

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Орленок»
Солонешенского района
Алтайского края
(МБДОУ детский сад «Орленок»)

ПРИНЯТО:
Педагогическим советом
МБДОУ детский сад «Орленок»
Протокол №1 от «12» августа 2021 г.

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий МБДОУ
детский сад «Орленок»
Приказ от «12» августа 2021 г. №30-Д

МБДОУ ДЕТСКИЙ САД "ОРЛЕНОК", Огнёва Татьяна Михайловна, ЗАВЕДУЮЩИЙ
Сертификат № 546782007CAD8EAC4E6256D47B0DD561

Рабочая программа
образовательная область «Физическое развитие»
на 2021- 2022учебный год
составлена на основе примерной основной образовательной программы «От рождения до школы»
под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой

Составил:
Гребенникова Наталья Викторовна,
инструктор по физической культуре
высшей квалификационной культуре

с. Солонешное 2021г.

Содержание

I. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цели и задачи рабочей Программы.....	4
1.3. Принципы и подходы в организации образовательного процесса.....	4
1.4. Значимые характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей.....	8
1.5. Планируемые результаты освоения детьми Программы.....	9
1.6. Целевые ориентиры образования.....	12
1.7. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности.....	13

II. Содержательный раздел

2.1. Содержание образовательной области «Физическое развитие».....	17
2.2. Взаимодействие с детьми по реализации ОО «Физическое развитие».....	27
2.3. Содержание психолого - педагогической работы по освоению детьми образовательной области физического развития.....	28
2.3.1. Календарно – тематическое планирование НОД. Физическое развитие.....	29
2.3.2. Описание вариативных способов, методов и средств реализации программы.....	121
2.4. Способы направления поддержки детской инициативы.....	125
2.5. Взаимодействие с родителями по реализации ОО «Физическое развитие».....	128

III. Организационный раздел

3.1. Режим дня.....	132
3.2. Циклограмма воспитательно – образовательного процесса.....	134
3.3. Организация культурно-досуговой деятельности.....	137
3.4. Особенности организации предметно – пространственной среды.....	141
3.5. Материально-техническое обеспечение Программы.....	143
3.6. Перечень учебно - методического обеспечения.....	144
3.7. Кадровые условия.....	145

IV. Дополнительный раздел

4.1. Краткая презентация Программы.....	145
4.2. Лист изменений.....	148

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа по направлению «Физическая культура» муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад «Орленок» общеразвивающего вида – Программа спроектирована с учетом ФГОС дошкольного образования, особенностей образовательного учреждения, региона. Данная Программа определяет цель, задачи, планируемые результаты, содержание и организацию образовательного процесса по направлению «Физическая культура» во всех возрастных группах.

Программа разработана в соответствии с образовательной программой дошкольного образования муниципального дошкольного образовательного учреждения детский сад «Орленок». Кроме того, учтены концептуальные положения используемой примерной основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, 2015 год.

Физическая культура является частью общечеловеческой культуры. Она охватывает те стороны жизни и воспитания, которые имеют важнейшее значение для нормального психофизического развития ребенка, укрепления его здоровья и развития двигательной сферы.

Физическая культура рассматривается как основа формирования здорового образа жизни ребенка, в результате которого закладывается фундамент здоровья, происходит созревание и совершенствование жизненно - важных систем и функций организма. У ребенка развиваются адаптационные возможности, повышается устойчивость к внешним воздействиям, формируются движения, осанка; приобретаются физические качества, вырабатываются гигиенические навыки, привычки и представления, формируются черты характера.

К физической культуре ребенок приобщается постоянно, она пронизывает все виды его деятельности и отдыха.

Основным средством физической культуры являются физические упражнения, которые представляют собой специально подобранные движения и различные виды двигательной деятельности, организованные взрослым. Систематическое выполнение упражнений содействует всестороннему развитию всех органов и систем и в первую очередь двигательного аппарата, повышает возбудимость мышц, темп, силу; улучшает координацию движений, мышечный тонус и общую выносливость ребенка.

Интенсивная двигательная активность детей влечет за собой усиление сердечной деятельности, тренирует сердце, укрепляет нервную систему, улучшает соотношение процесса возбуждения и торможения в коре головного мозга. Через движение ребенок познает окружающий мир, у него развивается ориентировка в пространстве, проявляются волевые усилия и яркие эмоциональные переживания.

Важно, чтобы полученные детьми двигательные умения и навыки во время разных видов занятий по физической культуре широко использовались в повседневной жизни.

Создание условий для полноценной двигательной деятельности детей в детском саду и семье способствует формированию основных двигательных умений и навыков, повышению функциональных возможностей детского организма, развитию физических качеств и способностей, воспитанию интереса к разным занятиям по физической культуре.

Важно на протяжении всего дошкольного детства поддерживать и развивать природную потребность ребенка в разных играх и движениях, не подавляя при этом его инициативы. Двигательная деятельность оказывает благоприятное воздействие на организм ребенка, если она соответствует его возрастным и индивидуальным особенностям.

Программа содержит определенный подбор игр и физических упражнений для детей от 2 лет до 7 лет, который может быть реализован в разных формах и видах двигательной деятельности в детском саду и дома.

Сроки реализации программы:

Программа рассчитана на 5 лет обучения:

- 1 год – вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет);
- 2 год – младшая группа (от 3 до 4 лет);
- 3 год – средняя группа (от 4 до 5 лет);
- 3 год – старшая группа (от 5 до 6 лет);
- 5 год – подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет).

1.2. Цель и задачи программы

Цели программы:

- Содействовать приобретению двигательного опыта детей, повышению уровня ежедневной двигательной активности, становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.
- Развивать двигательные качества и способности детей: ловкость, быстроту, гибкость, силу, общую выносливость.
- Создавать условия для формирования опорно-двигательной системы организма, выполнения основных движений (ходьба, бег, прыжки), овладения подвижными играми с правилами.
- Развивать интерес к спорту, расширять представления детей о некоторых видах спорта.
- Способствовать становлению ценностей здорового образа жизни, овладению его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Задачи:

1. Охрана и укрепление здоровья детей. Формирование у детей жизненно необходимых двигательных навыков в соответствии с индивидуальными способностями.
2. Создание условий для реализации двигательной активности.
3. Формировать культуру здоровья детей путем приобщения к лучшим национальным традициям народов России средствами народных игр.
4. Воспитание потребностей в здоровом образе жизни.
5. Обеспечение физического и психического благополучия.

1.3. Принципы и подходы в организации образовательного процесса «Физическое развитие»

Принципы физического воспитания, в соответствии с которыми складываются закономерности, правила и требования, предъявляемые к инструктору по физической культуре, определяют его деятельность по всесторонней физической подготовке ребенка к будущей жизни, раскрытию у него жизненно важных сил, гармоническому развитию. В физическом воспитании наряду с общепедагогическими дидактическими принципами (сознательности и активности, наглядности, доступности и т.д.) имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания.

Основными из этих принципов являются: всестороннее и гармоничное развитие личности; связь физической культуры с жизнью; оздоровительная направленность физического воспитания; непрерывность и систематичность чередования нагрузок и отдыха; постепенность наращивания развивающих,

тренирующих воздействий; цикличное построение непосредственно образовательной деятельности; возрастная адекватность направлений физического воспитания.

Общепедагогические принципы:

Принцип осознанности и активности направлен на воспитание у ребенка осмысленного отношения к физическим упражнениям и подвижным играм. Осознание техники движения, последовательности его выполнения, мышечного напряжения, собственного тела способствует формированию у ребенка телесной рефлексии. Осознавая оздоровительное воздействие физических упражнений на организм, ребенок учится самостоятельно и творчески решать двигательные задачи. Он осваивает пространственную терминологию, осознанно выбирает рациональный способ двигательного действия; придумывает комбинации движений, их варианты, организует знакомые игры и придумывает свои.

Принцип активности предполагает в ребенке высокую степень самостоятельности, инициативы и творчества.

Принцип систематичности и последовательности обязательны для всех форм физического воспитания: формирования двигательных навыков, закаливания, режима. Систематичность проявляется во взаимосвязи знаний, умений, навыков. Система подготовительных и подводящих упражнений позволяет перейти к освоению нового движения и, опираясь на него, приступить к познанию последующего, более сложного материала. Регулярность, планомерность, непрерывность физического воспитания на протяжении всего дошкольного возраста обеспечивают принцип систематичности. Во всех возрастных группах должна соблюдаться четкая последовательность физкультурных занятий с обязательным чередованием нагрузок и отдыха, а также последовательность, преемственность, взаимосвязь в содержании самих занятий. Ежедневные, систематически проводимые формы организации двигательной деятельности в сочетании с закаливающими мероприятиями приучают ребенка постоянно соблюдать оздоровительно-воспитательный режим, тогда как прекращение систематических занятий снижает функциональные возможности его организма и уровень физической подготовленности. Усвоение движений, формирование двигательных навыков требуют их повторяемости.

Принцип повторения двигательных навыков является одним из важнейших. В результате многократных повторений образуются двигательные навыки, вырабатываются динамические стереотипы. Система повторения физических упражнений строится на усвоении нового и повторении в разнообразных вариантах разученных движений. Характер вариативности упражнений может проявляться в изменении упражнений и условий их выполнения, в разнообразии методов и приемов, в различных формах физкультурных занятий.

Включение вариантных изменений в стереотипы выполнения движений предполагает соблюдение *принципа постепенности*. И.П. Павлов писал, что в педагогике постепенность и тренировка являются основным физиологическим правилом. Стратегия и тактика систематического и последовательного обучения важна для создания двигательного образования ребенка. Она предполагает преемственность от одной ступени обучения к другой.

Принцип наглядности — предназначен для связи чувствительного восприятия с мышлением. Он способствует направленному воздействию на функции сенсорных систем, участвующих в движении. В практике физического воспитания используется непосредственная и опосредованная наглядность. Непосредственная наглядность выражается в показе педагогом разучиваемого двигательного действия. Опосредованная наглядность представлена демонстрацией пособий, кино- и видеофильмов, графиков, фотографий и т.д., обеспечивающих представление о выполняемом

действии. Наглядность облегчает выполнение двигательных заданий, развивает интерес к физическим упражнениям, ускоряет формирование двигательных умений и навыков, развивает двигательные способности. При разучивании новых движений принцип наглядности осуществляется путем безукоризненного, красивого, четкого показа (непосредственной зрительной наглядности). Это обеспечивает точное восприятие движения, формирует правильное представление о нем.

Принцип доступности и индивидуализации имеет свои особенности возродительной направленности физического воспитания. Поскольку физические упражнения воздействуют на жизненно важные функции организма, оказывая оздоровительное воздействие на его органы и системы, завышение нагрузок отрицательно влияет на состояние здоровья ребенка. Соблюдение принципа доступности в физическом воспитании требует от педагогов определения меры доступного. Она зависит от индивидуальных возможностей ребенка и от объективных трудностей, возникающих при выполнении определенного упражнения. Соблюдение принципа доступности предполагает, что, мобилизуя умственные и физические способности, ребенок успешно справляется с программным материалом. Данные об индивидуальных возможностях ребенка педагоги получают путем тестирования и диагностирования, изучения результатов медико-педагогического контроля.

Педагог подбирает упражнения, которые соответствуют функциональным и приспособительным возможностям детского организма, не нанося ущерба его здоровью. Важную роль в этом играет подбор посильных для ребенка нагрузок, которые постепенно усложняются в различных формах двигательной деятельности, а также при распределении программного материала на занятиях. Использование подготовительных и подводящих упражнений способствует преодолению трудностей при усвоении двигательных навыков.

Реализация принципа доступности требует соблюдения последовательности создания методических условий. Поскольку двигательные умения и навыки базируются на уже приобретенных умениях, важным условием принципа доступности является преемственность физических упражнений. Распределение материала, основанного на связи каждого предыдущего занятия с последующим, обеспечивает усвоение программного содержания. Соблюдение преемственности занятий выражено в следующих правилах: от известного к неизвестному или от освоенного к неосвоенному; от простого к сложному, от легкого к трудному.

Принцип индивидуализации предполагает необходимость учета функциональных возможностей, типологических особенностей малыша. Он позволяет улучшать врожденные задатки, развивать способности, тренировать нервную систему, воспитывать положительные качества и способности ребенка. Принцип индивидуализации в физическом воспитании осуществляется на основе общих закономерностей обучения и воспитания. С учетом уровня индивидуальной подготовленности ребенка, его двигательных способностей и состояния здоровья намечаются пути совершенствования двигательных навыков, построения двигательного режима, приобщения к разным формам двигательной деятельности. Принципы, отражающие закономерности физического воспитания:

Принцип непрерывности - выражает основные закономерности построения занятий в физическом воспитании. Принцип непрерывности выражает закономерности построения физического воспитания как целостного процесса. Он тесно связан с принципом системного чередования нагрузок и отдыха. Сочетание высокой активности и отдыха в разных формах двигательной деятельности ребенка повышает их эффективность, что выражается в динамичности закономерных изменений содержания и формы параметров функциональных нагрузок от занятия к занятию, от этапа к этапу.

