 см; прыжки в длину с места; вверх с места (вспрыгивание на высоту 15—20 см.).

Сохранение равновесия после вращений, или в заданных положениях: стоя на одной ноге, на приподнятой поверхности. Подвижные игры: правила; функции водящего. Игры с элементами соревнования. Подвижные игры и игровые упражнения на развитие крупной и мелкой

моторики рук, быстроты реакции, скоростно-силовых качеств, координации, гибкости, равновесия. Спортивные упражнения. Ходьба лыжах — скользящий шаг, повороты на месте, подъемы на гору ступающим шагом и полулочкой, правила надевания и переноса лыж под рукой. Плавание — погружение в воду с головой, попеременные движения ног, игры в воде. Скольжение по ледяным дорожкам на двух ногах самостоятельное. Катание на санках (подъем с санками на горку, скатывание с горки, торможение при спуске; катание на санках друг друга). Катание на двух- и трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, «змейкой», с поворотами. Ритмические движения: танцевальные позиции (исходные положения); элементы народных танцев; разный ритм и темп движений; элементы простейшего перестроения по музыкальному сигналу, ритмичные движения в соответствии с характером и темпом музыки.

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами

Представления об элементарных правилах здорового образа жизни, важности их соблюдения для здоровья человека; о вредных привычках, приводящих к болезням; об опасных и безопасных ситуациях для здоровья, а также как их предупредить. Основные умения и навыки личной гигиены (умывание, одевание, купание, навыки еды, уборки помещения и др.), содействующие поддержанию, укреплению и сохранению здоровья, элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью. Основные алгоритмы выполнения культурно-гигиенических процедур.

Результаты образовательной деятельности

Достижения ребенка («Что нас радует»)	Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей
<p>В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость. Уверенно и активно выполняет основные элементы техники основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, хорошо развита крупная мелкая моторика рук</p> <p>Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности.</p> <p>Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.</p> <p>Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна.</p> <p>Проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности:</p>	<p>Двигательный опыт (объем основных движений) беден. Допускает существенные ошибки в технике движений. Не соблюдает заданный темп и ритм, действует только в сопровождении показа воспитателя. Затрудняется внимательно воспринять показ педагога, самостоятельно выполнить физическое упражнение.</p> <p>Нарушает правила в играх, хотя с интересом в них участвует. Движения недостаточно координированы, быстры, плохо развита крупная и мелкая моторика рук</p> <p>Испытывает затруднения при выполнении скоростно-силовых, силовых упражнений и упражнений, требующих проявления выносливости, гибкости.</p> <p>Интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями нестойкий. Потребность</p>

<p>видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.</p> <p>с интересом стремится узнать о факторах, обеспечивающих здоровье, с удовольствием слушает рассказы и сказки, стихи о здоровом образе жизни, любит рассуждать на эту тему, задает вопросы, делает выводы.</p> <p>может элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания.</p> <p>Стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации.</p> <p>Умеет в угрожающих здоровью ситуациях позвать на помощь взрослого.</p>	<p>в двигательной активности выражена слабо.</p> <p>Не проявляет настойчивость для достижения хорошего результата при выполнении физических упражнений. Не переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.</p> <p>У ребенка наблюдается ситуативный интерес к правилам здорового образа жизни и их выполнению</p> <p>затрудняется ответить на вопрос взрослого, как он себя чувствует, не заболел ли он, что болит.</p> <p>Испытывает затруднения в выполнении процессов личной гигиены.</p> <p>Готов совершать данные действия только при помощи и по инициативе взрослого.</p> <p><input type="checkbox"/> Затрудняется в угрожающих здоровью ситуациях позвать на помощь взрослого.</p>
---	---

Шестой год жизни. Старшая группа.

Задачи образовательной деятельности

Развивать умения осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений);

Развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей

Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях;

Развивать творчества в двигательной деятельности;

Воспитывать у детей стремление самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами;

Развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу.

Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании, развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и здоровьесформирующего поведения,

Развивать самостоятельность детей в выполнении культурногигиенических навыков и жизненно важных привычек здорового образа жизни.

Развивать умения элементарно описывать свое самочувствие и привлекать внимание взрослого в случае недомогания

Содержание образовательной деятельности

Двигательная деятельность

Порядковые упражнения: порядок построения в шеренгу, из шеренги в колонну, в две колонны, в два круга, по диагонали, «змейкой» без ориентиров, способы перестроения в 2 и 3 звена. Сохранение дистанции во время ходьбы и бега. Повороты направо, налево, на месте и в движении на углах. Общеразвивающие упражнения: Четырехчастные, шестичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одновременными последовательным выполнением движений рук и ног, одноименной и разноименной координацией. Освоение возможных направлений и разнаой последовательности действий отдельных частей тела. Способы выполнения общеразвивающих упражнений с различными предметами, тренажерами. Подводящие и подготовительные упражнения. Представление о зависимости хорошего результата в основных движениях от правильной техники выполнения главных элементов: в скоростном беге - выноса голени маховой ноги вперед и энергичного отталкивания, в прыжках с разбега- отталкивания, группировки и приземления, в метании- замаха и броска. Ходьба. Энергичная ходьба с сохранением правильной осанки и равновесия при передвижении по ограниченной площади опоры. Бег. На носках, с высоким подниманием колен, через и между предметами, со сменой темпа. Бег в медленном темпе 350 м по пересеченной местности. Бег в быстром темпе 10 м (3—4 раза), 20—30 м (2—3 раза), челночный бег 3x10 м в медленном темпе (1,5—2 мин). Прыжки. На месте: ноги скрестно — ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге 4—5 м. Прыжки через 5—6 предметов на двух ногах (высота 15—20 см), вспрыгивание на предметы: пеньки, кубики, бревно (высотой до 20 см). Подпрыгивание до предметов, подвешенных на 15—20 см выше поднятой руки. Прыжки в длину с места (80—90 см), в высоту (30—40 см) с разбега 6—8 м; в длину (на 130—150 см) с разбега 8 м. Прыжки в глубину (30—40 см) в указанное место. Прыжки через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад. Бросание, ловля и метание. «Школа мяча» (разнообразные движения с мячами). Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами. Бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4—6 раз подряд. Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5—6 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю). Метание в даль (5-9 м) горизонтальную и вертикальную цели (3,5-4 м) способами прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо. Ползание и лазание. Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 40—50 см). Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом с разноименной координацией движений рук и ног, лазанье ритмичное, с изменением темпа. Лазание по веревочной лестнице, канату, шесту свободным способом. Подвижные игры с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием на развитие физических качеств и закрепление двигательных навыков. Игры-эстафеты. Правила в играх, варианты их изменения, выбора ведущих. Самостоятельное проведение подвижных игр. Спортивные игры *Городки.* Бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5—6 м) и полукона (2—3 м). *Баскетбол.* 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 воспитателем. *Футбол.* 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. Спортивные упражнения: скользящий переменный лыжный ход, скольжение по прямой на коньках, погружение в воду, скольжение в воде на груди и на спине, катание на двухколесном велосипеде и самокате, роликовых коньках.

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни

Признаки здоровья и нездоровья человека, особенности самочувствия, настроения и поведения здорового человека. Правила здорового образа жизни, полезные (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена, занятия физической культурой и спортом) и вредные для здоровья привычки. Особенности правильного поведения при болезни, посильная помощь при уходе за больным родственником дома. Некоторые правила профилактики и охраны здоровья: зрения, слуха, органов дыхания, движения. Представление о собственном здоровье и здоровье сверстников, об элементарной первой помощи при травмах, ушибах, первых признаках недомогания.

Результаты образовательной деятельности

<p>Достижения ребенка («Что нас радует»)</p>	<p>Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей</p>
<p>Двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих упражнений спортивных упражнений); в двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость; в поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании. проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений; имеет представления о некоторых видах спорта</p>	<p>Двигательный опыт ребенка беден (малый объем освоенных основных движений, общеразвивающих и спортивных упражнений); плохо развита крупная и мелкая моторика рук в двигательной деятельности затрудняется проявлять выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость. в поведении слабо выражена потребность в двигательной деятельности; не проявляет интереса к новым физическим упражнениям, избирательности и инициативы при выполнении упражнений. ребенок неуверенно выполняет упражнения. Не замечает ошибок</p>

<p>уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения. Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений; проявляет необходимый самоконтроль и самооценку. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру;</p> <p>мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей.</p> <p>умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения,</p> <p>- готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью).</p>	<p>других детей и собственных. Интересуется простыми подвижными играми, нарушает правила, увлекаясь процессом игры;</p> <p>слабо контролирует способ выполнения упражнений, не обращает внимания на качество движений-не проявляет интереса к проблемам здоровья и соблюдению своем поведении основ здорового образа жизни.</p> <p>Представления о правилах личной гигиены, необходимости соблюдения режима дня, о здоровом образе жизни поверхностные.</p> <p>Испытывает затруднения в самостоятельном выполнении культурно-гигиенических навыков, в уходе за своим внешним видом, вещами и игрушками.</p>
---	---

Седьмой год жизни. Подготовительная группа.

Задачи образовательной деятельности

Развивать умение точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности

Развивать и закреплять двигательные умения и знания правил в спортивных играх и спортивных упражнениях;

Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами;

Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений;

Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно - ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость- координацию движений.

Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Формировать представления о некоторых видах спорта, развивать интерес к физической культуре и спорту

Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей.

Развивать самостоятельность в применении культурно-гигиенических навыков, обогащать представления о гигиенической культуре.

Содержание образовательной деятельности

Двигательная деятельность

Порядковые упражнения. Способы перестроения. Самостоятельное, быстрое и организованное построение и и перестроение во время движения. Перестроение четверками. Общеразвивающие упражнения. Четырехчастные, шестичастные, восьмичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одноименными, разноименные, разнонаправленными, поочередные движениями рук и ног, парные упражнения. Упражнения в парах и подгруппах. Выполнение упражнений активное, точное, выразительное, с должным напряжением, из разных исходных положений в соответствии с музыкальной фразой или указаниями с различными предметами. Упражнения с разными предметами, тренажерами. Основные движения. Соблюдение требований к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазанья по лестнице и канату: в беге — энергичная работа рук; в прыжках — группировка в полете, устойчивое равновесии при приземлении; в метании - энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании — ритмичность при подъеме и спуске. Подводящие и подготовительные упражнения. Ходьба. Разные виды и способы: обычная, гимнастическая, скрестным шагом; выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами. Упражнения в равновесии. Сохранение динамического и статического равновесия в сложных условиях. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; неся мешочек с песком на спине; приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием предметов, приседанием, поворотами кругом, перепрыгиванием ленты.. Ходьба по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком. Стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее; прыгать, продвигаясь вперед на двух ногах по наклонной поверхности. Стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх. Балансировать на большом набивном мяче (вес 3 кг). Кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру. Бег. Сохранение скорости и заданного темпа, направления, равновесия. Через препятствия — высотой 10—15 см, спиной вперед, со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну, из разных стартовых положений (сидя, сидя «по-турецки», лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т. п.). Сочетать бег с ходьбой, прыжками, подлезанием; с преодолением препятствий в естественных условиях. Пробегать 10 м с наименьшим числом шагов. Бегать в спокойном темпе до 2—3 минут. Пробегать 2—4 отрезка по 100—150 м в чередовании с ходьбой. Пробегать в среднем темпе по пересеченной местности до 300 м. Выполнять челночный бег (5x10 м). Пробегать в быстром темпе 10 м 3—4 раза с перерывами. Бегать наперегонки; на скорость — 30 м. Прыжки. Ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления. Подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом; смещая ноги вправо — влево; сериями по 30—40 прыжков 3—4 раза. Прыжки, продвигаясь вперед на 5—6 м; перепрыгивание линии, веревки боком, с зажатым между ног мешочком с песком, с набитым мячом; через 6—8 набивных мячей (вес 1 кг) на месте и с продвижением вперед. Выпрыгивание вверх из глубокого приседа. Подпрыгивание на месте и с разбега с целью достать предмет. Впрыгивать с разбега в три шага на предметы высотой до 40 см, спрыгивать с них. Прыжки в длину с места (не менее 100 см); в длину с разбега (не менее 170—180 см); в высоту с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бег со скакалкой. Прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, перепрыгивание через нее с места, вбегание под вращающуюся скакалку,