Тенденция постепенного увеличения нагрузок строится на основе *принципа постепенного наращивания развивающее тренирующих воздействий*. Она выражает поступательный характер и гарантирует развивающий эффект системы физических упражнений и обуславливает

усиление и обновление воздействий в процессе физического воспитания. Динамичность нагрузок зависит от закономерностей адаптации к ним ребенка.

Нормирование нагрузки основывается на *принципе адаптивного сбалансирования динамики нагрузок*. Реализация потенциальных двигательных возможностей организма, прогрессивное изменение психофизических качеств, происходит волнообразно и обеспечивает развивающее тренирующее воздействие физических упражнений на ребенка.

Упорядочению процесса физического воспитания способствует *принцип цикличности*. Он заключается в повторяющейся последовательности занятий, что обеспечивает повышение тренированности, улучшает физическую подготовленность ребенка.

Формирование двигательных умений и навыков, физическое образование ребенка, его двигательные способности, функциональные возможности организма развиваются в физическом воспитании на основе *принципа возрастной адекватности* процесса физического воспитания (т.е. учета возрастных и индивидуальных особенностей ребенка).

Важнейшее значение в системе физического воспитания имеет *принцип всестороннего и гармонического развития личности*. Он содействует развитию психофизических способностей, двигательных умений и навыков, осуществляемых в единстве и направленных на всестороннее физическое, интеллектуальное, духовное, нравственное и эстетическое - развитие личности ребенка.

Принцип оздоровительной направленности решает задачи укрепления здоровья ребенка. Подбор физических упражнений для ребенка направлен не только на профилактику нарушения осанки, состояния здоровья, но и на всестороннее оздоровление организма, повышение его работоспособности, совершенствование психофизических качеств, поддержание эмоционально-положительного состояния, жизнерадостности и любви к жизни. Физические упражнения в сочетании с определенными процедурами повышают функциональные возможности организма, способствуют значительному улучшению оздоровительной деятельности мозга, функций желудочно-кишечного тракта, эндокринной системы и т.д.

Оздоровительная направленность физических упражнений и всех форм организации двигательной деятельности ребенка непременно должна осуществляться под строгим врачебным контролем.

В МБДОУ используются разнообразные способы обучения:

- фронтальный, направленный на одновременное осознанное выполнение двигательных действий всеми участвующими в этом процессе детьми;

- групповой - обеспечивает возможность самостоятельного упражнения в знакомых движениях небольшой группе детей или позволяет воспитателю, подобрав дифференцированные задания для небольших групп детей, обучать другую группу двигательному действию.

- индивидуальный, позволяет каждому ребенку самостоятельно и успешно выполнять данное ему воспитателем задание.

Использование разнообразных способов обучения обеспечивает принцип единства оптимального сочетания фронтальных, групповых и индивидуальных способов обучения, что способствует эффективному решению воспитательно-образовательных и оздоровительных задач в работе с детьми.

Все принципы физического воспитания осуществляются в единстве. Они реализуют оздоровительную направленность физического воспитания и обеспечивают связь физической культуры с жизнью, осуществляют подготовку ребенка к обучению в школе, формируют любовь к занятиям физическими упражнениями, спортом.

1.4. Значимые характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей.

1.4.1. Возрастные особенности, индивидуальные особенности, состав групп, сведения о семьях воспитанников.

В МБДОУ функционирует 8 (восемь) групп общеразвивающей направленности.

	2 группа раннего возраста	Младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная	Итого
Количество групп	1	1	2	1	3	8
Количество детей	16	23	35	21	63	158
Характеристика воспитанников по полу.	Мал.- 10 Дев.-6	Мал.- 14 Дев.-9	Мал.- 13 Дев.-22	Мал.- 14 Дев.- 7	Мал.- 35 Дев.-28	Мал.-73 Дев.-72
По группе здоровья.	I-10 II-5 III-1	I-11 II-9 III-3	I-9 II-22 III-4	I-4 II-15 III-2	I-28 II-33 III -2	I-62 II-84 III –12

1.4.2 Режим организационной образовательной деятельности

Непосредственно- образовательная деятельность по «Физической культуре» организуется в каждой возрастной группе 3 раза в неделю, 2 занятия в зале, 1 на улице.

Группа	Сроки освоения	Объём		
		Продолжительность занятия в минутах	Количество НОД в неделю	В месяц
Дети 2-3 лет	1 год	10мин	3	12
Дети 3-4 лет	1 год	15мин	3	12
Дети 4-5 лет	1 год	20 мин	3	12
Дети 5-6 лет	1 год	25 мин	3	12
Дети 6-7 лет	1 год	30 мин	3	12

1. Возрастные особенности детей подробно сформулированы в примерной основной образовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы»/ под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой 1. Возрастные особенности детей от 2 до 3 лет: Примерная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы»/ под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015, с. 243-244.

2. Возрастные особенности детей от 3 до 4 лет: Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы»/ под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015, с. 244-246.

3. Возрастные особенности детей от 4 до 5 лет: Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы»/ под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015, с. 246-248.

4. Возрастные особенности детей от 5 до 6 лет: Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы»/ под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015, с. 248-250.

5. Возрастные особенности детей от 6 до 7 лет: Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы»/ под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015, с. 250-252.

1.5. Планируемые результаты освоения программы.

Вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет).

1. Умеет самостоятельно одеваться и раздеваться в определенной последовательности.
2. Проявляет навыки опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых).
3. При небольшой помощи взрослого пользуется индивидуальными предметами (носовым платком, салфеткой, полотенцем, расческой, горшком).
4. Умеет самостоятельно есть.
5. Умеет выполнять ходьбу и бег, не наталкиваясь на других детей.
6. Может прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед и т.д.
7. Умеет брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч.
8. Умеет ползать, подлезать под натянутую веревку, перелезть через бревно, лежащее на полу.

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

Младшая группа (от 3 до 4 лет).

1. Различает и называет органы чувств (глаза, рот, нос, уши), имеет представление об их роли в организме.
2. Имеет представление о полезной и вредной пище.
3. Имеет представление о здоровом образе жизни.
4. Ходит и бежит свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Действует совместно, участвует в построении в колонну по одному, шеренгу, круг, находит свое место при построениях.
5. Энергично отталкивается двумя ногами и правильно приземляется в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимает правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см.

6. Энергично отталкивает мяч при катании, бросании. Ловит мяч двумя руками одновременно. Обхватывает перекладину во время лазанья.
7. Сохраняет правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.
8. Реагирует на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполняет правила в подвижных играх. Проявляет самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.
9. Ползает на четвереньках, лазит по гимнастической стенке.
 - Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
 - Воспитание культурно-гигиенических навыков;
 - Сформировать начальных представлений о здоровом образе жизни;
 - Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
 - Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
 - Сформировать у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Средняя группа (от 4 до 5 лет).

1. Знает части тела и органы чувств, их значение для жизни и здоровья человека.
2. Имеет представление о здоровом образе жизни.
3. Умеет оказывать себе элементарную помощь при ушибах, при необходимости обращаются за помощью к взрослым при заболевании, травме.
4. Ходит и бежит с согласованными движениями рук и ног. Бежит легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.
5. Ползает, пролезает, подлезает, перелезает через предметы. Перелезает с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).
6. Энергично отталкивается и правильно приземляется в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентируется в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места сочетает отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохраняют равновесие. Выполняет прыжки через короткую скакалку.
7. Принимает правильное исходное положение при метании, отбивает мяч о землю правой и левой рукой, бросает и ловит его кистями рук (не прижимая к груди).
8. Участвует в построении, соблюдает дистанцию во время передвижения. Проявляет психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.
9. Выполняет ведущую роль в подвижной игре, осознанно относится к выполнению правил игры.
10. Проявляет активность в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.
11. Выполняет действия по сигналу.
 - Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
 - Воспитание культурно-гигиенических навыков;
 - Сформировать начальных представлений о здоровом образе жизни;
 - Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
 - Накопление и обогащение двигательного опыта детей;
 - Овладение основными видами движения;

-Сформировать у воспитанников потребности в двигательном и физическом совершенствовании.

Старшая группа (от 5 до 6 лет).

1.Имеет представление об особенностях функционирования и целостности человеческого организма, о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.

2.Имеет представление о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения).

3.Проявляет интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.

4.Имеет представление об истории олимпийского движения.

5.Соблюдает технику безопасности и правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

6.Осознанно выполняет движения.

7.Легко ходит и бежит, энергично отталкиваясь от опоры, бежит наперегонки, с преодолением препятствий.

8.Лазит по гимнастической стенке, меняя темп.

9.Прыгает в длину, в высоту с разбега, правильно разбегается, отталкивается и приземляется в зависимости от вида прыжка, прыгает на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохраняя равновесие при приземлении.

10.Сочетает замах с броском при метании, подбрасывает и ловит мяч одной рукой, отбивая его правой и левой рукой на месте и ведет его при ходьбе.

11.Ориентируется в пространстве.

12.Знает элементы некоторых спортивных игр, игр с элементами соревнования, играми-эстафетами.

13.Совместно со взрослыми готовит физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирает его на место.

14.Проявляет интерес к различным видам спорта, к спортивным играм и упражнениям, проявляет инициативу и творчество.

-Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;

-Воспитание культурно-гигиенических навыков;

-Сформировать начальных представлений о здоровом образе жизни;

-Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости выносливости и координации);

-Накопление и обогащение двигательного опыта детей;

-Овладение основными видами движения;

-Сформировать у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет).

1.Соблюдает принципы рационального питания.

2.Имеет представление об активном отдыхе, о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур, о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

3.Соблюдает заданный темп в ходьбе и беге, сочетает разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

Выполняет активные движения кисти руки при броске.

4.Перелазит с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

5. Быстро перестраивается на месте и во время движения, равняется в колонне, шеренге, кругу; выполняет упражнения ритмично, в указанном темпе.
 6. Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье), спортивные упражнения.
 7. Самостоятельно следит за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвует в уходе за ними.
 8. Проявляет выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.
 9. Самостоятельно организует подвижные игры, придумывает собственные игры, варианты игр, комбинирует движения.
 10. Проявляет интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.
 11. Использует разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), ориентируется в пространстве; справедливо оценивает свои результаты и результаты товарищей. Проявляет интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).
- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
 - Воспитание культурно-гигиенических навыков;
 - Сформировать начальных представлений о здоровом образе жизни;
 - Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
 - Накопление и обогащение двигательного опыта детей;
 - Овладение основными видами движения;
 - Сформировать у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

1.6. Целевые ориентиры.

К целевым ориентирам дошкольного образования относятся следующие социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка» (п.4.6.ФГОС ДО).

Целевые ориентиры образования в младенческом и раннем возрасте:

1. Ребенок интересуется окружающими предметами, активно действует с ними, эмоционально вовлечен в действия с игрушками и другими предметами, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий.
2. Использует специфические, культурно фиксированные предметные действия, знает назначение бытовых предметов (ложки, расчески, карандаша и пр.) и умеет пользоваться ими. Владеет простейшими навыками и игровым поведением; проявляет навыки опрятности.
3. Стремится к общению со взрослыми и активно подражает им в движениях и действиях; появляются игры, в которых ребенок воспроизводит действия взрослого. Эмоционально откликается на игру, предложенную взрослым, принимает игровую задачу.
4. Проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им. Умеет играть рядом со сверстниками, не мешая им. Проявляет интерес к совместным играм небольшими группами.
5. У ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движений (бег, лазанье, перешагивание и пр.). С интересом участвует в подвижных играх с простым содержанием, несложными движениями.

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

1. Ребенок овладевает основными культурными средствами, способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в различных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и других видах детской активности. Способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности.
2. Ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства. Активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.
3. Понимает, что все люди равны вне зависимости от их социального происхождения, этнической принадлежности, религиозных и других верований, их физических и психических особенностей.
4. Ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации; умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам; умеет распознавать различные ситуации и адекватно их оценивать.
5. У ребенка развита крупная и мелкая моторика. Он подвижен, вынослив, владеет основными произвольными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.
6. Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены.
7. Имеет первичные представления о себе, семье, традиционных семейных ценностях, включая традиционные гендерные ориентации, проявляет уважение к своему и противоположному полу.
8. Имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

1.7. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности

Педагогическая диагностика предполагает оценку индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанную с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования. Объектом педагогической диагностики являются интегративные качества ребенка.