перепрыгивание через нее; пробегание под вращающейся скакалкой парами. Прыжки через большой обруч, как через скакалку. Метание. Отбивать, передавать, подбрасывать мячей разного размера разными способами. Метание вдаль и в цель (горизонтальную, вертикальную, кольцеброс и другие) разными способами. Точное поражение цели. Лазанье. Энергичное подтягивание на скамейке различными способами: на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; проползание под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд. Быстрое и ритмичное лазание по наклонной и вертикальной лестнице; по канату (шесту) способом «в три приема». Подвижные игры. Организовать знакомые игры и игру с подгруппой сверстников. Игры-эстафеты. Спортивные игры. Правила спортивных игр. Городки. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит. Баскетбол. Забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении. Контролировать свои действия в соответствии с правилами. Вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы. Футбол. Способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр. Настольный теннис, бадминтон. Правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола. Хоккей. Ведение шайбы клюшкой, забивать в ворота. В подготовительной к школе группе особое значение приобретают подвижные игры и упражнения, позволяющие преодолеть излишнюю медлительность некоторых детей: игры со сменой темпа движений, максимально быстрыми движениями, на развитие внутреннего торможения, запаздывательного торможения. Спортивные упражнения. Ходьба на лыжах. Скользящий попеременный двухшаговый ход на лыжах с палками, подъемы и спуски с горы в низкой и высокой стойке. Катание на коньках. Сохранять равновесие, «стойку конькобежца» во время движения, скольжение и повороты. Катание на самокате. Отталкивание одной ногой. Плавание. скольжение в воде на груди и на спине, погружение в воду. Катание на велосипеде. Езда по прямой, по кругу, «змейкой», уметь тормозить. Катание на санках. Скольжение по ледяным дорожкам. После разбега стоя и присев, на одной ноге, с поворотами. Скольжение с невысокой горки.

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни

Здоровье как жизненная ценность. Правила здорового образа жизни. Некоторые способы сохранения и приумножения здоровья, профилактики болезней, значение закаливания, занятий спортом и физической культурой для укрепления здоровья. Связь между соблюдением норм здорового образа жизни, правил безопасного поведения и физическим и психическим здоровьем человека, его самочувствием, успешностью в деятельности. Некоторые способы оценки собственного здоровья и самочувствия, необходимость внимания и заботы о здоровье и самочувствии близких в семье, чуткости по отношению к взрослым и детям в детском саду. Гигиенические основы организации деятельности (необходимость достаточной освещенности, свежего воздуха, правильной позы, чистоты материалов и инструментов и пр.).

Результаты образовательной деятельности

Достижения ребенка («Что нас радует»)	Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей
---------------------------------------	--

<p>Двигательный опыт ребенка богат; результативно, уверенно, мягко, выразительно с достаточной амплитудой и точно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные).</p> <p>В двигательной деятельности успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость.</p> <p>осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом</p> <p>проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.</p> <p>проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, к самостоятельному удовлетворению потребности в</p>	<p>В двигательной деятельности затрудняется в проявлении быстроты, координации (ловкости), выносливости, силы и гибкости; допускает ошибки в основных элементах сложных физических упражнений.</p> <p>Слабо контролирует выполнение своих движений и движений товарищей, затрудняется в их оценке;</p> <p>допускает нарушение правил в подвижных и спортивных играх, чаще всего в силу недостаточной физической подготовленности;</p> <p>не проявляет стойкого интереса к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательности и инициативы при их выполнении.</p> <p>Ребенок проявляет несамостоятельность в выполнении культурно-гигиенических процессов, (к началу обучения в школе не овладел основными культурно-гигиеническими умениями и навыками).</p> <p>Не имеет привычки к постоянному</p>
--	---

<p>двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта. имеет начальные представления о некоторых видах спорта Имеет представления о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его, Ребенок владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может определять состояние своего здоровья Может оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, приложить холод к ушибу, обратиться за помощью ко взрослому).</p>	<p>использованию культурногигиенических навыков без напоминания взрослого. Проявляет равнодушие по отношению к больному близкому человеку в семье, к заболевшему сверстнику.</p>
--	--

2.2. Основные формы работы

Формы организации	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
<i>1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада</i>				
1.1. Утренняя гимнастика	Ежедневно 6 - 8 минут	Ежедневно 8 - 10 минут	Ежедневно 10 - 12 минут	Ежедневно 12 - 15 минут
1.2. Физкультминутки	Ежедневно по мере необходимости (до 3-х минут)			
1.3. Игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 6 - 10 минут	Ежедневно 10 - 15 минут	Ежедневно 15 - 20 минут	Ежедневно 20-30 минут
1.4. Закаливающие процедуры	Ежедневно после дневного сна			
1.5 Дыхательная гимнастика	Ежедневно после дневного сна			

1.6.Плавание (бассейн при)	-	-	-	1 раза в неделю 25-30 минут
2. Физкультурные занятия				
2.1 Физкультурные занятия в спортивном зале	3 раза в неделю по 15 минут	3 раза в неделю по 20 минут	2 раза в неделю по 25 минут	2 раза в неделю по 30 минут
2.3 Физкультурные занятия на свежем воздухе			1 раз в неделю 25 минут	1 раз в неделю 30 минут
3. Спортивный досуг				
3.1 Самостоятельная двигательная деятельность ребенка	Ежедневно под руководством воспитателя (продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями ежедневно)			
3.2 Спортивные праздники	-	2 раз в год	2 раза в год	2 раза в год
3.3 Физкультурные досуги и развлечения	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц
3.4 Дни здоровья	1 раз в год	1 раз в год	1 раз в год	1 раз в год

При работе используются следующие методы и приемы обучения:

Наглядные:

- наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физкультурного оборудования, зрительные ориентиры);

- тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора);

Словесные:

- объяснения, пояснения, указания;

- подача команд, распоряжений, сигналов;

- вопросы к детям и поиск ответов;

- образный сюжетный рассказ, беседа;

- словесная инструкция.
- слушание музыкальных произведений;

Практические:

- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- выполнение упражнений в игровой форме;
- выполнение упражнений в соревновательной форме;
- самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.

2.3. Взаимодействие с педагогически коллективом

<i>Формы работы</i>	<i>Кратность</i>	<i>Содержание</i>
Консультации	1 раз в месяц	1.Из истории футбола 2. Мячи бывают разные. 3.Волейбол детям. 4. Баскетбол - дошкольникам. 5. Настольный теннис-это интересно! 6. Индивидуальный подход к детям на специальных занятиях. 7. Мячи – массажеры
Презентация	1 раз в год в конце учебного года	Работа секции «Мяч-моя любимая игрушка»
Совет педагогов	1 раз в год	«Развитие речи и игры с мячом, в чем взаимосвязь?»

2.4. Взаимодействие с родителями (законными представителями)

Задачи:

- 1) формирование психолого-педагогических знаний родителей;
- 2) приобщение родителей к участию в жизни ДОУ;
- 3) оказание помощи семьям воспитанников в развитии, воспитании и обучении детей;
- 4) изучение и пропаганда лучшего семейного опыта.

Система взаимодействия с родителями включает:

ознакомление родителей с результатами работы ДОО на общих родительских собраниях, анализом участия родительской общественности в жизни ДОО;

ознакомление родителей с содержанием работы ДОО, направленной на физическое, психическое и социальное развитие ребенка; целенаправленную работу, пропагандирующую общественное дошкольное воспитание в его разных формах;

обучение конкретным приемам и методам воспитания и развития ребенка в разных видах детской деятельности на семинарах-практикумах, консультациях и открытых занятиях.

Взаимодействия ДОО с родителями

-Участие родителей в управлении ДОО взаимодействия ДОО с родителями

-Наглядно-информационный блок: (стенды; папки-передвижки; выставки; дни открытых дверей; выпуск газеты «Детский сад - весёлая страна»; местное телевидение, тематические выставки; памятки, буклеты для родителей; открытые просмотры совместной деятельности; экскурсии по ДОО; фотовыставки, информационный материал на сайте детского сада nest.1class.ru).

-Информационно-аналитический блок (анкетирование; беседы, опросы; наблюдения; интервьюирование).

Формы взаимодействия с родителями

Консультации; беседы; родительские гостиные; семинары-практикумы; педагогические гостиные;

игровые тренинги; семейные клубы; библиотека для родителей; создание совместных проектов; страничка для родителей на сайте ДОО; практикумы, творческие мастерские.

-Досуговый блок – (праздники, развлечения; конкурсы, викторины, выставки; Дни Здоровья).

Индивидуальная работа с детьми

Процесс психофизического развития у каждого ребенка имеет свои особенности. Он оказывает влияние на усвоение навыков и умений, на отношение ребенка к окружающему миру. Именно поэтому обучение и воспитание детей должно основываться на принципе индивидуального подхода, который обеспечивает максимальное развитие всех способностей. Эффективность воспитательного и педагогического воздействия определяется не только объективными, но и субъективными особенностями личности, поэтому оно должно соответствовать психологическим и физическим особенностям ребенка.

<i>Содержание работы</i>	<i>Кратность</i>	<i>Состав детей</i>
В соответствии с перспективно-тематическим планом работы	2 раза в неделю	1. Дети, не посещающие СООД ввиду болезни. 2. Дети с высоким уровнем двигательной активности (гиперактивные). 3. Дети с низким уровнем двигательной активности (медлительные, застенчивые).

Отчетная демонстрационная деятельность

<i>Организационные формы</i>	<i>Ответственный</i>	<i>Сроки</i>	<i>Кратность</i>
«Весёлые старты» для подг. гр 2 корпусов.	Инструкторы по физической культуре	Март-апрель	1 раз в год

Совместная организованная образовательная деятельность с детьми –

специально организованная воспитателем специфическая детская деятельность, подразумевающая их активность, деловое взаимодействие и общение, накопление детьми определенной информации об окружающем мире, формирование определенных знаний, умений и навыков

Диагностические мероприятия

3. Организационный раздел.

3.1. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие

- 1) уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;
- 2) использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);
- 3) построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
- 4) поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;
- 5) поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;
- 6) возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;

3.2. Материально-техническое обеспечение программы

В физкультурном и физкультурно-музыкальном залах расположена большая часть физкультурного оборудования. Эффективность использования оборудования значительно повышается при рациональном его размещении. Расстановка разных предметов оборудования зависит от их габаритов и предназначения. Гимнастическая стенка устанавливается стационарно, прочно крепится к стене. Крупные предметы оборудования (гимнастические скамейки, бумы, кубы и т. д.) размещаются вдоль стен помещения.

Для досок, лестниц с зацепами предусматривается место, где они могут быть подвешены или положены таким образом, чтобы не мешать детям проявлять свою двигательную активность.

Мелкое физкультурное оборудование (мячи, кольца, мешочки с грузом, кубики, и т. д.) целесообразно хранить в секционных шкафах, на специальных полках, стеллажах, в выдвижных ящиках, расположенных также вдоль стен физкультурного зала. Обручи, шнуры, скакалки лучше всего разместить на стенах в разных местах зала на специальных крюках. Для растягивания сеток (для игр с мячом), натягивания шнуров, резинок (для подвешивания мелких предметов, для подлезания, перепрыгивания) используются стойки.

Оборудование должно быть расположено таким образом, чтобы дети могли свободно подходить к нему и самостоятельно им пользоваться. Середину зала желательно всегда оставлять свободной для проведения подвижных игр и упражнений с использованием разных пособий.

Перечень оборудования

Спортивного зала

<i>№</i>	<i>Наименование</i>	<i>Кол-во</i>
	<i>Мешочки для метания</i>	<i>20 шт.</i>
	<i>Корзина пластиковая</i>	<i>4 шт.</i>

Кубы	4 шт.
Обручи разного диаметра	30 шт.
Скамейка	6 шт.
Мат	1 шт.
Мячи разные	40 шт.
Дуги	4 шт.
Стенка гимнастическая	1 шт.
Скакалки	25 шт.
Кольца баскетбольные	2 шт.
Кольцерброс	3 шт.
Погремушки	28 шт.
Мячи резиновые разного размера	50 шт.
Стойки	2 шт.
Палки деревянные спортивные	20 шт.
Кубики пластиковые	25 шт.
Ребристая доска	1 шт.

Оборудования спортивного зала

<i>Тип оборудования</i>	<i>Наименование</i>	<i>Размеры, масса</i>	<i>фактическое количество</i>
<i>Для ходьбы, бега, равновесия</i>	<i>Доска с ребристой поверхностью</i>	<i>Длина 150 см Ширина 20 см Высота 3 см</i>	<i>1</i>
	<i>Коврик массажный</i>	<i>75 x 70 см</i>	<i>1</i>
	<i>Куб деревянный малый</i>	<i>Ребро 20 см</i>	<i>4</i>
	<i>Скамейка гимнастическая</i>	<i>Длина 200-300 см Ширина 24 см Высота 25, 30, 40 см</i>	<i>4</i>
<i>Для прыжков</i>	<i>Мат детский</i>	<i>Диаметр 100-120 см</i>	<i>1</i>
	<i>Конус с отверстиями</i>		<i>2</i>
	<i>Скакалка короткая</i>	<i>Длина 120-150 см</i>	<i>20</i>

Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		4	
	Мешочки	Масса 200 г/ 400г	20	
	Мяч средний	10-12 см	20	
	Мяч утяжеленный (набивной)	Масса 0,5 кг, 1,0 кг	2	
	Мяч для массажа (малый, средний)	Диаметр 6-7 см, 10 см	20	
Для ползания и лазанья	Дуга большая	Высота 50 см, Ширина 50 см	1	
	Дуга малая	Высота 30-40 см, Ширина 50 см	3	
	Стенка гимнастическая деревянная	Высота 270 см Ширина пролета 75, 80, 90 см	1	
Для общеразвивающих упражнений	Кольцо плоское	Диаметр 18 см	22	
	Лента короткая	Длина 50-60 см	30	
	Мяч малый	6-8 см	20	
	Обручи	Диаметр 60 см	25	
	Палка Гимнастическая короткая	Длина 75-80 см	20	
Формы организации	Младший возраст	Средний возраст	Старший возраст	Подготовительная к школе группа
образовательная деятельность	3 раза в неделю (15 минут)	3 раза в неделю (20 минут)	3 раза в неделю (25 минут)	3 раза в неделю (30 минут)
Утренняя гимнастика	6 – 8 минут	8 - 10 минут	10 - 12 минут	12 - 15 минут

Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	15 минут	20 минут	25 минут	30 минут
Гимнастика после дневного сна	5-10 минут			
Спортивные развлечения, досуги	20 минут 1 раз в месяц	20 минут 1 раз в месяц	25 минут 1 раз в месяц	30 минут 1 раз в месяц

Режим дня. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий.

Организация двигательного режима в разновозрастных группах

Режим двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) В зависимости от возраста детей			
		3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Образовательная деятельность. Физическое развитие	а) в помещении	3 раза в неделю 15	3 раза в неделю 20	2 раза в неделю 25	2 раза в неделю 30
	б) на улице			1 раз в неделю 25	1 раз в неделю 30
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 6 -8 мин	Ежедневно 8 – 10 мин	Ежедневно 10 – 12 мин	Ежедневно 12 – 15 мин

	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30
	в) физкульт-минутки (в середине статической образоваельной деятельности), физкультминутки и динамические пузы	ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в месяц 15	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 25	1 раз в месяц 30
	б) физкультурный праздник	-	2 раза в год	2 раза в год	2 раза в год
	в) день здоровья	1 раз в год			
Самостоятельная двигательная деятельность	а) самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.

Под понятием среды подразумевается окружающая обстановка природного, социально-бытового или культурно-эстетического характера. Это условия существования человека, его жизненное пространство. Среда может приобретать специально проектируемую направленность, и в этом случае о ней говорят как о важном факторе формирования личности в образовательной среде.

Образовательная среда в детском саду предполагает специально созданные условия, такие, которые необходимы для полноценного проживания ребенком дошкольного детства. Под предметно-развивающей средой понимают определенное пространство, организационно оформленное и предметно насыщенное, приспособленное для удовлетворения потребностей ребенка в познании, общении, труде, физическом и духовном развитии в целом. Современное понимание предметно-пространственной среды включает в себя обеспечение активной жизнедеятельности ребенка, становления его субъектной позиции, развития творческих проявлений всеми доступными, побуждающими к самовыражению средствами.

Основные требования к организации среды

БГДОУ детском саду №36 не предъявляет каких-то особых специальных требований к оснащению развивающей предметно-пространственной среды помимо требований, обозначенных в ФГОС ДО, Программа инструктора по физической культуре реализуется с использованием оснащения, которое уже имеется в дошкольной организации, главное, соблюдать требования ФГОС ДО и принципы организации пространства, обозначенные в программе.

Развивающая предметно-пространственная среда спортивного зала должна быть:

- содержательно -насыщенной, развивающей;
- трансформируемой;
- полифункциональной;
- вариативной;
- доступной;
- безопасной;
- здоровьесберегающей;
- эстетически-привлекательной.

Основные принципы организации среды

Оборудование спортивного зала должно быть безопасным, здоровьесберегающим, эстетически привлекательным и развивающим. Мебель соответствовать росту и возрасту детей, игрушки — обеспечивать максимальный для данного возраста развивающий эффект.

Развивающая предметно-пространственная среда должна быть насыщенной, пригодной для совместной деятельности взрослого и ребенка и самостоятельной деятельности детей, отвечающей потребностям детского возраста.

Пространство спортивного зала организуется в виде разграниченных зон, оснащенных большим количеством развивающего спортивного оборудования, которое должно быть безопасным и доступны детям. Оснащение уголков меняться в соответствии с тематическим

планированием образовательного процесса. Развивающая предметно-пространственная среда спортивного зала должна выступать как динамичное пространство, подвижное и легко изменяемое.

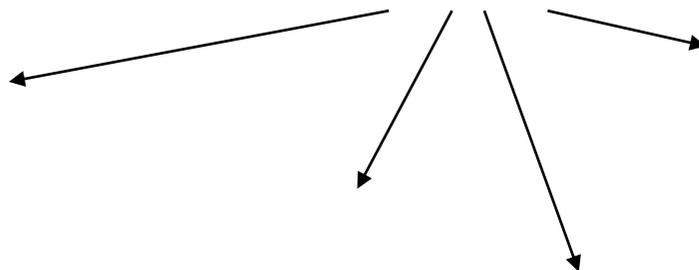
3.3. Кадровые и методическо-информационные ресурсы реализации содержания программы по физической культуре.

Специалист ГБДОУ №36	Функция	Область решения поставленных задач
<i>Заведующий Л.П. Чернякова</i>	Управленческая	Разработка и внедрение комплексной системы управления по оздоровлению детей. Создание нормативно – правовой базы. Создание материальной базы.
<i>Заместитель заведующей по УВР И.М. Селяева</i>	Контрольно- кураторская	Разработка методических рекомендаций по проведению с детьми совместной организованной образовательной деятельности с использованием тренажеров. Ознакомление педагогического коллектива с методическими рекомендациями. Осуществление контроля за полнотой и качеством реализации методического комплекса
<i>Врач</i>	Диагностико- аналитическая	Анализ состояния здоровья детей. Разработка медицинских рекомендаций. Проведение профилактической работы. Проведение консультативных мероприятий по оформлению паспорта здоровья детей.
<i>Медсестра</i>	Контрольно- консультативная	Осуществление контроля за санитарным состоянием помещения (согласно СанПиН). Осуществление контроля над самочувствием детей во время совместной организованной образовательной деятельности с использованием тренажеров. Определение плотности совместной организованной образовательной деятельности с использованием тренажеров. Проведение консультативных мероприятий по оформлению паспорта здоровья детей.

<i>Инструктор по физической культуре Е.А. Крючкова</i>	Реализующая	<p>Подбор специальных упражнений. Внедрение методических рекомендаций в работу. Проведение мониторинг - исследований. Проведение совместной организованной образовательной деятельности с использованием тренажеров. Осуществление необходимой страховки во время совместной организованной образовательной деятельности с использованием тренажеров.</p>
<i>Воспитатели</i>	Вспомогательная	<p>Оформление паспорта здоровья детей. Работа с родителями по данному вопросу. Осуществление необходимой страховки во время совместной организованной образовательной деятельности с использованием тренажеров.</p>
<i>Музыкальный руководитель</i>	Вспомогательная	<p>Осуществление подбора музыкального сопровождения к совместной организованной образовательной деятельности с использованием тренажеров.</p>



Методическо – информационные ресурсы:



3.4. Финансовые условия реализации рабочей программы

Финансовые условия реализации рабочей программы соответствуют требованиям ФГОС ДО (далее — Стандарт). Финансовое обеспечение государственных гарантий на получение гражданами общедоступного и бесплатного дошкольного образования за счет средств соответствующих бюджетов бюджетной системы Российской Федерации в государственных, муниципальных и частных организациях осуществляется на основе нормативов обеспечения государственных гарантий реализации прав на получение общедоступного и бесплатного дошкольного образования, определяемых органами государственной власти субъектов Российской Федерации, обеспечивающих реализацию рабочей программы по физической культуре в соответствии со Стандартом (п. 3.6.1.).

Примерный расчет нормативных затрат оказания государственных услуг по реализации Основной образовательной программы муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 224 «Семицветик» составляется на основании «Письма Министерства образования и науки РФ от 01.02.2013 N 081408 «О направлении методических рекомендаций по реализации полномочий органов государственной власти субъектов Российской Федерации по финансовому обеспечению оказания государственных и муниципальных услуг в сфере дошкольного образования».