Педагогическая диагностика проводится в виде тестов, поэтапно в течение 8 - 10 дней с малыми подгруппами, либо индивидуально не более 2-3 тестовых заданий за одно занятие. Скоростно-силовые и силовые тесты проводятся в один день, тест на выносливость в другой день; тест на гибкость и ловкость в третий день. Результаты тестирования фиксируются в протоколах, диагностических картах.

Результаты педагогической диагностики используются для решения следующих образовательных задач:

- 1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- 2) оптимизации работы с группой детей.

Проведение педагогической диагностики обеспечивает возможность оценки индивидуального развития детей, с помощью использования карт развития, сбалансированность методов, не приводит к переутомлению воспитанников и не нарушает ход образовательного процесса. Во всех возрастных группах в начале и конце года отводится время для педагогической диагностики: две недели в октябре, две недели в апреле (согласно календарному учебному графику). Карты развития разработаны в соответствии с пособием «Мониторинг достижения детьми планируемых результатов»: пособие для педагогов / Н.О. Березина, И.А. Бурлакова, Е.Е. Клопотова. – М.: Просвещение, 2011г.

Обследование уровня развития физических качеств

Тест для определения скоростных качеств:

1. Бег на 30 м со старта (тестируются скоростные качества).

Тесты для определения скоростно-силовых качеств:

1. Прыжок в длину с места

2. Бросок мешочка весом 150г правой, левой рукой (тестируются уровень физического развития детей, их ориентировочные реакции и координационные способности).

Тесты для определения ловкости и координационных способностей:

1. Статическое равновесие (тест выявляет и тренирует координационные возможности детей).

2. Подбрасывание и ловля мяча (тест на ловкость и координацию).

3. Отбивание мяча от пола (тестируется ловкость, скорость реакции, устойчивость позы).

4. Гибкость (тест характеризует подвижность всех звеньев опорно-двигательного аппарата, эластичность мышц и связок).

Тест для определения силы и силовой выносливости:

1. Бег на 90 м, 120 м, 150 м со старта (тест для определения силовой выносливости).

2. Подъем туловища из положения, лежа на спине.

Ориентировочные показатели физической подготовленности детей

№	Наименование показателя	Пол	4 года	5 лет	6 лет	7 лет
1.	Время бега на 30 м со старта(сек.)	Мал.		8,5-8,1	8,0-6,5	7,2-6,0
		Дев.		8,5-8,2	8,1-6,5	7,2-6,1
2.	Длина прыжка с места (см.)	Мал.	82-90	85-130	100-150	130-155
		Дев.	79-87	85-125	90-140	125-150
3.	Дальность броска набивного мяча весом 1 кг из-за головы, стоя (см.)	Мал.	120-160	160-230	175-300	220-350
		Дев.	110-150	150-225	170-280	190-330
4.	Подбрасывание и ловля мяча(кол-во)	Мал.	10-12	15-25	26-40	45-60
		Дев.	7-10	15-25	26-40	40-55
5.	Отбивание мяча от пола(кол-во)	Мал.	До 5 раз	5-10	11-20	35-70
		Дев.		5-10	10-20	35-70
6.	Подъем из положения лежа на спине (кол-во)	Мал.	6-10	11-17	12-25	15-30
		Дев.	5-10	10-15	11-20	14-28

Подводя итоги диагностики, важно не просто установить уровень сформированных психофизических качеств (высокий, средний, низкий), но выявить темп прироста психофизических качеств у каждого ребенка, который можно определить по формуле Усакова В.

$$W = 100(V2 - V1) \cdot \frac{1}{2} (V1 + V2), \text{ где}$$

W — прирост показателей (%)

V1- исходный уровень

V2- конечный уровень

Оценка темпов прироста физических качеств, детей дошкольного возраста.

Не удовлетворительно	-до 8% - прирост за счет естественного роста
Удовлетворительно	-8-10% - прирост за счет естественного роста и роста естественной двигательной активности
Хорошо	-10-15% -прирост за счет естественного роста и целенаправленной системы физического воспитания
Отлично	- свыше 15% - за счет эффективного использования естественных сил природы и физических упражнений

Оформление результатов проведенной педагогической диагностики

№ п/п	Ф.И. ребёнка	Год рождения	Группа здоровья	Метание мешочка				Бег 30м.	
				Пр. октябрь	Лев. май	Пр. октябрь	Лев. май	октябрь	май
1.									
2.									
3.									
4.									
5.									
6.									
7.									
8.									
9.									
10.									

Подъём туловища в седе за 30 сек.		Прыжок в длину с места		Бросок набивного мяча		Отбивание мяча от пола	
октябрь	май	октябрь	май	октябрь	май	октябрь	май

Индивидуальная карта здоровья (форма)

Год обследования	20__-20__		20__-20__		20__-20__	
Возраст	4-5		5-6		6-7	
Вес						
Рост						
Выносливость бег 90м,120м,150м	на начало года	на конец года	на начало года	на конец года	на начало года	на конец года
Быстрота бег (30м)						
Динамометрия	на начало года	на конец года	на начало года	на конец года	на начало года	на конец года
Правая кисть						
Левая кисть						
Сила рук-метание (см)	на начало года	на конец года	на начало года	на конец года	на начало года	на конец года
Правая рука						
Левая рука						

Сила ног прыжки в длину с места (см)						
Гибкость	на начало года	на конец года	на начало года	на конец года	на начало года	на конец года
Равновесие						
Координация						
Ловкость						
Уровень физического развития						

II. Содержательный раздел

2.1. Содержание образовательной области «Физическое развитие» (обязательная часть)

Вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет)

Третий год жизни – важный этап в развитии ребенка. Темп физического развития замедляется, но организм в целом крепнет, движения совершенствуются. Однако опорно-двигательный аппарат развит сравнительно слабо, двигательный опыт небольшой, движения часто непреднамеренны, направления их случайны, эмоциональные проявления неустойчивы, активное торможение плохо развито. Ребёнок ещё не умеет самостоятельно регулировать скорость, силу и амплитуду движений. Всё это необходимо учитывать при организации работы по физическому воспитанию. Основной задачей обучения является формирование умения действовать совместно – на основе подражания воспитателю или в соответствии с его указаниями. В этой группе проводятся три занятия в неделю. Обучая детей движениям, воспитатель показывает и объясняет их, а дети, подражая ему, выполняют. Упражнения проводятся в основном в игровой форме. В первой младшей группе детей строят в колонну по одному, в шеренгу, в круг, врассыпную – сначала подгруппами, потом всей группой. Построение происходит с помощью воспитателя по зрительным ориентирам.

Общеразвивающие упражнения дети могут выполнять стоя врассыпную или в кругу.

Основные движения:

1. Ходьба. В первой младшей группе нужно учить детей ходить правильно, не наталкиваясь друг на друга, формировать умение сохранять устойчивое положение тела и правильную осанку.
2. Бег. На третьем году жизни ребёнка нужно учить бегать, сохраняя равновесие и заданное направление, не наталкиваясь на предметы.

3. Прыжки. В первой младшей группе вводятся прыжки на двух ногах на месте, с продвижением, а так же в длину и высоту с места. Основное внимание должно быть направлено на обучение детей отталкиванию двумя ногами, мягкому приземлению на носки при прыжках вверх и в высоту с места.

4. Катание, бросание, ловля. Ребёнка учат брать мяч, держать его и переносить одной и двумя руками, скатывать, прокатывать, энергично отталкивать в заданном направлении.

5. Ползание и лазание. Сначала детей целесообразно учить ползанию на животе, постепенно переходя к ползанию на четвереньках с опорой на колени и ладони. Это упражнение проводится фронтально и сочетается с движениями на выпрямление туловища. Аналогично организуются упражнения в подлезании.

6. Упражнения в равновесии. Умение сохранять равновесие развивается, у ребёнка в процессе выполнения всех физических упражнений, а так же специальных занятий. Воспитателю необходимо учитывать, что такие упражнения требуют от ребёнка концентрации внимания и преодоления чувства неуверенности, страха.

7. Подвижные игры. Роль ведущего берёт на себя воспитатель. По ходу игры он подсказывает детям их действия, подбадривает неуверенных, застенчивых. Малыши выполняют движения, подражая педагогу. Подвижную игру на занятии повторяют два-три раза.

Особенностью формирования у детей двигательных навыков на данном возрастном этапе является многократное повторение одних и тех же движений. С первой младшей группы в режим дня включается утренняя гимнастика длительностью 4-5 минут. В содержание входят строевые упражнения, ходьба, бег, подскоки, три-четыре общеразвивающих упражнения, разученных на занятии. Важно, чтобы дети делали гимнастику с желанием, интересом, чтобы испытывали радость от движений. Недопустимо принуждать их заниматься утренней гимнастикой.

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см.

Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании.

Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.

Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.

Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место. Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правил подвижных игр.

Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами.

Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.

Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений.

Основные движения.

Ходьба	Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), в рассыпную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом). Ходьба по прямой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Ходьба по наклонной доске (высота 30-35 см). Медленное кружение в обе стороны.
Бег	Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25-50 см, длина 5-6 м), по кругу, змейкой, в рассыпную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убежать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанном месте), бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50-60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м).
Катание, бросание, ловля, метание	Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в ворота (ширина 50-60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1-1,5 м). Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см). Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2-3 раза подряд).
Ползание	Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м), между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола; пролезание в обруч, перелезание через бревно. Лазанье по лесенке, стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).
Лазание	
Прыжки	Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (расстояние 2-3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыжки с высоты 15-20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка; через линию, шнур, через 4-6 линий (поочередно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см.
Групповые упражнения с	Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, в рассыпную;

перестроениями	размыкание и смыкание обычным шагом; повороты наместе направо, налево переступанием
Ритмическая гимнастика	Выполнение разученных ранее общеразвивающих упражнений и циклических движений под музыку.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.	Поднимать и опускать прямые руки вперед, вверх, в стороны (одновременно, поочередно). Переключать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой. Хлопать ладоши перед собой и отводить руки за спину. Вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами.
Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.	Передавать мяч друг другу над головой вперед-назад, споворотом в стороны (вправо-влево). Из исходного положения сидя: поворачиваться положить предмет позади себя, повернуться и взять его), наклониться, подтянуть ноги к себе, обхватив колени руками. Из исходного положения лежа на спине: одновременно поднимать и опускать ноги, двигать ногами, как при езде на велосипеде. Из исходного положения лежа на животе: сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны.
Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.	Подниматься на носки; поочередно ставить ногу на носок вперед, назад, в сторону. Приседать, держась за опору и без нее; приседать, вынося руки вперед; приседать, обхватывая колени руками и наклоняя голову. Поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях. Сидя захватывать пальцами ног мешочки с песком. Ходить по палке, валику (диаметр 6-8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни.

Спортивные упражнения

Катание на санках	Катать друг друга на санках; кататься с невысокой горки.
-------------------	--

Подвижные игры

С ходьбой и бегом	«Догони мяч!» «По тропинке» «Через ручеек» «Кто тише?» «Перешагни через палку» «Догоните меня!» «Воробышки и автомобиль» «Солнышко и дождик» «Птички летают» «Принеси предмет»
С ползанием	«Доползи до погремушки» «Проползи в воротца» «Не переползай линию!» «Обезьянки»

С бросаниями ловлей мяча	«Мяч в кругу» «Прокати мяч» «Лови мяч» «Попади в воротца» «Целься точнее!».
С подпрыгиванием	«Мой веселый звонкий мяч», «Зайка беленький сидит», «Птички в гнездышках», «Через ручеек».
На ориентировку в пространстве	«Где звенит?» «Найди флажок»
Движение под музыку, пение	«Поезд», «Заинька», «Флажок».

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

У четырёхлетних детей возросли физические возможности: движения их стали значительно более уверенными и разнообразными. Дошкольники испытывают острую потребность в движении. В случае неудовлетворения этой потребности, ограничения активной двигательной деятельности они быстро перевозбуждаются, становятся непослушными, капризными. Поэтому в средней группе особенно важно наладить разумный двигательный режим, насытить жизнь детей разнообразными подвижными играми, игровыми заданиями.

Продолжать работу по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и совершенствованию его функций.

Осуществлять под руководством медицинских работников комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода). Обеспечивать пребывание детей на воздухе в соответствии с режимом дня.

Организовывать и проводить различные подвижные игры (зимой — катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам, ходьба на лыжах).

Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 6-8 минут.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

- Продолжать знакомить детей с частями тела и органами чувств человека. Дать представления о функциональном назначении частей тела и органов чувств, для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).
- Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.
- Дать представления о необходимых телу человека веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.
- Познакомить с понятиями «здоровье» и «болезнь».
- Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием (Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»).
- Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.
- Развивать умение заботиться о своем здоровье.
- Дать представление о составляющих здорового образа жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Воспитывать потребность быть здоровым. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Спортивные упражнения

Катание на санках	Скатываться на санках с горки, тормозить при спуске с нее, подниматься с санками на гору.
Скольжение	Скользить самостоятельно по ледяным дорожкам.
Ходьба на лыжах	Передвигаться на лыжах по лыжне скользящим шагом.

	Выполнять повороты на месте (направо и налево) переступанием. Подниматься на склон прямо ступающим шагом, полуёлочкой. (прямо и наискось). Проходить на лыжах до 500 м.
--	---

Подвижные игры

С бегом	«Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку» «Бездомный заяц», «Ловишка».
С прыжками	«Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается», с ползанием и лазаньем, «Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котята и щенята»
С бросанием и ловле	«Подбрось - поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку»
На ориентировку в пространстве, на внимание	«Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?», «Прятки».
Народные игры	«У медведя во бору» и др.

Задачи:

1. Способствовать воспитанию скоростных, скоростно-силовых качеств, гибкости с применением специальных методических приемов, создавать условия для развития ловкости, выносливости.
2. Вызывать и поддерживать интерес к двигательной деятельности.
3. Побуждать к проявлению настойчивости при достижении конечного результата, стремления к качественному выполнению движений.
4. Содействовать развитию адаптационных возможностей и улучшению работоспособности детского организма.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

На шестом году жизни двигательный опыт детей заметно расширяется, активно развиваются двигательные и познавательные способности. В развитии мышц выделяют несколько «узловых» периодов. Один из них – возраст шесть лет, когда у детей активно развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабыми остаются мелкие мышцы, особенно кисти рук. На шестом году жизни заметно улучшается устойчивость равновесия. При этом девочки имеют некоторые преимущества перед мальчиками. Резервные возможности сердечно-сосудистой и дыхательных систем заметно расширяются, особенно при проведении занятий на открытом воздухе и применении беговых и прыжковых упражнений. Контроль и оценка, как собственных движений, так и движений других детей позволяют ребёнку понять связь между способом выполнения движения и полученным результатом, а также научиться постепенно планировать свои практические и игровые действия.

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей

- Продолжать под руководством медицинских работников проводить комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода) в сочетании с физическими упражнениями.

- Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 8-10 минут.
- Во время занятий, требующих высокой умственной нагрузки, и в промежутках между занятиями проводить физкультминутки длительностью 1 - 3 минуты.
- Приучать детей самостоятельно организовывать подвижные спортивные игры, выполнять спортивные упражнения на прогулке, используя имеющееся физкультурное оборудование: зимой кататься на санках, скользить по ледяным дорожкам, ходить на лыжах.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

- Расширять представление об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Обращать внимание детей на особенности их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»).
- Расширять представление о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.
- Показывать зависимость здоровья человека от правильного питания.
- Формировать умение определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.
- Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.
- Дать представление о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Учить характеризовать свое самочувствие.
- Раскрыть возможности здорового человека.
- Расширять представления о месте человека в природе, о том, как нужно жить, чтобы не вредить себе и окружающей среде. Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься.
- Познакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.
- Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Спортивные упражнения.

Катание на санках	Катать друг друга на санках, кататься с горки по двое. Выполнять повороты при спуске.
Скольжение	Скользить по ледяным дорожкам с разбега, приседая и вставая во время скольжения.
Ходьба на лыжах	Ходить на лыжах скользящим шагом. Выполнять повороты на месте и в движении. Подниматься на горку лесенкой, спускаться с нее в низкой стойке. Проходить на лыжах в медленном темпе дистанцию 12 км.
Игры на лыжах	«Кто первый повернется?», «Слалом», «Подними», «Догонялки».

Спортивные игры.

Городки	Бросать биты сбоку, занимая правильное исходное положение. Знать 3-4 фигуры. Выбивать городки с полукона (2-3 м) и кона (5-6 м).
---------	--

Элементы баскетбола	Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от 7 груди, вести мяч правой, левой рукой. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди.
Бадминтон	Отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону. Играть в паре с воспитателем.
Элементы футбола	Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении. Обводить мяч вокруг предметов; закатывать в лунки, ворота; передавать ногой друг другу в парах, отбивать о стенку несколько раз подряд.
Элементы хоккея	Прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывать ее в ворота. Прокатывать шайбу друг другу в парах.

Подвижные игры.

С бегом	«Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Затейники», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Бездомный заяц».
С прыжками	«Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочкина кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы».
С лазанием и ползанием	«Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарныена ученье».
С метанием	«Охотники и зайцы», «Брось флажок?», «Попади в обруч», «Сбеймяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо».
Эстафеты	«Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».
С элементами соревнования	«Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?».
Народные игры	«Гори, гори ясно!», «Огородники», «Золотые ворота», «Пятнашки», «Бой яйцами».

Задачи:

1. Приучать анализировать качество выполнения физических упражнений, вычленять ведущие компоненты двигательного действия, замечать ошибки и исправлять их; содействовать развитию общей и статической выносливости, гибкости и скоростных способностей.
2. Формировать навык сохранения правильной осанки, содействовать пропорциональному развитию всех мышечных групп.
3. Воспитывать ответственное отношение к правилам при выполнении физических упражнений и в подвижных играх.
4. Развивать умения сравнивать способы выполнения движений по показателям силы и скорости, оценивать целесообразность их применения в заданных условиях и объяснять свой выбор.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Движения детей седьмого года жизни отличаются достаточной координированностью и точностью. Дети хорошо различают скорость, направление движения, смену темпа и ритма. Растут возможности пространственной ориентировки, заметно увеличиваются проявления волевых

усилий при выполнении отдельных упражнений, стремление добиться хорошего результата. У детей этого возраста вырабатывается эстетическое отношение к движениям, они начинают воспринимать красоту и гармонию движений. Нередко проявляются личные вкусы в выборе физических упражнений.

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей

- Развивать творчество, самостоятельность, инициативу в двигательных действиях, осознанное отношение к ним, способность к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. Формировать интерес и любовь к спорту.
- Систематически проводить под руководством медицинских работников различные виды закаливающих процедур с учетом индивидуальных особенностей детей.
- Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 10-12 минут.
- Во время занятий, требующих большой умственной нагрузки, и в промежутках между ними проводить физкультминутки продолжительностью 1-3 минуты.
- Обеспечивать оптимальную двигательную активность детей в течение всего дня, используя подвижные, спортивные, народные игры и физические упражнения.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

- Продолжать знакомить детей с особенностями строения и функциями организма человека.
- Расширять представления о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).
- Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека.
- Учить использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.
- Учить активному отдыху.
- Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.
- Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Спортивные упражнения

Катание на санках	Поднимать во время спуска заранее положенный предмет (кегля, флажок, снежок и др.). Выполнять разнообразные игровые задания: проехать в воротца, попасть снежком в цель, сделать поворот. Участвовать в играх — эстафетах с санками
Скольжение	Скользить с разбега по ледяным дорожкам, стоя и присев, на одной ноге, с поворотом. Скользить с невысокой горки
Ходьба на лыжах	Идти скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину. Ходить попеременным двухшажным ходом (с палками). Проходить на лыжах 600 м в среднем темпе, 2-3 км в медленном темпе. Выполнять повороты переступанием в движении. Подниматься на горку лесенкой, елочкой.

	Спускаться с горки с низкой и высокой стойке, тормозить
Игры на лыжах	«Шире шаг», «Кто самый быстрый?», «Встречная эстафета», «Незадень» и др.

Спортивные игры

Городки	Бросать биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение. Знать 4-5 фигур. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.
Элементы баскетбола	Передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча). Перебрасывать мячи друг другу двумя руками от груди в движении. Ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т.п.) и с разных сторон. Бросать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча. Вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.
Элементы футбола	Передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте. Вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота.
Элементы хоккея	(без коньков - на снегу, на траве). Вести шайбу клюшкой, неотрывая ее от шайбы. Прокатывать шайбу клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой. Вести шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивать шайбу в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева). Попадать шайбой в ворота, ударяя по ней с места и после ведения.
Бадминтон	Правильно держать ракетку. Перебрасывать волан ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку. Свободно передвигаться по площадке во время игры.

Подвижные игры

С бегом	«Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун и наседка».
С прыжками	«Не попадись», «Лягушки и цапля», «Волк во рву».
С метанием и ловлей	«Кого назвали, тот и ловит», «Стоп», «Кто самый меткий?», «Охотники и звери», «Ловишка с мячом».
С ползанием и лазанием	«Перелёт птиц», «Ловля обезьян».
Эстафеты	«Весёлые соревнования», «Дорожка препятствий».
С элементами соревнования	«Кто скорее добежит через препятствия к флажку?», «Чья команда бросит в корзину больше мячей?»
Народные игры	«Гори, гори ясно», «Лапта», «У дядюшки Трифона», «Венок», «Водяной»

Задачи:

1. Содействовать развитию общей выносливости, быстроты, ловкости, гибкости.
2. Развивать выразительность двигательных действий.
3. Обеспечить условия для проявления самостоятельности, как в организованных взрослыми формами двигательной деятельности, так и для возникновения двигательной деятельности в соответствии с обстановкой (в группе, на участке, в зале и т.д.)
4. Повышать тренированность организма.

2.2. Взаимодействие с детьми по реализации ОО «Физическое развитие»

Взаимодействие с детьми по реализации ОО «Физическое развитие», проявляется с помощью организации непосредственно образовательной деятельности в форме партнерской деятельности взрослого с детьми.

Применение форм, методов, средств по реализации образовательной области «Физическое развитие»

Совместная деятельность взрослого и детей.		Самостоятельная деятельность детей.	Взаимодействия с семьёй.
Образовательная деятельность (ОД).	Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов.		
Методы и формы развития двигательных навыков детей			
Физкультурные занятия: -развлечения; -сюжетно-игровые, -тематические, -классические, -тренирующие, -на улице, -походы, Общеразвивающие упражнения: -спредметами, -безпредметов, -сюжетные, -имитационные. Игры с элементами спорта.	Комплексы закаливающих процедур(оздоровительные прогулки, мытье рук прохладной водой перед каждым приемом пищи, полоскание рта и горла после еды, воздушные ванны, ходьба босиком по ребристым дорожкам послесна, утренняя гимнастика, упражнения и подвижные игры во второй половине дня). Объяснение. Показ. Дидактические игры. Чтение художественных произведений. Личный пример.	Создание условий для самостоятельной двигательной деятельности в группе. Подвижные игры. Игровые упражнения. Имитационные движения. Спортивные игры, (катание на санках, лыжах, велосипеде и др.); Сюжетно-ролевые игры.	Создание соответствующей предметно-пространственной, развивающей среды. Проектная деятельность. Совместные праздники, развлечения в ДОУ. Творческая деятельность. Экскурсии, пешие прогулки, походы. Беседа. Совместные игры. Чтение художественных произведений.

Спортивные упражнения.	Иллюстративный материал. Досуг. Театрализованные игры.		
------------------------	---	--	--

Интеграция образовательных областей

1.«Речевое развитие»: развитие всех компонентов устной речи; игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок; проговаривание действий и название упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливания и занятий физической культурой.

2.«Познавательное развитие»: расширение кругозора детей, активизация мышления детей (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчет мячей и пр.), специальные упражнения на ориентировку в пространстве, подвижны игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем (имитация движения животных, труда взрослых), построение конструкций для подвижных игр и упражнений (из мягких блоков, спортивного оборудования), просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, здоровом образе жизни.

3.«Социально-коммуникативное развитие»: создание на физкультурных занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки и пр., побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников; формирование навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании спортивного инвентаря; участие детей в расстановке и уборке физкультурного инвентаря и оборудования.

4.«Художественно-эстетическое развитие»: ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, пение, проведение спортивных игр и соревнований под музыкальное сопровождение, развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера; привлечение внимание детей к эстетической стороне внешнего вида детей и воспитателя, оформление помещений, использование на занятиях физкультурой изготовленных детьми элементарных физкультурных пособий (флажков, картинок, мишени для метания), рисование мелом. Взаимодействие с детьми по реализации ОО «Физическое развитие».

2.3. Содержание психолого-педагогической работы по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие»

Цель: Создать условия для укрепления и охраны жизни и здоровья воспитанников, формирования начальных представлений о здоровом образе жизни.

Задачи:

1. Развивать психофизические качества каждого ребенка (быстрота, сила, гибкость, выносливость, координация).
2. Обогащать двигательный опыт детей (овладение физическими упражнениями и подвижными играми).
3. Формировать у воспитанников потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.
4. Способствовать осознанию ценности здорового образа жизни.
5. Формировать начальных представлений о здоровом образе жизни.

б.Развивать инициативу, самостоятельность и творчество в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

Подробнее с содержанием психолого-педагогической работы в рамках образовательной области «Физическое развитие» в конкретных возрастных группах можно ознакомиться в основной образовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А. Васильевой.- 4 изд., перераб.- М.: МОЗАИКА –СИНТЕЗ, 2015. -368с.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- вторая группа раннего возраста(от 2до 3лет) с.129,130
- младшая группа с.130;
- средняя группа с.130,131;
- старшая группа с.131;
- подготовительная к школе группа с.131,132.