3.5. Планирование образовательной деятельности в рабочей программе по физической культуре

2 младшая группа

Сентябрь

Тема	Здравствуй детский сад	Игрушки	Я и моя семья	Мой дом
Задачи	Познакомить детей с ходьбой по краям площадки, энергично двигая руками; закрепить умение прыгать на двух ногах легко, приземляться на полусогнутые ноги на носки, перекатом на всю стопу; упражнять в правильном захвате большого мяча при бросании; закреплять умение передвигаться на ладонях и коленях			
№ занятия	1 - 2	3 - 4	5 - 6	7 - 8
1 часть	Ходьба друг за другом по краю площадки, бег друг за другом и врассыпную			
2 часть	ОРУ без предметов	ОРУ без предметов	ОРУ с погремушками/ без	ОРУ без предметов/ с

			предметов	платочками
	ОВД : Ползание на ладонях и коленях на противоположную сторону зала, упражнение «поймай комарика» / «потянись»	ОВД: 1.Подпрыгивание на месте на двух ногах «зайцы и волк» 2.Ползание на ладонях и коленях в ворота	ОВД: 1.Действия с мячом: захват, поднимание вверх и опускание, бросание, бег за мячом 2.Подпрыгивание на двух ногах на месте «Зайка серенький сидит»	ОВД: 1.Бросание большого мяча вдаль двумя руками снизу 2.Подпрыгивание на месте на двух ногах
	П/и «Солнышко и дождик» / «Автомобили»	П/и «Автомобили» / «Воробушки и автомобили»	П/и «Кролики и хозяин»	П/и «Кролики»
3 часть	Пальчиковая гимнастика	Пальчиковая гимнастика	Ходьба – игра «Найди мышку» / пальчиковая гимнастика	Игра «Угадай, кто кричит» / пальчиковая гимнастика

Октябрь

Тема	Мой дом	Осень. Растительный и животный мир. Сезонные изменения	Осень. Растительный и животный мир. Сезонные изменения	Осень. Растительный и животный мир. Сезонные изменения
Задачи	Закрепить умение принимать и.п. при спрыгивании со скамьи, приземляться на носки перекатом на всю стопу; упражнять в ползании по доске.			
№ занятия	9 - 10	11 - 12	13 - 14	15 - 16
1 часть	Ходьба на носках, пятках, в разном направлении, между предметами «змейкой», бег между предметами, враспынную, с остановкой по сигналу			
2 часть	ОРУ с платочками / без предметов	ОРУ без предметов / с кубиками	ОРУ без предметов / с большим мячом	ОРУ без предметов
	ОВД: 1.Ползание п доске на ладонях и коленях 2.Бросание большого мяча вдаль двумя руками снизу	ОВД: 1.Прыжки на двух ногах с продвижением вперед 2.Перебрасывание большого мяча через ручей шириной 2м «поможем	ОВД: 1.Позание между мячами, расстояние между мячами 60 см 2.Катание большого мяча 3.Спрыгивание со скамьи	ОВД: 1.Спрыгивание со скамьи высотой 15см.

		зайцу»	высотой 15см.	
	П/и «Зайцы и волк» / «Автомобили»	П/и «Автомобили» / «Зайцы и волк»	П/и «Зайцы и волк» / «Автомобили»	П/и «Автомобили»
3 часть	Пальчиковая гимнастика	Игра «Надуем шар»	Пальчиковая гимнастика	Игра «Пузырь»

Ноябрь

Тема	Мой город	Моя страна	Транспорт	Зима. Растительный и животный мир. Сезонные изменения
Задачи	Закрепить умение подлезать на ладонях и коленях, не задевая дугу; отталкиваться вперед – вверх (сила толчка). Приучать энергично прокатывать большой мяч в прямом направлении.			
№ занятия	17 - 18	19 - 20	21 - 22	23 - 24
1 часть	Ходьба в колонне, в рассыпную, с высоким подниманием ног, парами. Бег в колонне, парами, в рассыпную.			
2 часть	ОРУ без предметов	ОРУ без предметов	ОРУ без предметов	ОРУ с большим мячом / без предметов
	ОВД: 1.Перестроение в колонну по росту 2. Прокатывание большого мяча в определенном направлении, бросок большого мяча (и.п.)	ОВД: 1.Подлезание на ладонях и коленях под шнур (h 50см), не задевая его (положение головы). 2.Ходьба с высоким подниманием ног, следить за осанкой.	ОВД: 1.Прокатывание большой мяч в заданном направлении. 2.Подлезание под шнур на ладонях и коленях, не задевая его.	ОВД: 1.Подлезание на ладонях и коленях под шнур, не задевая его. 2.Прыжки (отталкиваться вперед – вверх (сила толчка)).
	П/и «Воробушки и кот» / «Зайцы и волк»	П/и «Солнышко и дождик» / «Куры в огороде»	П/и «Зайцы и волк»	П/и «Кролики» / «Автомобили»
3 часть	Игра «Где спрятался мышонок» / «Угадай, кто кричит»	Ходьба «На парад»	Ходьба «Едем в поезде»	Ходьба через сугробы

Декабрь

Тема	Зима. Растительный и животный мир. Сезонные изменения	Зима. Растительный и животный мир. Сезонные изменения	Новый год!	Новый год!
Задачи	Упражнять в выполнении лазания по гимнастической стенке. Развивать умение правильно спрыгивать со			

	скамьи.			
№ занятия	25 - 26	27 - 28	29 - 30	31 - 32
1 часть	Ходьба с высоким подниманием ног, через гимнастические палки; ходьба и прыжки из обруча в обруч; бег с высоким подниманием ног.			
2 часть	ОРУ с платочками / без предметов	ОРУ без предметов	ОРУ без предметов	ОРУ без предметов
	ОВД: 1.Прокатывание мяча плавно, сочетая замах с отталкиванием. 2.Подлезании на ладонях и коленях под шнур	ОВД: 1.Сохранение равновесия при перешагивании через гимнастические палки. 2.Прокатывание мяча плавно, сочетая небольшой замах с броском.	ОВД: 1.Лазание по гимнастической стене.	ОВД: 1.Лазание по гимнастической стенке. 2.Спрыгивание со скамьи.
	П/и «Самолет» / «Воробушки и кот»	П/и «Воробушки и кот» / «Зайцы и волк»	П/и «Бегите ко мне»	П/и «Найди свой цвет»
3 часть	Ходьба с изображением повадок животных	Ходьба с изображением повадок животных	Ходьба с флажками	Ходьба с флажками

Январь

Тема	-	-	Зимние забавы детей	Зимние забавы детей
Задачи	Учить выполнять прыжки на месте на двух ногах в указанном темпе. Закрепить умение принимать и.п. при броске мешочка одной рукой снизу.			
№ занятия			33 - 34	35 - 36
1 часть	Ходьба, подлезание, бег между мешочками; прыжки на двух ногах с продвижением вперед; перестроение парами.			
2 часть			ОРУ без предметов	ОРУ с мешочками/ с платочками
			ОВД: 1.Упражнение «Воробьи и голуби» (лазание) 2.Спрыгивание со скамьи	ОВД: 1.Бросание мешочка одной рукой снизу 2.Прыжки на месте на двух ногах в указанном темпе

			П/и «Кролики»	П/и «Мой веселый звонкий мяч»
3 часть			Ходьба по кругу, взявшись за руки	Игра «Кто тише»

Февраль

Тема	Народное творчество	Народное творчество	Наши защитники	Мамы всякие важны, мамы всякие нужны!
Задачи	Упражнять в прыжках в длину с места; ловить мяч после отскока; подлезание на ступнях без помощи рук; метание мешочка в горизонтальную цель.			
№ занятия	37 - 38	39 - 40	41 - 42	43 - 44
1 часть	Ходьба с высоким подниманием ног, на коленях, с выполнением заданий; ползание на ладонях и коленях, на ладонях и ступнях; бег в рассыпную			
2 часть	ОРУ без предметов / с платочками	ОРУ с мешочками	ОРУ без предметов / с флажками	ОРУ с флажками
	ОВД: 1.Пролезание на ладонях и коленях в обруч 2.Спрыгивание со скамьи	ОВД: 1.Спрыгивание со скамьи 2.Метание мешочка в горизонтальную цель	ОВД: 1.Подлезание на ступнях без помощи рук	ОВД: 1.Прыжки в длину с места 2.Ловля мяча после отскока
	П/и «Лохматый пес»	П/и «Воробушки и голуби»	П/и «Воробушки и кот»	П/и «Кот и мыши»
3 часть	Игра «Пройди тихо»	Ходьба	Ходьба	Ходьба

Март

Тема	Мамы всякие важны, мамы всякие нужны!	Мамы всякие важны, мамы всякие нужны!	Весна. Растительный и животный мир. Сезонные изменения	Весна. Растительный и животный мир. Сезонные изменения
Задачи	Упражнять в метании мешочка от плеча одной рукой; в прыжках в длину с места. Закрепить умение лазать по гимнастической стенке.			
№ занятия	45 - 46	47 - 48	49 - 50	51 - 52
1 часть	Ходьба с высоким подниманием колена, перестроение в пары; подлезание в обруч; бег с высоким подниманием колен			
2 часть	ОРУ с большим мячом /	ОРУ без предметов	ОРУ без предметов	ОРУ с кубиками

	без предметов			
	ОВД: 1.Подбрасывание и ловля большого мяча 2.Прыжки в длину с места – ходьба приставным шагом	ОВД: 1.Подлезание в обруч на ступнях без рук 2.Отбивание большого мяча о пол.	ОВД: 1.Отбивание большого мяча 2.Лазание по гимнастической стенке	ОВД: 1.Прыжки через гимнастические полосы 2.Лазание по гимнастической тенке.
	П/и «Пастух и гуси»	П/и «Цветные автомобили»	П/и «Воробушки и кот» / «Самолетики и тучи»	П/и «Самолетики и тучи»
3 часть	Ходьба на носочках	Игра «Где спрятался волчок»	Игра «Пройди тихо»	Ходьба

Апрель

Тема	Цирк. Юмор	Космос	Детские писатели детям. А.Л.Барто	Наши герои
Задачи	Закрепить умение самостоятельно готовиться к прыжку; бросать мешочек в вертикальную цель одной рукой от плеча. Упражнять в энергичном отталкивании и мягком приземлении в прыжках в длину с места			
№ занятия	53 - 54	55 - 56	57 - 58	59 - 60
1 часть	Ходьба с перешагиванием, змейкой между кубиками, приставной шаг, с высоким подниманием колен; бег змейкой; прыжки палки			
2 часть	ОРУ без предметов	ОРУ без предметов	ОРУ с кубиками/ с малым мячом	ОРУ без предметов
	ОВД: 1.Метание мешочков от плеча в стену правой и левой рукой	ОВД: 1.Метание малого мяча в вертикальную цель. 2.Ходьба по скамье с перешагиванием – ползание – прыжок в длину с места	ОВД: 1. Ходьба по скамье с перешагиванием – ползание – прыжок в длину с места	ОВД: 1.Метание в круг 2.Спрыгивание с куба – ходьба по ребристой доске
	П/и «Наседка и цыплята»	П/и «Огуречик»	П/и «Зайцы и морковь»	П/и «Наседки и цыплята»
3 часть	Ходьба	Ходьба	Ходьба	Ходьба

Май

Диагностика

Средняя группа
Сентябрь

Тема	День знаний	Откуда хлеб пришел	Я и моя семья	Мой дом
Задачи	Упражнять в подпрыгивании на месте на двух ногах энергично отталкиваться от пола. Закрепить умение подниматься и спускаться по наклонному скату на ладонях и коленях. При подбрасывании большого мяча закреплять умение бросать его перед собой. В лазании по не пропускать рейки, ставить ноги и руки на соседние рейки			
№ занятия			1 - 2	3- 4
1 часть	Ходьба на носках, с высоким подниманием ног, по сигналу; бег в парах, в рассыпную, с остановкой по сигналу			
2 часть			ОРУ без предметов	ОРУ без предметов/ с большим мячом
			ОВД: 1.Подпрыгивание на месте на двух ногах 2.Подъем по наклонной доске на ладонях и коленях — переход на гимнастическую стенку	ОВД: 1.Подбрасывание большого мяча. 2.Лазание по наклонной лесенке — переход на гимнастическую стенку — спуск — ходьба с мешочком на голове
3 часть			П/и «Цветные автомобили»	П/и «Воробушки и кот»
			Ходьба	Ходьба

Октябрь

Тема	Мой дом	Осень. Растительный и животный мир. Сезонные изменения	Осень. Растительный и животный мир. Сезонные изменения	Осень. Растительный и животный мир. Сезонные изменения
Задачи	Закрепить умение принимать правильное и.п. при прокатывании большого мяча двумя руками снизу. Приучать детей в прыжках с продвижением вперед энергично отталкиваться двумя ногами вперед — вверх. Закрепить умение подлезать на ладонях и коленях, не задевая шнур с хода.			
№ занятия	5 - 6	7 - 8	9 - 10	11 - 12
1 часть	Ходьба парами, с изменением направления; бег в рассыпную			
2 часть	ОРУ большим мячом	ОРУ без предметов	ОРУ без предметов	ОРУ без предметов
	ОВД : 1.Прокатывание большого мяча в ворота, в даль.	ОВД: 1.Прыжки по дорожкам 2.Подтягивание на руках,	ОВД: 1.Прокатывание большого мяча	ОВД: 1.Прыжки из обруча в обруч — ходьба по ребристой

		лежа на животе на гимнастической скамейке с разным и.п.	2.Прыжки на месте — через линии	доске 2.подбрасывание и ловля мяча
	П/и «Зайцы и волк» / «Кролики»	П/и «Кролики» / «Зайцы и волк»	П/и «Зайцы и волк» / «Наседка и цыплята»	П/и «Кто быстрее» / «Играй, играй, мяч не теряй»
3 часть	Ходьба	Ходьба	Ходьба	Ходьба

Ноябрь

Тема	Мой город	Моя страна	Транспорт	Писатель – сказочник К.И. Чуковский
Задачи	Упражнять детей в сочетании подбрасывания и ловли, отбивание и ловлю большого мяча, согласуя движение рук и ног. Учить регулировать силу толчка при прыгивании с куба через узкий и широкий ручей. Упражнять в ползании на ступнях и ладонях по скамейке			
№ занятия	13 - 14	15 - 16	17 - 18	19- 20
1 часть	Ходьба на пятках, на носках, в рассыпную, с высоким подниманием ног, змейкой; прыжки из обруча в обруч; бег в рассыпную с остановкой по сигналу (упражнение «стоп»); ползание на ладонях и коленях.			
2 часть	ОРУ без предметов ОВД : 1.Метание мешочков правой и левой рукой (в обруч) 2.Подлезание под шнур 3.Спрыгивание со скамьи — ходьба приставным шагом боком	ОРУ с малым мячом ОВД: 1.прокатывание малого мяча правой и левой руками снизу 2.Спрыгивание с куба в обруч (с поворотом на 90 градусов) — ходьба по ребристой доске	ОРУ без предметов ОВД: 1.Отбивание и ловля мяча 2.Подбрасывание и ловля большого мяча 3.Ползание на ступнях и ладонях по скамейке — бег из и.п. спиной к направлению бега	ОРУ без предметов ОВД: 1.Подбрасывание мяча вверх и ловля после отскока 2.Спрыгивание с куба через ручей 3.Бег из и.п. спиной к направлению движения — ползание на ступнях и ладонях по доске в быстром темпе
	П/и «Зайцы и волк» / «Кролики»	П/и «Перелет птиц»	П/и «Наседка и цыплята»	П/и «Наседка и цыплята» / «У медведя во бору»
3 часть	Ходьба «Запряженные лошади»	Ходьба	Ходьба	Ходьба

Декабрь

Тема	Зима. Растительный и	Зима. Растительный и	Новый год	Новый год
------	----------------------	----------------------	-----------	-----------

	животный мир. Сезонные изменения	животный мир. Сезонные изменения		
Задачи	Закрепить умение регулировать силу броска при прокатывании малого мяча одной рукой снизу. Упражнять в умении быстро набирать и замедлять скорость в челночном беге; использовать взмах руками в прыжках в высоту с места. Развивать ловкость и силу мышц при выполнении подтягивания на скамейке лежа на животе.			
№ занятия	21 - 22	23 - 24	25 - 26	27 - 28
1 часть	Ходьба с высоким подниманием ног, на пятках, на носках, упражнение «Достань коленом до ладошки», приставным шагом боком, «пингвины»: бег в рассыпную, между мячами; прыжки из обруча в обруч, вприсяде.			
2 часть	ОРУ без предметов	ОРУ без предметов	ОРУ с мячом	ОРУ с малым мячом
	ОВД : 1.Спрыгивание с куба с поворотом 90 градусов 2.Ползание на ладонях и ступнях, на ладонях и коленях	ОВД: 1.Прыжки в высоту через валики — подтягивание по скамье лежа на животе, руки скрестно	ОВД: 1.Прыжки в высоту с места с зажатым между коленями мячом 2.Подтягивание на скамейке лежа на животе 3.Ходьба по шнуру приставным шагом пятку к носку 4.Прокатывание малого мяча в ворота	ОВД: 1.Прокатывание малого мяча в ворота 2.Челночный бег
	П/и «Цветные автомобили» / «Светофор»	П/и «Котята и щенята»	П/и «Кролики»	П/и «Кролики»
3 часть	Ходьба	Ходьба	Ходьба	Игра «Найди кролика»

Январь

Тема	-	-	Зимние забавы детей	Что такое вирус гриппа, как сберечься от бронхита
Задачи	Закрепить умение при лазании по гимнастической стенке выполнять слитно действия при подъеме и спуске. Развивать функцию равновесия при ходьбе и беге из обруча в обруч. Упражнять в подтягивании на руках лежа на скамейке, меняя положение ног. В прыжках в глубину с поворотом учить принимать правильное и.п. и мягко приземляться.			
№ занятия		29 - 30	31 - 32	33 - 34
1 часть	Ходьба «елочка», с высоким подниманием колен, на носках, на пятках; бег змейкой, в рассыпную; прыжки через шнуры			
2 часть		ОРУ без предметов	ОРУ без предметов	ОРУ с обручем

		ОВД: 1.Прыжки в длину с места 2.Подбрасывание и ловля большого мяча	ОВД: 1.Спрыгивание со скамейки 2.Перебрасывание и ловля мяча в парах	ОВД: 1.Лазание по гимнастической стенке 2.Ходьба с высоким подниманием ног из обруча в обруч
		П/и «Кролики»	П/и «Цветные автомобили»	П/и «Наседка и цыплята»
3 часть		Ходьба	Ходьба	Игра «Найди потерявшегося цыпленка»

Февраль

Тема	Народное творчество	Наши права	Наши защитники	Уроки гнома эконома
Задачи	При прыгивании с куба закрепить умение приземляться мягко, сохраняя равновесие, регулировать силу толчка. Упражнять в умении подниматься на ступнях и ладонях по наклонному скату, спускаться на ступнях без помощи рук. Закрепить умение придавать точное направление малому мячу при прокатывании его по дорожке.			
№ занятия	35 - 36	37 - 38	39 - 40	41 - 42
1 часть	Прохождение через середину зала, смыкание и размыкание приставными шагами боком, ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, взявшись за руки, змейкой, с высоким подниманием колен; бег с выполнением задания «Аист», змейкой; прыжки на двух ногах «Зайцы», на одной ноге попеременно.			
2 часть	ОРУ с мешочками	ОРУ без предметов	ОРУ с лентами	ОРУ с кубиками
	ОВД : 1.Метание мешочкам 2.Лазание по гимнастической стенке с переходом на соседний пролет 3.Подбрасывание и ловля мешочкам 4.Прыжок в длину с места — подтягивание на скамейке	ОВД: 1.Прокатывание малого мяча 2.Прыжки в длину с места — подлезание под дугу	ОВД: 1.Бег из обруча в обруч — подлезание 2.Прокатывание малого мяча по дорожке 3.Спрыгивание с куба	ОВД: 1.Спрыгивание с куба с поворотом 2.Прокатывание малого мяча по дорожке 3.Подъем по наклонной доске на ладонях и ступнях
	П/и «Самолеты» / «Кролики»	П/и «Кролики»	П/и «Мыши в кладовой»	П/и «Мыши в кладовой» / «Автомобили»
3 часть	Ходьба	Ходьба	Ходьба	

Март

Тема	Мамы всякие важны, мамы	Друг ребят и зверят.	Весна. Растительный и	Весна. Растительный и
------	-------------------------	----------------------	-----------------------	-----------------------

	всякие нужны!	Знакомство с творчеством Е.И. Чарушина	животный мир. Сезонные изменения	животный мир. Сезонные изменения
Задачи	В прыжках в длину с места учить отталкиваться вперед вверх, набирать высоту для полета. Закрепить умение согласовывать движение рук и ног при броске в корзину одной рукой снизу; умение перебрасывать и ловить мяч в парах с отскоком от земли и без отскока. Упражнять в использовании взмаха руками для увеличения дальности полета в прыжках в длину. Развивать силу мышц рук при подтягивании на скамейке.			
№ занятия	43 - 44	45 - 46	47 - 48	49 - 50
1 часть	Ходьба на носках, на пятках, змейкой, парами через середину зала, перешагивание через валики, с высоким подниманием колен; бег с изменением направления, змейкой, с остановкой на сигнал, из обруча в обруч; прыжки на двух ногах с продвижением вперед; ползание змейкой			
2 часть	ОРУ без предметов	ОРУ с большим мячом	ОРУ с обручем	ОРУ без предметов
	ОВД : 1.Подъем по наклонной доске на ладонях и ступнях — спуск без помощи рук. 2.Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи 3.Ползание на четвереньках с прокатыванием большого мяча головой 4.Перебрасывание большого мяча в парах	ОВД: 1.Прокатывание большого мяча головой — ползание на ладонях и коленях, на ладонях и ступнях. 2.Перебрасывание большого мяча в парах 3.Подтягивание на скамейке на руках, лежа на животе, используя разные и.п.	ОВД: 1.Прыжки из обруча в обруч 2.Перебрасывание большого мяча в парах	ОВД: 1.Прыжки через ручей — ходьба 2.Перебрасывание мяча в парах 3.Прыжки в длину с места 4.Броски малого мяча снизу одной рукой в корзину
	П/и «Автомобили» / «Куры и цыплята»	П/и «Куры и цыплята» / «Самолеты»	П/и «Котята и щенята»	П/и «Кто быстрее перенесет кубик»
3 часть	Ходьба	Ходьба	Ходьба	Ходьба
Апрель				
Тема	Цирк. Юмор	Космос	Детские писатели – детям. С.Я. Маршак	Наши герои
Задачи	Упражнять в выполнении прыжков в длину с места; выполнять переход с одного пролета на другой на середине гимнастической лестнице. Закрепить умение принимать и.п. в зависимости от величины предмета при броске мяча в корзину; прыжки через скакалку. Регулировать силу броска при попадании в корзину.			

№ занятия	51 - 52	53 - 54	55 - 56	57 - 58
1 часть	Ходьба с перешагиванием, с высоким подниманием колен, приставным шагом боком, по извилистой дорожке с остановкой по сигналу, на носках; ползание змейкой; прыжки на двух ногах с продвижением вперед, прыжки боком; бег в рассыпную, по извилистой дорожке			
2 часть	ОРУ с большим мячом	ОРУ с гимнастической палкой	ОРУ без предметов	ОРУ с большим мячом
	ОВД : 1.Прыжки в длину с места 2.Бросок маленького мяча в корзину 3.Перебрасывание мяча в парах 4.Лазание по гимнастической лестнице	ОВД: 1.Перебрасывание большого мяча в парах 2.Лазание по гимнастической лестнице 3.Вращение скакалки с перешагиванием и перепрыгиванием	ОВД: 1.Бросок мяча в корзину 2.Прыжки через скакалку	ОВД: 1.Метание маленького и большого мяча в корзину 2.Прыжки в длину с места 3.Прыжки через скакалку
	П/и «Цветные автомобили»	П/и «Бездомный заяц» / «Перелет птиц»	П/и «Перелет птиц» / «Пастух и стадо»	П/и «Пастух и стадо»
3 часть	Ходьба	Ходьба	Ходьба	Ходьба

Май

Тема	Наши герои	Пожарная безопасность	Насекомые весной	
Задачи	Упражнять в умении выполнять метание большого мяча в корзину, малого мяча — в вертикальную и горизонтальную цель. Закрепить умение влезать на гимнастическую стенку чередующим шагом; в прыжках в высоту с места.			
№ занятия	59 - 60	61 - 62	63 - 64	
1 часть	Ходьба парами, змейкой, на носках, со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; бег в рассыпную, змейкой.			
2 часть	ОРУ без предметов	ОРУ с мешочками	ОРУ без предметов	
	ОВД : 1.Бросок мешочка от плеча вдаль. 2.Перелезание через бревно.	ОВД: 1.Метание мешочка в корзину, в обруч 2.Прыжок в высоту 3.Перебрасывание большого мяча в парах	ОВД: 1.Метание малого мяча в щит 2.Лазание по гимнастической стенке	
	П/и «Зайцы и волк»	П/и «Медведь и пчелы»	П/и « Бездомный заяц»	
	Ходьба	Ходьба	Ходьба	