Физическая культура

- вторая группа раннего возраста с.132;
- младшая группа с.132-133;
- средняя группа с.133-134;
- старшая группа с.134;
- подготовительная к школе группа с.135.

2.3.1. Календарно – тематическое планирование НОД «Физическое развитие» вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет)

Месяц	Тема недели	Тема ООД	Дата проведения	Кол-во часов	Программные задачи	УМК
Сентябрь	Здравствуй детский сад	Занятие 1	02.09.21г.	1	Побуждать детей к двигательной активности; Формировать умение сохранить устойчивое положения тела; Обеспечивать охрану и укрепления здоровья детей.	С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.27
		Занятие 2	07.09.21г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.26
		Занятие .3	09.09.21г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр. 28
		Занятие 4	14.09.21г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий.

						Стр.28
	Осень	Занятие 5	16.09.21г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.29
		Занятие 6	21.09.21г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.29
		Занятие 7	23.09.21г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.29
		Занятие 8	28.09.21г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.30
	повторить	Занятие 3	30.09.21г.	1		
Октябрь	Я в мире человек.	Занятие 9	05.10.21г.	1	Способствовать психофизическому развитию детей; Формировать умение ориентироваться в пространстве.	С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.32
		Занятие 10	07.10.21г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.33
		Занятие 11	12.10.21г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.33
		Занятие 12	14.10. 21г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.34
	Все работы хороши.	Занятие 13	19.10.21г.	1	С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.34	
		Занятие 14	21.10.21г.	1	С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.35	

		Занятие 15	26.10.21г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.35
		Занятие 16	28.10.21г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.36
						С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.34
						С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.35
Ноябрь	Мой дом	Занятие 17	02.11.21г.	1	Воспитывать умение действовать самостоятельно; Формировать основные жизненно важные движения; Развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях; Обеспечивать закаливание организма детей.	С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.38
		Занятие 18	04.11.21г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.39
		Занятие 19	09.11.21г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.39
		Занятие 20	11.11.21г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.39
	Я в безопасном мире (доме).	Занятие 21	16.11.20г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.40
		Занятие 22	28.11.21г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.40
		Занятие 23	23.11.21г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.41
		Занятие 24	25.11.21г.	1		С. Ю. Федорова Планы

						физкультурных занятий. Стр.41
Декабрь	Здравствуй Зимушка-зима	Занятие 25	30.12.21г.	1	Формировать умение в основных видах движений (Ходьбе, беге, прыжках); Побуждать детей к двигательной активности; Формировать умение сохранять устойчивое положение тела; Совершенствовать грациозность, выразительность движений; Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.	С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.44
		Занятие 26	02.12.21г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.44
		Занятие 27	07.12.21г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.45
		Занятие 28	09.12.21г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.45
	Новый год	Занятие 29	14.12.21г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.46
		Занятие 30	16.12.21г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.46
		Занятие31	21.12.21г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.47
		Занятие 32	23.12.21г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.47
		Занятие 28 (повтор)	28-30.12.21г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.47
Январь	В мире животных	Занятие 33	11.01.22г.	1	Способствовать психофизическому развитию детей; Учить выразительности движений; Обеспечить закаливание организма детей	С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.49
		Занятие 34	13.01.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий.

						Стр.50
		Занятие 35	18.01.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.50
		Занятие 36	20.01.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.51
		Занятие 37	25.01.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.51
		Занятие 38	27.01.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.52
Февраль	Знакомство с народной культурой и традициями	Занятие 41	01.02.22г.	1	Воспитывать умение самостоятельно действовать; Формировать основные жизненно важные движения; Обеспечить закаливание организма детей.	С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.55
		Занятие 42	03.02.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.56
	Занятие 43	08.02.22г.	1	С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.56		
	Занятие 44	10.02.22г.	1	С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.57		
	День защитника отечества	Занятие 45	15.02.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.57
		Занятие 46	17.02.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.58
		Занятие 47	22.02.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы

						физкультурных занятий. Стр.58
		Занятие 48	24.02.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.59
Март	Мамин день	Занятие 49	01.03.22г.	1	Побуждать к двигательной активности; Учить разнообразно действовать с мячом; Обеспечить укрепление здоровья детей.	С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.61
		Занятие 50	03.03.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.61
		Занятие 51	08.03.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.62
		Занятие 52	10.03.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.62
	Весна красна	Занятие 53	15.03.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.63
		Занятие 54	17.03.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.63
		Занятие 55	22.03.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.64
		Занятие 56	24.03.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.64
Апрель	Моя вселенная	Занятие 57	05.04.22г.	1	Способствовать психическому развитию детей; Формировать умение	С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.67

		Занятие 58	07.04.22г.	1	ориентироваться в пространстве; Обеспечивать закаливание организма детей.	С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.67
		Занятие 59	12.04.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.68
		Занятие 60	14.04.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.68
	Познай мир ПДД	Занятие 61	19.04.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.69
		Занятие 62	21.04.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.69
		Занятие 63	26.04.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.70
		Занятие 64	28.04.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.70
Май	День победы	Занятие 65	03.05.22г.	1	Воспитывать умение действовать самостоятельно; Формировать основные жизненно важные движения; Обеспечить закаливание организма детей.	С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.73
		Занятие 66	05.05.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.73
		Занятие 67	10.05.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.74
		Занятие 68	12.05.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.74
	Скоро лето	Занятие 69	17.05.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы

						физкультурных занятий. Стр.75
		Занятие 70	19.05.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.76
		Занятие 71	24.05.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.76
		Занятие 72	26.05.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.76
		Занятие 69 (повтор)	31.05.22г.	1		С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий. Стр.76

Календарно – тематическое планирование НОД «Физическое развитие», вторая группа раннего возраста на улице (от 2 до 3 лет)

Месяц	Тема недели	Тема ООД	Дата проведения	Кол-во часов	Программные задачи
Сентябрь	Здравствуй детский сад	<p>Занятие 1</p> <p><u>Вводная часть</u></p> <p>Ходьба, не наталкиваясь друг на друга.</p> <p>Бег за воспитателем.</p> <p><u>Основная часть</u></p> <p>Основные движения</p> <p>1 Прыжки на двух ногах на месте</p> <p>2 Скатывание мяча с горки.</p> <p>Игровое упражнение «Идите (бегите) ко мне»</p> <p>По сигналу (хлопок в ладоши) – бежать к педагогу, по сигналу (звонит колокольчик)-от педагога.</p> <p><u>Заключительная часть</u></p> <p>Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5</p>	01.09.21г.	1	Побуждать детей к двигательной активности; Формировать умение сохранить устойчивое положения тела; Обеспечивать охрану и укрепления здоровья детей.

	минуты.		
	<p>Занятие 2</p> <p><u>Вводная часть</u></p> <p>Ходьба, не наталкиваясь друг на друга.</p> <p>Бег за воспитателем.</p> <p><u>Основная часть</u></p> <p>Основные движения</p> <p>1 Прыжки на двух ногах на месте с хлопками</p> <p>2 Катание мяча в паре с воспитателем.</p> <p>Игровое упражнение «Идите (бегите) ко мне»</p> <p>По сигналу (хлопок в ладоши) – бежать к педагогу, по сигналу (звонит колокольчик)-от педагога.</p> <p><u>Заключительная часть</u></p> <p>Ходьба, с дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>	08.09.21г.	1
Осень	<p>Занятие 3</p> <p><u>Вводная часть</u></p> <p>Ходьба не наталкиваясь друг на друга.</p> <p>Бег за воспитателем.</p> <p><u>Основная часть</u></p> <p>Основные движения</p> <p>1 Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед.</p> <p>2 Катание мяча двумя руками воспитателю.</p> <p>Игровое упражнение «Скати с горки»</p> <p>Прокатить мяч с горки, догнать его и захватить.</p> <p><u>Заключительная часть</u></p> <p>Ходьба, с дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>	15.09.21г.	1
	<p>Занятие 4</p> <p><u>Вводная часть</u></p> <p>Ходьба «стайкой» за воспитателем.</p> <p>Бег от воспитателя.</p>	22.09.21г.	1

		<p><u>Основная часть</u> Основные движения 1 Прыжки на двух ногах, слегка подвигаясь вперед с хлопками</p> <p>Игровое упражнение «Прокати мяч и догони его» По сигналу (хлопки) прокатить мяч, по сигналу (звонит бубен) догнать мяч. Заключительная часть Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>			
		<p>Занятие 5 <u>Вводная часть</u> Ходьба не наталкиваясь друг на друга. Бег за воспитателем. <u>Основная часть</u> Основные движения 1 Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка Игровое упражнение «Прокати мяч и догони его» По сигналу (хлопки) прокатить мяч, по сигналу (звонит бубен) догнать мяч. <u>Заключительная часть</u> Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>	29.09.21г.	1	
Октябрь	Я в мире человек.	<p>Занятие 6 <u>Вводная часть</u> Ходьба «стойкой» за воспитателем. Бег от воспитателя. <u>Основная часть</u></p>	06.10.21г.	1	Способствовать психофизическому развитию детей; Формировать умение ориентироваться в пространстве.

	<p>Основные движения</p> <p>1 Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка.</p> <p>2 Прокатывание мяча одной и двумя руками.</p> <p>Игровое упражнение «Собери колечки» По сигналу колокольчика дети собирают колечки в корзину.</p> <p><u>Заключительная часть</u> Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>			
	<p>Занятие 7</p> <p><u>Вводная часть</u> Ходьба с согласованными, свободными движениями рук и ног.</p> <p>Бег от воспитателя.</p> <p><u>Основная часть</u> Основные движения</p> <p>1 Подпрыгивание до погремушки, подвешенной выше поднятых рук ребенка.</p> <p>2 Подлезание под веревку.</p> <p>Игровое упражнение «Через ручеек» Перепрыгнуть через гимнастические палки, расположенные на расстоянии 50 см. друг от друга.</p> <p><u>Заключительная часть</u> Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>	13.10.21г.	1	
Все работы хороши.	<p>Занятие 8</p> <p><u>Вводная часть</u> Ходьба «стойкой» за воспитателем.</p> <p>Бег в различных направлениях.</p> <p><u>Основная часть</u></p>	20.10.21г.	1	

	<p>Основные движения</p> <p>1 Подпрыгивание до игрушки, находящегося выше поднятых рук ребенка.</p> <p>2 Катание мяча среднего размера в паре с воспитателем и друг с другом.</p> <p>Игровое упражнение «Через ручеек» Перепрыгнуть через гимнастические палки, расположенные на расстоянии 50 см. друг от друга.</p> <p><u>Заключительная часть</u> Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>			
	<p>Занятие 9</p> <p><u>Вводная часть</u></p> <p>Ходьба с согласованными, свободными движениями рук и ног.</p> <p>Бег в разных направлениях.</p> <p><u>Основная часть</u></p> <p>Основные движения</p> <p>1 Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка, сопровождающееся небольшим продвижением вперед.</p> <p>2 Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами.</p> <p>Игровое упражнение «Собери пирамиду» Дети собирают кольца большой пирамиды, нанизывают на основные.</p> <p><u>Заключительная часть</u> Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>	27.10.21г.	1	

Ноябрь	Мой дом.	<p>Занятие 10</p> <p><u>Вводная часть</u></p> <p>Ходьба в прямом направлении.</p> <p>Бег не наталкиваясь друг на друга.</p> <p><u>Основная часть</u></p> <p>Основные движения</p> <p>1 Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (от одной игрушки к другой).</p> <p>2 Скатывание мяча среднего размера с горки и скатывание в след за ним.</p> <p>Игровое упражнение «Скати с горки».</p> <p>Прокатывать шары с горки.</p> <p><u>Заключительная часть</u></p> <p>ходьба, с дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>	03.11.21г.	1	<p>Воспитывать умение действовать самостоятельно;</p> <p>Формировать основные жизненно важные движения;</p> <p>Развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях;</p> <p>Обеспечивать закаливание организма детей.</p>
		<p>Занятие 11</p> <p><u>Вводная часть</u></p> <p>Ходьба по кругу, взявшись за руки.</p> <p>Бег в различных направлениях.</p> <p><u>Основная часть</u></p> <p>Основные движения</p> <p>1 Подпрыгивание до двух игрушек, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка подвигаясь вперед.</p> <p>2 Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками).</p> <p>Игровое упражнение «Подпрыгни до ладони»</p> <p>Поочередно выполнять прыжки на двух ногах, касаясь рукой ладони педагога.</p> <p><u>Заключительная часть</u></p> <p>ходьба, с дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>	10.11.21г.	1	
	Я в безопасн	<p>Занятие 12</p> <p><u>Вводная часть</u></p>	17.11.21г.	1	