Май диагностика

Старшая группа
Сентябрь диагностика
Октябрь

Тема	Мой дом	Осень. Растительный и животный мир. Сезонные изменения	Осень. Растительный и животный мир. Сезонные изменения	Осень. Растительный и животный мир. Сезонные изменения
Задачи	Закрепить умение бросать большой мяч от груди двумя руками. Познакомить с выполнением кругового замаха при метании. Упражнять в согласовании движений рук и ног при замахе и броске. Упражнять в ползании на ладонях и коленях между шнурами; сочетать движение рук и ног в подбрасывании и отбивании мяча; в умении самостоятельно выбирать способ подлезания в зависимости от высоты. Закрепить умение регулировать с помощью рук силу толчка при выполнении прыжков в длину с места.			
№ занятия	1 - 2	3 - 4	5 - 6	7 - 8
1 часть	Ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен; бег в рассыпную в чередовании с ходьбой, с остановкой по сигналу; прыжки на двух ногах с продвижением вперед.			
2 часть	ОРУ без предметов	ОРУ без предметов	ОРУ без предметов	ОРУ в парах
	ОВД :1.Подпрыгивание на месте на двух ногах 2.Подбрасывание и ловля мяча 3.Ползание по прямой на ладонях и коленях	ОВД:1.Подлезание под дугу на ладонях и коленях, под шнур 2.Ходьба с мешочком на голове между кегель	ОВД:1.Подлезание под шнур 2.Ходьба с мешочком на голове 3Прыжки в длину с места 4.Ходьба по доске приставным шагом	ОВД:1.Прыжки в длину с места 2.Подбрасывание и ловля мяча. Отбивание мяча о полезные 3. Метание мяча от груди в корзину двумя руками 4.Ползание на ладонях и коленях, прокатывая головой мяч
	П/и «Волшебные елочки»	П/и «Подбось — поймай» / «Зайцы и волк»	П/и «Найди себе пару» / «Мы веселые ребята»	П/и «Мы веселые ребята»
3 часть	Ходьба. Игра «Иголка и нитка»	Ходьба. Игра «Иголка и нитка». Пальчиковая гимнастика	Ходьба. Беседа о позвоночнике	Ходьба хороводная. Беседа о предупреждении нарушения осанки

Ноябрь

Тема	Мой город	Моя страна	Моя планета	Транспорт
Задачи	Закрепить умение выполнять бег из исходного положения стоя спиной к направлению движения; в прыжках в глубину. Упражнять в умении принимать правильное исходное положение и замах при бросании мешочка в обруч; в ведении мяча на месте; в ползании разными способами.			
№ занятия	9 — 10	11 — 12	13 — 14	15 — 16
1 часть	Ходьба с поворотом по сигналу, с высоким подниманием ног, на носках, на пятках, в полуприсяди, змейкой, с разворотом носка во внутрь, на ягодицах. Бег с высоким подниманием ног, с остановкой по сигналу. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, достань до предмета, ноги врозь - скрестно.			
2 часть	ОРУ без предметов	ОРУ с гимнастической палкой	ОРУ без предметов	ОРУ с гимнастической палкой / с малым мячом
	ОВД : 1.Метание мяча в даль от груди (круговой замах) 2.Подлезание в обруч боком	ОВД: 1.Прыжки «достань до погремушки» 2.Отбивание и ловля мяча через дорожку 3.Прыжки через мячи 4.Ползание по наклонному скату	ОВД: 1.Ведение мяча на месте 2.Спрыгивание со скамейки с поворотом 3.Ходьба приставным шагом 4.Ползание	ОВД: 1.Ходьба по гимнастической скамейке 2.Спрыгивание с поворотом 3.Ходьба с перешагиванием — подлезание под шнур, ходьба по ребристой дорожке — подлезание под дугу 4.Метание в обруч 5.Бег из и.п. стоя спиной к направлению движения
	П/и «Мы веселые ребята» / «Караси и щука»	П/и «Карасики и щука» / «Ловишки»	П/и «Зайцы и волк»/ «Кот и мыши»	П/и «Мы веселые ребята» / «Кот и мыши»
3 часть	Ходьба. Игра малой подвижности «Море волнуется»	Ходьба. Игра малой подвижности «Запрещенное движение»	Ходьба. Беседа «о мягком приземлении в прыжках»	Ходьба. Беседа «легкие и их значение»

Декабрь

Тема	Веселый этикет	Зима. Растительный и животный мир. Сезонные изменения	Зима. Растительный и животный мир. Сезонные изменения	Новый год
Задачи	Учить менять направление толчка при спрыгивании с предмета. Упражнять в правильном захвате рейки при лазании; в подтягивании на скамейке лежа на животе; в сочетании замаха и броске при метании вдаль мешочка снизу одной рукой.			

	Закрепить умение пользоваться разными способами подлезания в зависимости от высоты.			
№ занятия	17 — 18	19 — 20	21 — 22	
1 часть	Ходьба в парах с высоким подниманием ног, скрестным шагом, перекатом с пятки на носок, на ягодицах, между мячами, через набивные мячи, на носках, пятках. Бег в рассыпную, между мячами, с отбиванием мяча с продвижением вперед, боковой голоп. Прыжки в высоту с места, на двух ногах с продвижением вперед, с ноги на ногу.			
2 часть	ОРУ с гимнастической палкой	ОРУ в парах с одной палкой	ОРУ без предметов	ОРУ
	ОВД : 1.Метание вдаль мешочка снизу одной рукой 2.Подлезание под шнур 3.Бег из и.п. стоя спиной к направлению движения	ОВД: 1.Спрыгивание в обруч 2.Подлезание в обруч боком 3.Подтягивание на скамейке, лежа на животе 4.Лазание по гимнастической стенке	ОВД:1.Подтягивание на скамейке, лежа на животе, с помощью рук. 2.Лазание по гимнастической стенке	ОВД:
	П/и «Мы веселые ребята»	П/и «Парные перебежки» / «Перемени предмет»	П/и «Перемени предмет»	
3 часть	Ходьба. Беседа о воздухе	Ходьба. Игра малой подвижности «Иголка и нитка»	Игра малой подвижности «Волшебные снежинки». Беседа «О значимости сердца в организме»	

Январь

Тема			Зимние забавы детей	Мой организм
Задачи	Закрепить элементы прыжка в длину с места. Сформировать представление о перекрестной координации. Упражнять в умении вести мяч по прямой, в перебрасывании и ловле мяча в парах; в лазании по гимнастической стенке.			
№ занятия			23 — 24	25 — 26
1 часть	Ходьба с высоким подниманием бедра, на носках, на ягодицах, скрестным шагом, с высоким подниманием колен; бег с захлестыванием голени назад; прыжки с ноги на ногу, на двух ногах с продвижением вперед, через мячи.			
2 часть			ОРУ без предметов	ОРУ с мячом
			ОВД:1.Ползание на четвереньках с мешочком на спене. 2.Подтягивание лежа на животе, руки скрестно	ОВД:1.Перебрасывание и ловля мяча стоя и сидя в парах. 2.Пролезание в обруч боком. 3.Прыжки в длину с места.

			3.Ведение мяча правой и левой рукой 4.Прыжки в длину с места. 5.Метание вдаль одной рукой снизу. 6.Подлезание под дуги	4.Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо, от головы двумя руками.
			П/и «Собери венок» / «Чья команда быстрее»	П/и «Чья команда быстрее к флажку?» / «Наседка и цыплята»
3 часть			Ходьба. Игра малой подвижности «Заморожу»	Ходьба. Игра малой подвижности «Улитка». Беседа о мышцах.

Февраль

Тема	Народное творчество	Наши права	Наши защитники	Уроки гнома эконома
Задачи	Приучать слитно выполнять разбег и толчок одной ногой в прыжках в высоту с разбега. Упражнять в умении выбирать разные способы подлезания в зависимости от высоты препятствия, в лазании по гимнастической стенке. Развивать умение определять время броска при метании в движущуюся цель (снизу одной рукой).			
№ занятия	27 — 28	29 — 30	31 — 32	33 — 34
1 часть	Ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, гимнастическим шагом, в полуприсяде, скрестным шагом, перекатом с пятки на носок; бег змейкой, с захлестыванием голени, между предметами; подпрыгивание на месте на одной ноге, с продвижением вперед, между предметами.			
2 часть	ОРУ без предметов	ОРУ без предметов	ОРУ без предметов	ОРУ с короткой скакалкой
	ОВД :1.Подпрыгивание «достань до кольца» 2.Подлезание в обруч. 3.Ведение и забрасывание мяча в корзину 4.Прыжки в длину с места 5.Бросок большого мяча вдаль	ОВД:1.Перебрасывание мяча из рук в руки. 2.Лазание по гимнастической стенке. 3.Запрыгивание на гимнастическую скамейку	ОВД:1.Лазание по гимнастической стенке. 2.Спрыгивание с гимнастической скамейке с поворотом. 3.Бросок набивного мяча вдаль. 4.Прыжок в высоту с разбега	ОВД:1.Прыжок в высоту с разбега. 2.Лазание по гимнастической стенке. 3.Метание в движущуюся цель. 4.Подлезание под шнур.
	П/и «Наседка и цыплята»	П/и «Выше ноги от земли» /	П/и «Ловишка, бери ленту»	П/и «Ловишка, бери ленту» /

		«Кто скорее до флажка»		«Два Мороза»
3 часть	Ходьба. Беседа «Уши»	Ходьба. Перестроение из одного круга в два, в три.	Ходьба. Игра малой подвижности «Улитка» / «Ручеек».	Игра малой подвижности «В зоопарке»

Март

Тема	Мамы всякие важны. Мамы всякие нужны	Детские писатели детям. Л.Н. Толстой	Весна. Растительный и животный мир. Сезонные изменения	Весна. Растительный и животный мир. Сезонные изменения
Задачи				
№ занятия	35 — 36	37 — 38	39 — 40	41 — 42
1 часть	Упражнять в сочетании замаха и броска при метании вдаль, в лазании по гимнастической стенке с использованием перекрестной координации, в согласованном движении ног, рук и туловища в броске из-за головы двумя руками большого мяча. Развивать умение группироваться и выпрямляться в разных фазах прыжка.			
2 часть	ОРУ с большим мячом ОВД :1.Прыжок в длину с разбега. 2.Метание в движущуюся цель. 3.Ползание между предметами с мешочком на спине на предплечьях и коленях. 4.Бросок большого мяча из-за головы двумя руками вдаль. 5.Ходьба по гимнастической скамье с выносом прямой ноги вперед.	ОРУ без предметов ОВД:1.Ходьба по скамье. 2.Бросок большого мяча из-за головы двумя руками. 3.Прыжок в длину с разбега. 4. Прыжки в длину с места. 5.Ведение мяча с забрасыванием в баскетбольное кольцо. 6.Подтягивание на скамейке руками скрестным хватом, лежа на животе.	ОРУ без предметов ОВД:1.Ползание по-пластунски. 2.Прыжок в длину с места. 3.Прыжок в высоту с места.	ОРУ с мешочками ОВД:1.Метание мешочка в даль одной рукой от плеча. 2.Прыжки в высоту с разбега. 3.Лазание по гимнастической стенке. 4.Запрыгивание и спрыгивание на скамейку, покрытую матом с поворотом.
	П/и «Не оставайся на полу» / «Медведь и пчелы»	П/и «Медведь и пчелы» / «Хитрая лиса»	П/и «Мяч по кругу»	П/и «Мяч по кругу» / «Пятнашки»
3 часть	Ходьба. Игра малой подвижности «Иголочка и ниточка». Упражнения на	Ходьба. Игра малой подвижности «Улитка», «Найди, где спрятано»	Ходьба. Пальчиковая гимнастика. Игра малой подвижности «Море	Ходьба. Игра малой подвижности «Море волнуется».

	расслабление.		волнуется»	
Апрель				
Тема	Театр. Цирк. Юмор	Космос	Детские писатели детям. Михалков, Берестов, Токмакова	Наши герои
Задачи	Упражнять детей в выполнении прыжков в высоту с разбега; в перебрасывании большого мяча через сетку; а прыжках через скакалку; в пролезании в обруч разными способами. Закрепить умение выполнять круговой замах в метании мешочка в даль. Развивать умение использовать перекрестную координацию при лазании на гимнастическую стенку, энергично отталкиваться при подпрыгивании на месте на двух ногах; функцию равновесия при ходьбе по скамейке.			
№ занятия	43 — 44	45 — 46	47 — 48	49 — 50
1 часть	Ходьба по диагонали, с разворотом носка внутрь, со сменой направления, на внешней стороне стопы, перекатом с пятки на носок, змейкой, в полуприсяде, гимнастическим шагом, приставным шагом, скрестным шагом, по ребристой доске, на носках, с высоким подниманием колен. Бег широким шагом, семенящим шагом, скрестным шагом, с захлестыванием голени, в рассыпную с заданием, по ребристой доске. Прыжки из глубокого присяда, из обруча в обруч, через мешочки, на одной ноге с продвижением вперед в чередовании с ходьбой.			
2 часть	ОРУ без предметов	ОРУ с маленьким мячом	ОРУ с обручем	ОРУ с мешочком
	ОВД :1.Подлезание под шнур по-пластунски. 2.Сбивание кубиков маленьким мячиком 3..Прыжки в длину с разбега. 4.Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки с мешком на голове.	ОВД:1.Сбивание кубиков малым мячом. 2.Ходьба по гимнастической скамейке с выносом прямой ноги вперед. 3.Прыжок в длину с разбега. 4.Прыжки через скакалку. 5.Пролезание в обруч. 6.Действия с мячом.	ОВД:1.Перебрасывание большого мяча разными способами. 2.Прыжки через скакалку. 3.Ползание на ладонях и коленях с прокатыванием большого мяча головой. 4.Метание мешочка в даль из-за плеча одной рукой. 5.Прыжки в высоту с места. 6. Ползание на ладонях и коленях с подлезанием под шнур	ОВД:1.Прыжки в высоту с разбега 2.Метание мешочка вдаль 3.Бросание и прокатывание набивного мяча. 4.Лазание по гимнастической лестнице
	П/и «Пожарные на ученьях»	П/и «Пожарные на ученьях» / «Волк во рву»	П/и «Волк во рву» / «Мышеловка»	П/и «Мышеловка» / «Охотники и утки»
3 часть	Ходьба. Перестроение из	Ходьба. Упражнения на	Ходьба. Ходьба по наклонной	Ходьба. Игра малой

	одного круга в два, три.	расслабление.	поверхности	подвижности «Запрещенное движение» / «Улитка»
--	--------------------------	---------------	-------------	---

Май диагностика

Подготовительная группа

Сентябрь диагностика

Октябрь

Тема	Мой дом	Осень. Растительный и животный мир. Сезонные изменения	Осень. Растительный и животный мир. Сезонные изменения	Осень. Растительный и животный мир. Сезонные изменения
Задачи	Упражнять детей в умении мягко приземляться на полусогнутые ноги в подпрыгиваниях на месте, в прыжках на двух ногах; выполнять слитные прыжки при продвижении вперед и регулировать силу толчка; подбрасывать маленький мяч одной рукой, в перебрасывании мяча из руки в руку; в слитном выполнении замаха и отталкиваниях в прыжках в длину с места; в ведении мяча между предметами. Развивать перекрестную координацию в ползании. Закрепить умение подбрасывать мяч точно перед собой, сочетать движение рук и ног; выбирать способ подлезания в зависимости от высоты препятствия; выполнять прыжок в длину с места; согласовывать движения рук и ног при отбивании мяча о пол и ведение его по прямой; лазание перекрестной координацией и спуске по гимнастической стенке.			
№ занятия	1 — 2	3 — 4	5 — 6	7 — 8
1 часть	Ходьба противоходом двумя колоннами, спиной вперед, на носочках, на пятках, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, выпадами, с высоким подниманием колен, скрестным шагом; бег с захлестыванием голени назад, в рассыпную с остановкой по сигналу («Найди свою пару», «Сделай фигуру»); боковой голоп; прыжки на двух ногах с продвижением вперед.			
2 часть	ОРУ без предметов	ОРУ без предметов	ОРУ с маленьким мячом	ОРУ с маленьким мячом
	ОВД :1.Подпрыгивание на месте на двух ногах 2.Подбрасывание и ловля мяча с выполнением 3 хлопка и поймать после отскока о землю 3.Отбивание мяча о ползунки 4.Ползание по прямой на ладонях и коленях, на предплечьях и коленях	ОВД:1.Подбрасывание и ловля маленького мяча одной рукой, перебрасывание мяча из руки в руку. 2.Подлезание под дугу высотой 60см — ходьба по скамье со спрыгиванием 3.Подбрасывание и ловля мяча с отскоком о пол, без	ОВД:1.Прыжки в длину с места 2.Подлезание под шнуры 3.Отбивание мяча на месте одной рукой, ведение вокруг себя и с продвижением вперед. 4.Прыжки в длину с места — ходьба по узкой рейке скамьи.	ОВД:1.Прыжки в длину с места. 2.Ведение мяча вдоль стены между предметами. 3.Перебрасывание большого мяча в парах. 4.Лазание по гимнастической стенке — ведение мяча между предметами.

		отскока, с хлопками.		
	П/и «Ловишки» / №Перелет птиц»	П/и «Перелет птиц» / «Медведь и пчелы»	П/и «Догони свою пару» / «Коршун и наседка»	П/и «Кто быстрее к флажку» / «Перемени предмет»
3 часть	Ходьба. Игра малой подвижности «Иголка и нитка»	Ходьба. Игра малой подвижности «Иголка и нитка»	Ходьба.	Ходьба. Игра малой подвижности «Запрещенное движение»

Ноябрь

Тема	Мой город	Моя страна	Моя планета	Транспорт
Задачи	Упражнять детей в умении сочетать ведение мяча и забрасывание в корзину от головы двумя руками или от груди двумя руками; самостоятельно выбирать подлезание в зависимости от высоты препятствия и своего роста; ползать по — пластунски; лазать по гимнастической стенке перекрестной координацией, переходя с одного пролета на другой. Закрепить умение пролезать в обруч, выполняя последовательно цепь действий; в прыжках в высоту с разбега использовать разбег для увеличения силы полчка, выполнять слитно разбег и толчок; вести мяч и на ходу передавать партнеру, ловить мяч с отскоком от земли и без него; слитно выполнять замах и толчок в прыжках в длину с места. Развивать равновесие при ходьбе по узкой рейке гимнастической скамьи; умение определять место для отталкивания в прыжках в высоту с разбега; согласовывать отбивание и ловлю мяча при действиях в паре; быстро начинать бег из и.п. стоя спиной к направлению движения; силу отталкивания в прыжках на скамью; выполнение кругового замаха при метании вдаль мешочка; согласованность движений рук и ног в прыжках в высоту с места; самостоятельность в выборе позы при подтягивании а скамейке, лежа на животе; сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке, выполняя вынос прямой ноги вперед.			
№ занятия	9 — 10	11 — 12	13 — 14	15 — 16
1 часть	Ходьба в колонне, с поворотом на 180 градусов, на пятках, гимнастическим шагом, на носках, перекатом с пятки на носок, с высоким подниманием ног, семенящим шагом, змейкой, двумя колоннами противоходом, скресным шагом, со сменой направления. Бег трусцой с изменением направления, в рассыпную с остановкой по сигналу с заданиями (ножницы, вертушка, волчок, цирковые лошадки, лягушки). Прыжки с продвижением вперед			
2 часть	ОРУ в парах	ОРУ с гимнастической палкой	ОРУ без предметов	ОРУ с гимнастической палкой
	ОВД :1.Ведение мяча и забрасывание в корзину 2.Подлезание в обруч, ходьба по узкой рейке гимнастической скамьи	ОВД:1.Ведение и передача мяча в парах 2.Прыжки в высоту с разбега — подлезание под дугу h60мс, пролезание в обруч, подлезание под дугу h40см	ОВД:1.Ведение, передача и ловля мяча в парах 2.Запрыгивание на гимнастическую скамью — ползание по пластунски 3.Ведение мяча между	ОВД:1.Лазание по гимнастической стенке — ходьба по гимнастической скамье 2.Прыжки в длину с места

		3.	предметами и забрасывание в кольцо	
	П/и «Ловишка, бери ленту»	П/и «Ловишка, бери ленту» / «Мяч водящему»	П/и «Медведь и пчелы»	П/и «Мяч водящему»
3 часть	Ходьба	Ходьба. Игра малой подвижности «Течет реченька»	Ходьба. Игра малой подвижности «Иголка и нитка»	Ходьба

Декабрь

Тема	Веселый этикет	Зима. Растительный и животный мир. Сезонные изменения	Зима. Растительный и животный мир. Сезонные изменения	Новый год!
Задачи	Упражнять детей в умении начинать бег из разных и.п.; в лазании по гимнастической стенке с переходом на другой пролет; выбирать способ подлезания в зависимости от высоты препятствия и своего роста; вести мяч правой и левой рукой и забрасывать в баскетбольное кольцо; в использовании перекрестной координации при ползании по полу и скамье, на предплечьях и коленях; выполнять круговой замах при метании вдаль мешочков; в энегричном отталкивании при спрыгивании. Закрепить умение правильно выполнять все составные элементы прыжка в высоту с прямого разбега; выполнять толчок двумя ногами в определенном направлении при спрыгивании со скамьи; выполнять круговой замах при метании вдаль из-за плеча одной рукой. Развивать равновесие при ходьбе по узкой рейке гимнастической скамьи, выполняя приседания и поворот на 90 градусов; силу отталкивания при бросании набивного мяча.			
№ занятия	17 — 18	19 — 20	21 — 22	23 — 24
1 часть	Ходьба в колонне, с поворотом на 180 градусов, на пятках, гимнастическим шагом, на носках, перекатом с пятки на носок, с высоким подниманием ног, семенящим шагом, змейкой, двумя колоннами противоходом, скресным шагом, со сменой направления. Бег трусцой с изменением направления, в рассыпную с остановкой по сигналу с заданиями (ножницы, вертушка, волчок, цирковые лошадки, лягушки). Прыжки с продвижением вперед			
2 часть	ОРУ ОВД :1.Лазание по гимнастической стенке — ходьба по узкой рейке скамьи 2.Бег из разных и.п. 3.Прыжки в высоту с разбега — подлезание под дугу h40,60,50 см	ОРУ с короткими лентами ОВД:1.Прыжки в высоту с разбега — подлезание под дуги разной высоты и обруч 2.Бег из и.п. лежа на животе 3.Ведение мяча, забрасывание в корзину 4.Ходьба по скамье —	ОРУ ОВД:1.Ведение и забрасывание мяча в кольцо (2 и 3м) 2.Ползание на предплечьях и коленях по полу — ползание по скамье, спрыгивание в обруч справа, слева, прямо на	ОРУ с обручем ОВД:1.Метание вдаль мешочков и шишек 2.Спрыгивание со скамьи на мат с маркеркой — ползание по выбору детей 3.Метание вдаль от груди двумя руками набивного мяча