	ом мире (доме).	<p>Ходьба в прямом направлении. Бег в различных направлениях. <u>Основная часть</u> Основные движения 1 Перепрыгивание через веревку на двух ногах. 2 Прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой. Игровое упражнение «Догони мяч» Прокатить мяч двумя руками и догнать его <u>Заключительная часть</u></p>			
		<p>Занятие 13 <u>Вводная часть</u> Ходьба по кругу, взявшись за руки. Бег не наталкиваясь друг на друга. <u>Основная часть</u> Основные движения 1 Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед. 2 Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами. Игровое упражнение «Прокати мяч и догони его» По сигналу (звучит бубен) прокатить мяч в обруч, по сигналу (свисток) догнать мяч. <u>Заключительная часть</u> Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>	24.11.21г.	1	
Декабрь	Здравствуй, Зимуська-зима.	<p>Занятие 14 <u>Вводная часть</u> Ходьба, перешагивая через предметы. Бег за воспитателем, от воспитателя. <u>Основная часть</u> Основные движения</p>	01.12.21г.	1	<p>Формировать умение в основных видах движений (Ходьбе, беге, прыжках); Побуждать детей к двигательной активности; Формировать умение сохранять</p>

	<p>1 Перепрыгивание через линию, веревку, лежащую на полу.</p> <p>2 Скатывание мяча с горки.</p> <p>Игровое упражнение «Пройди по дорожке» Пройти между двумя веревками.</p> <p><u>Заключительная часть</u> Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>			<p>устойчивое положение тела; Совершенствовать грациозность, выразительность движений; Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.</p>
	<p>Занятие 15</p> <p><u>Вводная часть</u></p> <p>Ходьба, перешагивая через предметы.</p> <p>Бег за воспитателем, от воспитателя.</p> <p><u>Основная часть</u></p> <p>Основные движения</p> <p>1 Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу.</p> <p>2 Скатывание мяча с горки.</p> <p>Игровое упражнение «Пройди по мостику» Пройти по наклонной доске с мячом прокатить мяч с горки.</p> <p><u>Заключительная часть</u> Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>	08.12.21г.	1	
Новый год.	<p>Занятие 16</p> <p><u>Вводная часть</u></p> <p>Ходьба в прямом направлении.</p> <p>Бег догоняя катящиеся предметы.</p> <p><u>Основная часть</u></p> <p>Основные движения</p> <p>1 Прыжки на двух ногах с небольшим продвижением вперед.</p> <p>2 Катание мяча двумя руками воспитателю.</p> <p>Игровое упражнение «Через ручеек» Перепрыгивать через веревки, расположенные на</p>	15.12.21г.	1	

	<p>расстоянии 50 см. друг от друга. <u>Заключительная часть</u> Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>			
	<p>Занятие 17 <u>Вводная часть</u> Ходьба, перешагивая через предметы. Бег догоняя катящиеся предметы. <u>Основная часть</u> Основные движения 1 Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками. 2 Прокатывание мячей двумя руками друг другу и воспитателю. Игровое упражнение «Перелезь через бревно» Перелезть через гимнастическое бревно, лежащее на полу. <u>Заключительная часть</u> Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>	22.12.21г.	1	
	<p>Занятие 18 <u>Вводная часть</u> Ходьба, перешагивая через предметы. Бег за воспитателем, от воспитателя. <u>Основная часть</u> Основные движения 1 Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка. 2 Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг. Игровое упражнение «Брось мяч» Бросать мяч в указанном ориентиром направлении. <u>Заключительная часть</u> Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными</p>	29.12.21г.	1	

		упражнениями, в течение 1,5 минуты.			
Январь	В мире животных.	<p>Занятие 19</p> <p><u>Вводная часть</u></p> <p>Ходьба с опорой на зрительные ориентиры.</p> <p>Бег, догоняя катящиеся предметы.</p> <p><u>Основная часть</u></p> <p>Основные движения</p> <p>1 Прыжки в высоту.</p> <p>2 Бросание мяча двумя руками снизу.</p> <p>Игровое упражнение «Перелезть через бревно»</p> <p>Выполнять прыжки на двух ногах с продвижением вперед до бревна, лежащего на земле, затем перелезть через него.</p> <p><u>Заключительная часть</u> Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>	12.01.22г.	1	<p>Способствовать психофизическому развитию детей;</p> <p>Учить выразительности движений;</p> <p>Обеспечить закаливание организма детей.</p>
		<p>Занятие 20</p> <p><u>Вводная часть</u></p> <p>Ходьба с опорой на зрительные ориентиры.</p> <p>Бег, догоняя катящиеся предметы.</p> <p><u>Основная часть</u></p> <p>Основные движения</p> <p>1 Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу.</p> <p>2 Бросание мяча двумя руками снизу.</p> <p>Игровое упражнение «Прокати мяч»</p> <p>Прокатывание мяча друг другу.</p> <p><u>Заключительная часть</u> Ходьба, с дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>	19.01.22г.	1	
		<p>Занятие 21</p> <p><u>Вводная часть</u></p> <p>Ходьба по кругу взявшись за руки.</p> <p>Бег, в различных направлениях.</p> <p><u>Основная часть</u></p>	26.01.22г.	1	

		<p>Основные движения</p> <p>1 Подпрыгивание до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка.</p> <p>2 Бросание мяча двумя руками снизу.</p> <p>Игровое упражнение «Через ручеек»</p> <p>Перепрыгивание через гимнастические палки, расположенные на полу на расстоянии 50 см. друг от друга.</p> <p><u>Заключительная часть</u> Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>			
Февраль	Знакомство с народной культурой и традициями	<p>Занятие 22</p> <p><u>Вводная часть</u></p> <p>Ходьба со сменой направления движения.</p> <p>Бег между двумя линиями.</p> <p><u>Основная часть</u></p> <p>Основные движения</p> <p>1 Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (от игрушки к игрушке).</p> <p>2 Скатывание мяча с горки, скатывание вслед за ним.</p> <p>Игровое упражнение «Пройди по мостику»</p> <p>Поочередно проходить по гимнастической доске, лежащей на полу, со страховкой педагога.</p> <p><u>Заключительная часть</u> Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>	02.02.22г.	1	<p>Воспитывать умение самостоятельно действовать;</p> <p>Формировать основные жизненно важные движения;</p> <p>Обеспечить закаливание организма детей.</p>
		<p>Занятие 23</p> <p><u>Вводная часть</u></p> <p>Ходьба со сменой направления движения.</p> <p>Бег в различных направлениях.</p> <p><u>Основная часть</u></p> <p>Основные движения</p> <p>1 Подпрыгивание до двух игрушек, находящихся</p>	09.02.22г.	1	

		<p>выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед.</p> <p>2 Ловля мяча, брошенного воспитателем.</p> <p>Игровое упражнение «Пройди по мостику» Поочередно проходить по гимнастической доске, лежащей на полу, со страховкой педагога.</p> <p><u>Заключительная часть</u> Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>			
День защитника Отечества	Занятие 24	<p><u>Вводная часть</u> Ходьба, перешагивая через предметы. Бег между двумя линиями.</p> <p><u>Основная часть</u> Основные движения 1 Перепрыгивание через веревочку (или гимнастическую палку), лежащую на полу, на двух ногах. 2 Прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой.</p> <p>Игровое упражнение «Пройди по дорожке» Пройти между двумя гимнастическими палками, расположенными на расстоянии 50 см. друг от друга.</p> <p><u>Заключительная часть</u> Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>	16.02.22г.	1	
	Занятие 25	<p>Вводная часть Ходьба, перешагивая через предметы. Бег за воспитателем, от воспитателя.</p> <p>Основная часть Основные движения 1. Подпрыгивание до ладони воспитателя,</p>	23.02.22г.	1	

		<p>находящейся выше поднятых рук ребенка.</p> <p>2. Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг.</p> <p>Игровое упражнение «Брось мяч» Бросать мяч в указанном ориентиром направлении.</p> <p>Заключительная часть Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>			
Март	Мамин день	<p>Занятие 26</p> <p><u>Вводная часть</u></p> <p>Ходьба, огибая предметы.</p> <p>Бег между двумя линиями, не наступая на них.</p> <p><u>Основная часть</u></p> <p>Основные движения</p> <p>1 Бросание мяча воспитателю.</p> <p>2 Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу.</p> <p>Игровое упражнение «Перешагни через палку» По сигналу (рука вверх) перешагнуть через гимнастическую палку с хлопком в ладони над головой, по (рука в сторону) перешагнуть через гимнастическую палку с хлопком в ладоши за спиной.</p> <p><u>Заключительная часть</u> Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>	02.03.22г.	1	<p>Побуждать к двигательной активности;</p> <p>Учить разнообразно действовать с мячом;</p> <p>Обеспечить укрепление здоровья детей.</p>
		<p>Занятие 27</p> <p><u>Вводная часть</u></p> <p>Ходьба, огибая предметы.</p> <p>Бег за воспитателем, от воспитателя.</p> <p><u>Основная часть</u></p> <p>Основные движения</p> <p>1 Прыжки на двух ногах с места как можно</p>	09.03.22г.		

	<p>дальше. 2 Катание мяча между предметами. Игровое упражнение «Мой веселый, звонкий мяч» Поймать мяч, катящийся с горки. <u>Заключительная часть</u> Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>			
Весна красна	<p>Занятие 28 <u>Вводная часть</u> Ходьба со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога. Бег между двумя линиями, не наступая на них. <u>Основная часть</u> Основные движения 1 Прыжки на двух ногах с места как можно дальше. 2 Бросание мяча двумя руками воспитателю. Игровое упражнение «Перепрыгни через ручеёк» Перепрыгивать через веревку, лежащую на полу, с хлопком в ладоши над головой. <u>Заключительная часть</u> Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>	16.03.22г.	1	
	<p>Занятие 29 <u>Вводная часть</u> Ходьба, огибая предметы. Бег за воспитателем от воспитателя. <u>Основная часть</u> Основные движения 1 Прыжки на двух ногах с места как можно дальше. 2 Прокатывание мяча двумя руками друг другу в</p>	23.03.22г.	1	

		<p>произвольном направлении.</p> <p>Игровое упражнение «Курочка хохлатка» По сигналу дети подбегают к педагогу.</p> <p><u>Заключительная часть</u> Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>			
		<p>Занятие 30</p> <p><u>Вводная часть</u></p> <p>Ходьба со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога.</p> <p>Бег за воспитателем, от воспитателя.</p> <p><u>Основная часть</u></p> <p>Основные движения</p> <p>1 Перепрыгивание через веревочку (или гимнастическую палку), лежащую на земле, на двух ногах.</p> <p>2 Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу.</p> <p>Игровое упражнение «Перепрыгни через ручеёк» Перепрыгивать через две веревки, лежащие на земле на расстоянии 20 см.</p> <p><u>Заключительная часть</u> Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>	30.03.22г.	1	
Апрель	Моя вселенная	<p>Занятие 31</p> <p><u>Вводная часть</u></p> <p>Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15 см.</p> <p>Бег между двумя линиями, не наступая на них.</p> <p><u>Основная часть</u></p> <p>Основные движения</p> <p>1 Подпрыгивание до предмета, находящегося</p>	06.04.22г.	1	<p>Способствовать психическому развитию детей;</p> <p>Формировать умение ориентироваться в пространстве;</p> <p>Обеспечивать закаливание организма детей.</p>

		<p>выше поднятых рук ребенка. 2 Прокатывание мяча одной и двумя руками. Игровое упражнение «Мишки идут по лесу» Имитировать походку медведя - передвигаться на внешней стороне стопы. <u>Заключительная часть</u> Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>			
		<p>Занятие 32 <u>Вводная часть</u> Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15 см. Бег со сменой направления движения в соответствии с указаниями педагога. <u>Основная часть</u> Основные движения 1 Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка. 2 Прокатывание мяча между предметами. Игровое упражнение «курочки- хохлатки» По сигналу «курочки-хохлатки» (педагога) спрятаться- присесть, закрыть лицо руками. <u>Заключительная часть</u> Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>	13.04.22г.	1	
	Познай мир	<p>Занятие 33 <u>Вводная часть</u> Ходьба со сменой характера движения в соответствии с указаниями педагога. Бег со сменой направления движения в соответствии с указаниями педагога. <u>Основная часть</u> Основные движения 1 Подпрыгивание до игрушки, находящегося</p>	20.04.22г.	1	