		присесть на середине, ходьба в полуприсяде до конца скамьи — спрыгнуть с поворотом	расстоянии 1м. 3.Метание вдаль 4.Ползание на предплечьях и коленях до скамьи, встать на скамью, спрыгнуть в обруч с поворотом на 180 градусов (расстояние 1м)	4.Прыжки в длину с места
	П/и «Охотники и звери»	П/и «Охотники и звери» / «Перемени предмет»	П/и «Ловля обезьян» / «Перемени предмет»	П/и «Ловишка, бери ленту»
3 часть	Ходьба	Ходьба	Ходьба	Ходьба в колонне по кругу, взявшись за руки со сменой направления

Январь

Тема			Зимние забавы	Мой организм
Задачи	Упражнять в умении выполнять подлезание с ходу под дуги и шнуры, выбирать способ подлезания с учетом своего роста; в перебрасывании и ловле мяча, быстро реагировать на мяч, выполнять дополнительные движения вперед, в сторону, назад. Закрепить в прыжках в длину отталкивание одной ногой, приземляться одновременно на две.			
№ занятия		25 — 26	27 — 28	29 — 30
1 часть				
2 часть	ОРУ ОВД :	ОРУ ОВД:	ОРУ на скамье ОВД:1.Метание набивного мяча в даль круговым замахом 2.Прыжки в длину с разбега — подлезание под 3 препятствия разной высоты 3.Прыжки в длину с разбега — ходьба на ладонях и ступнях спиной вперед	ОРУ с большим мячом ОВД:1.Перебрасывание и ловля мяча в парах (с отскоком и без) 2.Прыжки в длину с места 3.Перебрасывание и ловля мяча в парах с изменением расстояния 4.Прыжки в высоту с разбега — подтягивание на скамье лежа на животе
			П/и «Два мороза» / «Чья	П/и «Ловля обезьян»

			команда быстрее соберется»	
3 часть			Ходьба	Ходьба

Февраль

Тема	Народное творчество	Наши права	Наши защитники	Уроки гнома эконома
Задачи	Упражнять детей в лазании по гимнастической стенке в сочетании подлезания разными способами с лазанием; в прыжках в высоту сочетать разбег и толчок; в метании маленького мяча в вертикальную цель; в использовании замаха при метании вдаль; в выполнении прыжка в длину с разбега; в быстром подлезании боком в обруч. Закрепить умение быстро переходить от подлезания к лазанию; подбрасывать мяч точно перед собой и ловить маленький мяч двумя руками и одной; выполнять метание в вертикальную цель различными предметами с разного расстояния. Развивать умение выбирать способ подлезания с учетом высоты препятствия и своего роста; выполнять бросок от плеча одной рукой с замахом и без него при попадании в вертикальную цель; резко выпускать предмет при метании вдаль.			
№ занятия	31 — 32	33 — 34	35 — 36	37 — 38
1 часть	Ходьба в колонне, с поворотом на 180 градусов, на пятках, гимнастическим шагом, на носках, перекатом с пятки на носок, с высоким подниманием ног, семенящим шагом, змейкой, двумя колоннами противоходом, скресным шагом, со сменой направления. Бег трусцой с изменением направления, в рассыпную с остановкой по сигналу с заданиями (ножницы, вертушка, волчок, цирковые лошадки, лягушки), с захлестыванием голени назад. Прыжки с продвижением вперед			
2 часть	ОРУ в четверках / с маленьким мячом	ОРУ с маленьким мячом	ОРУ	ОРУ
	ОВД :1.Подлезание под дугу 50см — пролезание в обруч — лазание по гимнастической стенке 2.Подлезание под дугу 30см — под дугу 50см — лазание по гимнастической стенке с переходом на соседний пролет	ОВД:1.Подлезание последовательно под дуги высотой 60, 35, 50см и обруч 2.Упражнения с маленьким мячом 3.Прыжки в высоту с разбега — ползание по-пластунски	ОВД:1. Прыжки в высоту с разбега	ОВД:1.Прыжки в длину с разбега — подлезание в обруч 2.Метание вдаль набивного мяча
	П/и «В чьей команде меньше мячей»	П/и «Мы веселые ребята» / «Ловишка, бери ленту»	П/и «Кот и мыши» / «Мыши в кладовой»	П/и «Лиса в курятнике»
3 часть	Ходьба	Ходьба	Ходьба	Ходьба

Март

Тема	Мамы всякие важны, мамы	Детские писатели детям	Весна. Растительный и	Весна. Растительный и
------	-------------------------	------------------------	-----------------------	-----------------------

	всяки нужны	Л.Н.Толстой и др.	животный мир. Сезонные изменения	животный мир. Сезонные изменения
Задачи	Упражнять детей в умении выбирать способ для быстрого подлезания под препятствие разной высоты; выполнять группировку при запрыгивании на скамью; в ведении и передачи мяча партнеру, в лазании перекрестной координацией; в слитном выполнении прыжка в длину с места, в прыжках в высоту с разбега; в подтягивании на скамье лежа на животе. Закреплять выполнение энергичного толчка в прыжках в длину с разбега; умение выполнять ведение мяча и забрасывание в кольцо; энергично отталкивать набивной мяч, согласуя движения рук, ног и туловища. Развивать способность лазать перекрестной координацией, переходя с одного пролета на другой; равновесие при приземлении в прыжках в длину с места.			
№ занятия	39 — 40	41 — 42	43 — 44	45 — 46
1 часть	Ходьба в колонне, с поворотом на 180 градусов, на пятках, гимнастическим шагом, на носках, перекатом с пятки на носок, с высоким подниманием ног, семенящим шагом, змейкой, двумя колоннами противоходом, скрестным шагом, со сменой направления. Бег трусцой с изменением направления, в рассыпную с остановкой по сигналу с заданиями (ножницы, вертушка, волчок, цирковые лошадки, лягушки), с захлестыванием голени назад, с выносом прямых ног. Прыжки с продвижением вперед.			
2 часть	ОРУ в парах с палками	ОРУ с большим мячом	ОРУ	ОРУ
	ОВД :1.Прыжки в длину с разбега 2.Подлезание под дуги высотой 60, 50, 40см 3.Подтягивание на скамейке, лежа на животе	ОВД:1.Ведение мяча и забрасывание в кольцо 2.Ведение и передача мяча партнеру в парах с забрасыванием в кольцо	ОВД:1.Перебрасывание и ловля большого мяча в парах (расстояние 3м) 2.Прыжки в длину с места — подлезание в обруч боком — подлезание под дугу 40см 3.Подтягивание на скамейке — пролезание в обруч боком	ОВД:Прыжки в высоту с разбега 30, 35, 40см 2.Метание набивного мяча (расстояние 2, 2,5, 3, 3,5, 4, 4,5, 5м) 3.Прыжки в длину с разбега 35 и 40 см
	П/и «Ловишки с мячом»	П/и «Лягушки и цапля»	П/и «Поменяйтесь местами»	П/и «Поменяйтесь местами» / «Наседка и цыплята»
3 часть	Ходьба	Ходьба	Ходьба. Игра малой подвижности «Улитка» / «Ручеек»	Ходьба
Апрель				
Тема	Театр. Цирк. Юмор	Космос	Детские писатели детям. Михалков, Берестов, Токмакова и др.	Наши герои

Задачи	Упражнять в умении при метании в цель выбирать способ броска в зависимости от местонахождения цели; в лазании по гимнастической стенке с использованием перекрестной координации; в выполнении группировки при запрыгивании на скамейку; в ведении, передаче, ловле и забрасывании в кольцо; в выполнении прыжка в длину с разбега. Закрепить умение выбирать способ броска в зависимости от местонахождения цели; энергично отталкиваться при выполнении запрыгивания; вести и забрасывать мяч в кольцо; отталкиваться вперед в прыжках в длину с места; слитное выполнение разбега и толчка в прыжках в длину с разбега. Развивать равновесие в прыжках в высоту с разбега; согласованность действий между играющими при перебрасывании мяча в парах.			
№ занятия	47 — 48	49 — 50	51 — 52	53 — 54
1 часть	Ходьба в колонне, с поворотом на 180 градусов, на пятках, гимнастическим шагом, на носках, перекатом с пятки на носок, с высоким подниманием ног, семенящим шагом, змейкой, двумя колоннами противоходом, скресным шагом, со сменой направления. Бег трусцой с изменением направления, в рассыпную с остановкой по сигналу с заданиями (ножницы, вертушка, волчок, цирковые лошадки, лягушки), с захлестыванием голени назад, с выносом прямых ног вперед. Прыжки с продвижением вперед, с ноги на ногу.			
2 часть	ОРУ с обручем	ОРУ	ОРУ с двумя лентами	ОРУ
	ОВД :1.Прыжки в высоту с разбега 2.Метание («школа мяча») 3.Лазание по стенке с переходом на соседний пролет	ОВД:1.Запрыгивание на скамью 30см — спрыгивание с поворотом на 180 2.Упражнение «Гусеница» 3.Ведение и забрасывание большого мяча в кольцо	ОВД:1.Прыжки в длину с места 2.Ведение мяча в парах	ОВД:1.Прыжки в длину с разбега 2.Ведение, передача и забрасывание мяча в кольцо
	П/и «Ловишка, бери ленту»	П/и «Пожарные на ученьях»	П/и «Ловишка, бери ленту» / «Догони свою пару»	П/и «Кто быстрее к флажку» / «Кто быстрее к препятствию»
3 часть	Ходьба. Пальчиковая гимнастика	Ходьба. Пальчиковая гимнастика	Ходьба. Пальчиковая гимнастика	Ходьба. Пальчиковая гимнастика

Май диагностика

Литература:

1.Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации. Для занятий с детьми 2-7 лет. - М: Мозаика-Синтез, 2009 г. 2.Методика проведения подвижных игр. - М: Мозаика-Синтез, 2009 г. 3.Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. – М.: Academia, 2001. 29 Л. И. Пензулаева 4.Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа. - М: Мозаика-Синтез, 2009г. 5.Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа - М: Мозаика- Синтез, 2009 г. 6.Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. - М: Мозаика- Синтез, 2010 г. 7.Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа. - М: Мозаика-Синтез,

2010 г. Л.Д. Глазырина 8.Физическая культура – дошкольникам. – М.: Владос, 2004. 9.Физическая культура в младшей (средней, старшей, подготовительной) группе детского сада. – М.: Владос, 2005. Л.Д. Глазырина, В.А. Овсянкин 10.Методика физического воспитания детей дошкольного возраста: пособие для педагогов дошко. учреждений - М.: Гуманитар. изд. центр Владос, 2005. Н.С. Голицына 11.Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. – М.: Скрепторий, 2004. 12.План работы воспитателя по физической культуре. - М.: Скрипторий 2003, 2007. Желобкович Е.Ф. 13.Физкультурные занятия в детском саду. 2-я младшая группа (средняя/старшая/подготовительная) - М.: Скрипторий 2003, 2009. М.Д. Маханева С физкультурой дружить - здоровым быть. – М.: ТЦ «Сфера», 2009. Т.С. Овчинникова Подвижные игры, физминутки и упражнения с речью и музыкой. - СПб.:Каро, 2006. Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, М.А. Рунова Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений. – М.: Мозаика-синтез, 1999. М.А. Рунова Двигательная активность ребенка в детском саду. – М.: Мозаика-Синтез, 2000. Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 3-4 (4-, 5-7) 30 лет (с учетом уровня двигательной активности): Пособие для воспитателей и инструкторов физкультуры. – М.: Просвещение, 2006. А.П. Щербак Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении. – М.: Владос, 1999. В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак Физкультурные праздники в детском саду. – М.: Просвещение, 2003. Т.Е. Харченко Организация двигательной деятельности детей в детском саду. - СПб.: Детство-Пресс, 2010. С.О. Филиппова Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения. - СПб.: Детство-Пресс, 2005. Мир движений мальчиков и девочек: Методическое пособие для руководителей физического воспитания дошкольных