		<p>выше поднятых рук ребенка. 2 Катание мяча между предметами. Игровое упражнение «Попади в воротца» Прокати мяч под дугой. <u>Заключительная часть</u> Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>			
		<p>Занятие 34 <u>Вводная часть</u> Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15 см. Бег со сменой направления движения в соответствии с указаниями педагога. <u>Основная часть</u> Основные движения 1 Перепрыгивание через две параллельные линии. 2 Прокатывание мяча одной и двумя руками друг другу, между предметами. Игровое упражнение «Мишки идут по лесу» Имитировать походку медведя - передвигаться на внешней стороне стопы. <u>Заключительная часть</u> Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>	27.04.22г.	1	
Май	День победы	<p>Занятие 35 <u>Вводная часть</u> Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15 см. Бег медленный- до 80м. <u>Основная часть</u> Основные движения 1 Прыжки с продвижением вперед (от игрушки к игрушке). 2 Скатывание мяча с горки и скатывание вслед за</p>	04.05.22г.	1	<p>Воспитывать умение действовать самостоятельно; Формировать основные жизненно важные движения; Обеспечить закаливание организма детей.</p>

		<p>ним.</p> <p>Игровое упражнение «Попади в ворота» Прокатить мяч под дугой. <u>Заключительная часть</u> Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>			
		<p>Занятие 36</p> <p><u>Вводная часть</u></p> <p>Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15 см. Бег медленный- до 80м.</p> <p><u>Основная часть</u></p> <p>Основные движения</p> <p>1 Подпрыгивание до двух игрушек, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед. 2 Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками) между предметами.</p> <p>Игровое упражнение «Перешагни через ручеёк» По сигналу (звонит бубен) перешагнуть через две веревки, лежащие на расстоянии 30 см., руки на поясе; по сигналу (хлопок в ладоши) перешагнуть через две веревки, руки за спину. <u>Заключительная часть</u> Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>	11.05.22г.	1	
Скоро лето		<p>Занятие 37</p> <p><u>Вводная часть</u></p> <p>Ходьба, огибая все предметы. Бег непрерывный 30-40 секунд.</p> <p><u>Основная часть</u></p> <p>Основные движения</p> <p>1 Перепрыгивание через веревку, лежащую на</p>	18.05.22г.	1	

	<p>полу.</p> <p>2 Прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой в произвольном направлении.</p> <p>Игровое упражнение «Попади в ворота» Прокатить мяч под дугой.</p> <p><u>Заключительная часть</u> Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>			
	<p>Занятие 38</p> <p><u>Вводная часть</u></p> <p>Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15 см.</p> <p>Бег медленный- до 80м.</p> <p><u>Основная часть</u></p> <p>Основные движения</p> <p>1 Прыжки через две параллельные линии.</p> <p>2 Прокатывание мяча под дугой поочередно правой и левой рукой.</p> <p>Игровое упражнение «Мишки идут по лесу» Имитировать походку медведя- передвигаться на внешней стороне стопы.</p> <p><u>Заключительная часть</u> Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями, в течение 1,5 минуты.</p>	25.05.22г.	1	

Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие» младшая группа (от 3 до 4 лет)

Сентябрь	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	Социально - коммуникативное: способствовать участию детей в совместных играх, поощрять игры, в которых
	№ занятия, дата	Занятие 1 (2)	Занятие 2 (6,7,9)	Занятие 3 (13,14,16) (27,28,30)	Занятие 4 (20,21,23)	
Задачи	Ознакомить с ходьбой и бегом в заданном направлении; развивать умение сохранять равновесие; ознакомить с прыжками на двух ногах на месте; закрепить					

		ходьбу и бег в колонне по одному, прокатывание мяча друг другу, ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени под шнур.			развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. Продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им. Помогать детям доброжелательно обращаться друг с другом. Познавательное развитие: формировать навык ориентировки в пространстве
1-часть Вводная	Ходьба: в одном направлении стайкой за воспитателем, в колонне по одному с заданием. Бег за воспитателем: «Бегите ко мне», «Догони мяч»				
ОРУ		Без предметов	Мяч большой	С кубиками	
2 часть Основные виды движения	1.Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (длина - 2,5 м, ширина - 25 см). 2.Ходьба по мостику(длина -3м)	1. Прыжки на двух ногах на месте. 2. Прыжки на двух ногах во круг предмета	1.Прокатывание мячей в прямом направлении. «Прокати и догони»	1.Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени. «Доползи до погремушки»	
3-часть Подвижные игры	«Бегите ко мне»	«Птички»	«Кот и воробушки»	«Быстро в домик»	
Малоподвижные игры	Ходьба и бег за воспитателем «стайкой», в руках игрушка.	«Найдём птичку»	Ходьба колонной по одному.	«Найдём жучка»	
				Ходьба по массажным коврикам	

Октябрь	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей Социально-коммуникативное:
	№ занятия, дата	Занятие 5 № (4,5,7)	Занятие 6 (11,12,14)	Занятие 7 (18,19,21)	Занятие-8 (25,26,28)	
	Задачи	Учить ходить и бегать по кругу, в рассыпную с остановкой и поворотом по сигналу, развивать устойчивое положение при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры; развивать умение приземляться на полусогнутые ноги; развивать навык энергичного отталкивания мячей при прокатывании друг другу.				
	1-часть	Ходьба и бег по сигналу, с остановкой и выполнением заданий («Лягушки»,				

	Вводная	«Цапля», «Заяц»). Ходьба и бег по кругу, по ориентирам. Ходьба по одному. Ходьба на носочках			развивать активность детей в двигательной деятельности, умение общаться спокойно, без крика. Учить соблюдать правила безопасного передвижения в помещении и осторожно спускаться и подниматься по лестнице, держаться за перила.	
	ОРУ	Без предметов	Без предметов	С мячом		На стульчиках
	2 часть Основные виды движения	1.Равновесие «Пойдем по мостику» 2. Прыжки через шнур.	1.Прыжки из обруча в обруч. 2.Прокатывать мяч в парах.	1. Прокатывать мяч в прямом направлении.. 2.Ползание «Проползи и не задень»		Ползание на четвереньках под шнур. «Крокодильчики» (высота50см.) 2. Равновесие «Пробеги и не задень»
	3-часть Подвижные игры	«Догони мяч»	«Ловкий шофёр»	«Попади в круг»		«Кот и воробушки»
	Малоподвижные игры	«Угадай, кто кричит?»	«Машины поехали в гараж»	«Найди мяч»		Ходьба колонной. Итог занятия.
		Пальчиковая гимнастика комплекс №1(сидя на полу)	Ходьба по массажным дорожкам	Дыхательное упражнение «Подуй на снежок»		

Ноябрь	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	Физическое: продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма. Социально -
	№ занятия, дата	Занятие 9 (1,2,4)	Занятие 10 (8,9,11), (29,30)повт.	Занятие 11 (15,16,18)	Занятие 12 (22,23,25)	
	Задачи	Закрепить навыки ходьбы и бега в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу, в чередовании бега и ходьбы; упражнять: в прыжках из обруча в обруч, прокатывании, бросании и ловле мяча, в равновесии на уменьшенной площади опоры				
	1-часть					

	Вводная	Ходьба в колонне по одному по кругу, по сигналу выполнить задание («Бабочки», «Лягушки», «Зайчики», «Лошадки»). В чередовании бег и ходьба. Ходьба на носках.				коммуникативное: развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. Помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты
	ОРУ	С лентами	С обручем	Без предметов	С флажками	
	2 часть Основные виды движения	1. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол. 2. Прыжки на 2 ногах с продвижением вперед (расстояние 1,5-2м)	1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч (3 обруча). 2. Прокатывание мячей в прямом направлении	1. Прокатывать мяч между предметами (расстояние 1м). 2. Ползание на четвереньках между предметами.	1. Ползание четвереньках. 2. Ходьба по доске с заданием (ширина 20см), руки в стороны.	
	3-часть Подвижные игры	«Ловкий шофёр»	«Мыши в кладовой»	«По ровненькой дорожке»	«Поймай комара»	
	Малоподвижные игры	«Найдём зайчонка»	«Где спрятался мышонок?»	«Тишина»	Ходьба колонной	
	Пальчиковая гимнастика комплекс №1 (сидя на полу)	Пальчиковая гимнастика «Ладушки»	Дыхательное упражнение «Каша кипит»	Искусственная «Тропа здоровья» (без воды)		

Декабрь	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	Физическое: Дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение, познакомить детей
	№ занятия, дата	Занятие 13 (2)	Занятие 14 (6,7,9) (27,28,30)	Занятие 15 (13,14,16)	Занятие 16 (20,21,23)	
	Задачи	Учить ходить и бегать в рассыпную с использованием всей площади; с заданием, с остановкой, по кругу; между предметами, не задевая их; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по доске; развивать навык приземления на полусогнутые ноги с высоты; упражнять в прокатывании мяча; подлезании под дугу и шнур, не задевая их, ползании на повышенной опоре.				

1-часть Вводная	Ходьба и бег враспынную, по кругу, между предметами. Построение в шеренгу Ходьба и бег с чередованием. Ходьба и бег в противоположные стороны. Ходьба на внешней стороне стопы				с упражнениями, укрепляющими различные органы организма, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде. Социально-коммуникативное: постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь. Продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду.
ОРУ					
2 часть Основные виды движения	С кубиками	С мячом	С кубиками	На стульчиках	
3-часть Подвижные игры	1.Ходьба между предметами.(шир.40 см) 2.Прыжки с продвижением.	1.Прыжки со скамьи(мягко приземляться). 2.Прокатывание мячей другдругу из положения сидя на коленях.	Прокатывать мяч между предметами. (расст.50 см). 2.Ползание под дугу (выс.50см.) двумя колоннами.	1.Ползание по доске. 2.Равновесие :ходьба по доске боком приставным шагом.	
Малоподвижные игры	«Коршун и птенчики»	«Найди свой домик»	«Лягушки»	«Птица и птенчики»	
	«Лошадки»		«Найдём лягушонка»	«Найдём птенчика»	
	Пальчиковая Гимнастика комплекс №1(сидя на полу)	Дыхательное упражнение «Бабочки»		Потешка «Пальчик-мальчик где ты был?»	

Январь	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	Физическое: дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы организма, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде. Социально- коммуникативное: постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь. Продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду.
	№ занятия, дата	Занятие 17 ()	Занятие 18 (10,11,13)	Занятие 19 (17,18,20)	Занятие 20 (24,25,27)	
	Задачи	Упражнять в ходьбе колонной по одному с заданием, на носках, беге колонной с поворотом, упражнять в ходьбе и беге враспынную, упражнять в прокатывании мяча между предметами; в прыжках между предметами; в ползании под дугу ;в прокатывании мяча развивать глазомер и ловкость; учить сохранять равновесие в ходьбе по ограниченной площади опоры.				
	1-часть Вводная	Ходьба в колонне по одному с заданием «Великаны», «На полянке», «Бабочки», «Лягушки». Бег колонной по одному с поворотом, враспынную.				
	ОРУ	С платочками	С обручем	С кубиком	Без предметов	
	2 часть Основные виды движения	1.Равновесие «Пройди не упади» ходьба по доске. 2.Прыжки на двух ногах продвигаясь вперёд. «Из ямки в ямку»	1.Прыжки на двух ногах между предметами «Зайки прыгуны» 2.Прокатывание мяча между предметами.	1.Прокатывать мяч друг другу «Прокати и поймай» 2.Ползание на ладонях и стопах «Медвежата»	1.Ползание под дугу не касаясь руками пола. 2. Равновесие «По тропинке» (шир. 20 см.)	
	3-часть Подвижные игры	«Коршун и цыплята»	«Птица и птенчики»	«Найди свой цвет»	«Лохматый пёс»	
	Малоподвижные игры	«Найдём цыплёнка»	Ходьба .Итог занятия.	Ходьба колонной.	Ходьба колонной.	

Февраль	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	<p>Физическое: продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма.</p> <p>Социально - коммуникативное: развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. Помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом</p>
	№ занятия, дата	Занятие 21 (31,1,3) ()	Занятие 22 (7,8,10) ()	Занятие 23 (14,15,17) ()	Занятие 24 (21,22,24) ()	
	Задачи	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; ходьбе и беге враспынную учить приземляться мягко после прыжков; энергично отталкивать мяч при прокатывании его в прямом направлении; упражнять в ходьбе переменным шагом с перешагиванием через предметы; учить перебрасывать мячи через шнур; упражнять в равновесии.				
	1-часть Вводная	Ходьба в колонне по одному, враспынную. С выполнением заданий «Мышки» «Лошадки». С перешагиванием через шнуры. Бег враспынную, высоко поднимая колени.				
	ОРУ	Без предметов	Без предметов	С мячом	Без предметов	
	2 часть Основные виды движения	1. Ходьба переменным шагом через предметы (шнуры) «Перешагни не наступи» (4-5 шт.). 2. Прыжки на 2 ногах с продвижением вперед «С пенёк на пенёк».	1. Прыжки со скамейки приземляться мягко на полусогнутые ноги. 2. Прокатывание мячей между предметами. «Ловко и быстро»	1. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы. 2. Подлезание под шнур, держа мяч двумя руками.	1. Лазание под дугу в группировке. 2. Равновесие, ходьба по доске с заданием.	
	3-часть Подвижные игры	«Найди свой цвет»	«Воробушки в гнёздышках»	«Воробушки и кот»	«Лягушки» прыжки	
	Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному. Пальчиковая гимнастика Комплекс №2		Дыхательная гимнастика «Веселый мячик»	Ходьба по ребристой дорожке.	

Март	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	Физическое: продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма. Социально - коммуникативное: развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. Помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом.
	№ занятия, дата	Занятие 25 (28,1,3) ()	Занятие 26 (7,8,10) ()	Занятие 27 (14,15,17) (28,30,31)	Занятие 28 (21,22,24) ()	
	Задачи	Закрепить навыки ходьбы и бега в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу, упражнять в чередовании бега и ходьбы в рассыпную, «змейкой» между предметами; упражнять: в прыжках из обруча в обруч, прокатывании, бросании и ловле мяча двумя руками, в равновесии на уменьшенной площади опоры.				
	1-часть Вводная	Ходьба в колонне по одному, по сигналу выполнить задание («Бабочки», «Лягушки», «Зайчик и»), ходьба и бег в рассыпную, ходьба и бег «змейкой» между предметами. В чередовании бег и ходьба.				
	ОРУ	С кубиком	Без предметов	С мячом	Без предметов	
	2 часть Основные виды движения	1. Ходьба по доске боком приставным шагом «Ровным шагом» 2. Прыжки на ногах спрдвижением «змейкой» (расстояние 30-40см)	1. Прыжки в длину с места «Через канавку». 2. Прокатывание Мячей друг другу в парах «Точно в руки»	1. Бросать мяч о пол и ловить его двумя руками. «Брось-поймай». 2. Ползание на Четырехруках по скамейке на ладонях и коленях «Муравьишки»	1. Ползание на ладонях и стопах «Медвежата». 2. Равновесие, ходьба по гимнастической скамейке (ширина - 20 см), руки свободно.	
	3-часть Подвижные игры	«Кролики»	«Найди свой цвет»	«Зайка серый умывается»	«Автомобили»	
	Малоподвижные игры	Ходьба колонной.	Ходьба колонной	«Найдём зайку»	Ходьба колонной.	
		Пальчиковая гимнастика комплекс №1 (сидя на полу)	Пальчиковая гимнастика «Ладушки»	Дыхательное упражнение «Каша кипит»	Искусственная «Тропа здоровья» (без воды)	

Нетрадиционные формы	Пальчиковая гимнастика комплекс №1 (сидя на полу)	Пальчиковая гимнастика «Ладушки»	Дыхательное упражнение «Каша кипит»	Искусственная «Тропаздоровья» (без воды)	
----------------------	---	----------------------------------	-------------------------------------	--	--

Апрель	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	<p>Физическое: продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма.</p> <p>Социально - коммуникативное: развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами.</p> <p>Помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать</p>
	№ занятия, дата	Занятие 29 (4,5,7) ()	Занятие 30 (11,12,14) ()	Занятие 31 (18,19,21) ()	Занятие 32 (25,26,28) ()	
	Задачи	Учить приземляться на обе ног и; бросать мяч вверх и ловить его двумя руками; ходить по скамейке боком приставным шагом упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прыжках в длину с места; бросании мяча о пол; ходьбе и беге врассыпную; в колонне по одному; ходьбе и ползании на ладонях и ступнях; формировать правильную осанку ;закреплять умение перепрыгивать через шнур; ползание по скамейке;				
	1-часть Вводная	Ходьба и бег колонной с остановкой по сигналу воспитателя и поворотом; ходьба и бег врассыпную; ходьба на носках; бег с подскоком. Ходьба с высоким подниманием коленей.				
	ОРУ	Без предметов	С косичкой(лента)	Без предмета	С обручем	
	2 часть Основные виды движения	1.Ходьба боком по скамейке приставным шагом (высота 25 см). 2.Прыжки через шнуры «Через канавку»	1.Прыжки из кружка в кружок. 2.Прокатывать мячи в парах сидя ноги скрестно.	1. Подбрасывание мяча и ловля его двумя руками 2.Ползание на ладонях и ступнях «Медвежата».	Ползание на четвереньках между предметами «Проползи- не задень» 2.Равновесие, ходьба по скамейке руки свободно «По мостику»	
	3-часть Подвижные игры	«Тишина»	«По ровненькой дорожке»	«Мы топаем ногами»	«Огуречик»	
Малоподвижные игры	«Найдём лягушонка»		«Пройди тихо»			

						контакты друг с другом.
Нетрадиционные формы	Самомассаж ладоней (растирание рук друг одруга)	Пальчиковая гимнастика «Семья»	Корректирующая ходьба для профилактики плоскостопия	Искусственная «Тропаздоровья»		

Май	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	<p>Физическое: воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей формировать желание вести здоровый образ жизни.</p> <p>Социально - коммуникативное: в развивать активность детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, развивать умение детей общаться спокойно, без крика. Не разговаривать с незнакомыми людьми и не брать у них угощения и различные предметы, сообщать воспитателю о появлении на участке незнакомого человека.</p>
	№ занятия, дата	Занятие 1-2 № (2,3,5) №()	Занятие 3-4 (9,10,12) ()	Занятие 5-6 (16,17,19) ()	Занятие 7-8 (23,24,26) ()	
	Задачи	Учить мягко приземляться при выполнении прыжка в длину с места, подбрасывать мяч вверх и ловить его; упражнять в ходьбе и беге по кругу, в перепрыгивании через шнур, в ходьбе и беге врассыпную, между предметами «змейкой»; в ползании по скамейке с опорой на ладони и колени; закреплять умение влезать на наклонную лестницу				
	1-часть Вводная	Ходьба и бег по кругу, врассыпную, сохраняя осанку. Ходьба и бег по сигналу «змейкой» сохраняя дистанцию, с выполнением заданий «Пчёлки», «Как мышки».				
	ОРУ	Без предметов	С мячом	С флажками	Без предметов	
	2 часть Основные виды движения	<p>1.Равновесие,ходьба по скамейке ,руки на поясе.</p> <p>2.Перепрыгивание через шнуры (расст. 30-40см.).</p>	<p>1.Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги.</p> <p>2.Прокатывать мяч друг другу – сидя ноги врозь или на коленях, сидя на пятках.</p>	<p>1.Бросать мяч вверх и ловить его двумя руками.</p> <p>.2. Ползать по скамейке на ладонях и коленях «как жучки».</p>	<p>1.Влезание на наклонную лесенку.</p> <p>2.Ходьба по доске, руки на поясе.</p>	
	3-часть Подвижные игры	«Мыши в кладовой»	«Воробушки и кот»	«Огуречик»	«Коршун и наседка»	
Малоподвижные игры	«Найди мышонка»	Релаксация «Голоса птиц»	Корригирующая ходьба для	Искусственная «Тропаздоровья»		

профилактики
плоскостопия

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОДпо физической культуре на улице младшая группа

Месяц	Дата	Задачи
Сентябрь	1-я неделя	Упражнять в беге с мячом, в прыжках. Игровые упражнения: «Пронеси- не урони», «Весёлые зайки». Прыжки «как зайки» <i>Подвижная игра</i> «Найди свой домик»
	2-я неделя	Упражнять в прокатывании мяча двумя руками, в играх с мячом. Игровое упражнение «Прокати и догони» (мяч большой в прямом направлении 10м.).Игра «Мой весёлый звонкий мяч» <i>Подвижная игра</i> «Салки»
	3-я неделя	Упражнять в прокатывании мяча 2 руками. Игра «Самолёты» Игровое упражнение «Прокати и поймай»(мяч большой прокатывать друг другу) <i>Подвижная игра</i> «Поймай комара»
	4-я неделя	Упражнять в прокатывании мяча друг другу, в прыжках через шнур. Игровое упражнение «Через ручеёк» Прыжки через шнур лежащий на полу,руки произвольно используя свободный взмах рук. «Прокати мяч»(друг другу в парах). <i>Подвижная игра</i> «Найди свой цвет»
Октябрь	1-я неделя	Упражнять в ходьбе в колонне по одному, прыжках на 2 ногах из обруча в обруч. Повторить игровые упражнения «С кочки на кочку»(прыжки из обруча в обруч расст. 0,5м.) <i>Подвижная игра</i> «Пузырь».
	2-я неделя	Упражнять в равновесии, прокатывании мяча друг другу. Повторить игровые упражнения «По мостику» ходьба по доске, «Прокати - поймай» (мяч друг другу). <i>Подвижная игра</i> «Мыши в кладовой».
	3-я неделя	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу , в ползании. Повторить игровые упражнения: «Лягушки и бабочки» ходьба и бег с заданием, «Проползи до кубика» (8-10м.). <i>Подвижная игра</i> «Поймай комара»
	4-я неделя	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий. Повторить игровые упражнения «Быстро возьми» ходьба вокруг кубиков на земле , по сигналу остановиться взять и поднять кубик над головой.

		<i>Подвижная игра «Огуречик», «Воробушки и кошка»</i>
Ноябрь	1-я неделя	Упражнять в перебрасывании мяча друг другу. Игра «Воробышки и автомобиль» Повторить игровые с мячом -«Перебрось - поймай» в шеренгах 2 руками снизу. <i>Подвижная игра «Наседка и цыплята».</i>
	2-я неделя	Упражнять в ходьбе змейкой между предметами, в прокатывании мяча. Повторить игровые упражнения «Пройди не задень» между кубиками 50 см. руки на поясе; «Прокати - поймай» мяч друг другу. <i>Подвижная игра «Найди свой цвет».</i>
	3-я неделя	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий. Повторить игровые упражнения «Слушай сигнал» ходьба колонной, бег врассыпную. Игра «Поймай комара» <i>Подвижная игра «Кролики».</i>
	4-я неделя	Упражнять в ходьбе и беге, в прыжках через шнур. Повторить игровые упражнения «Слушай сигнал» ходьба и бег. «Через шнуры» прыжки через 5-6 шнуров, расст. 50 см. <i>Подвижная игра «Самолёты».</i>
Декабрь	1-я неделя	Упражнять в ползании. Игра «По ровненькой дорожке» Повторить игровые упражнения: «Проползи до кубика» (ползание 6-8 м.); <i>Подвижная игра «Воробышки и кот».</i>
	2-я неделя	Упражнять в ходьбе высоко поднимая колени, руки на поясе- «как лошадки» Повторить игровые упражнения с прыжками «Воробышки» (5-6 кубиков 50 см.); <i>Подвижная игра «Мыши в кладовой».</i>
	3-я неделя	Упражнять в прокатывании мяча между предметами. Игра «Береги кубик» Повторить игровые упражнения «Прокати между предметами» (1 м.) <i>Подвижная игра «Парашютисты», нар/игра «Ловишка по кругу»</i>
	4-я неделя	Повторить игровые упражнения «Ровный круг», «Быстрые жучки» <i>Подвижная игра «Мы топаем ногами».</i>
Январь	1-я неделя	Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, в беге между предметами. Повторить игровые упражнения: «Ловкие бельчата», «По мостику» <i>Подвижная игра «Кот и мыши».</i>
	2-я неделя	Упражнять в прыжках из обруча в обруч без остановки. Игра «Пилоты» Повторить игровые упражнения: «Из обруча в обруч» <i>Подвижная игра «Лохматый пес» или «Салки»</i>
	3-я неделя	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий, в прыжках на 2 ногах из обруча в обруч.

		<p>Повторить игровые упражнения: «Выполни задание», «Точный прыжок» <i>Подвижная игра</i> «Пастух и стадо».</p>
	4-я неделя	<p>Упражнять в ползании на четвереньках с опорой на ладони и колени. Игра «Самолёты» Игровые упражнения «Ловкие жучки» <i>Подвижная игра</i> «Коршун и птенчики»</p>
Февраль	1-я неделя	<p>Упражнять в бросании мяча вверх и ловле его 2 руками. Игра «Зайка беленький сидит» Повторить игровые упражнения с мячом бросать вверх и ловить 2 руками. <i>Подвижная игра</i> «Догони свою пару».</p>
	2-я неделя	<p>Упражнять в равновесии , ползании по гимнастической скамейке. Игра «Найди свой цвет» Повторить игровые упражнения: «Пройди- не сбей» по скамейке через кубики. «Силачи» по скамейке подтягиваться руками, хват с боков.</p>
	3-я неделя	<p>Упражнять в беге с перепрыгиванием через шнуры. «Бег с прыжками» Игра «Зайцы и волк» <i>Подвижная игра</i> «Найди свой цвет».</p>
	4-я неделя	<p>Упражнять в прыжках, прокатывании мяча. Игра «Пилоты» Повторить игровые упражнения: «Пушинки -снежинки», «Прокати и поймай»</p>
Март	1-я неделя	<p>Упражнять в беге между предметами ,прыжках на 2 ногах. Повторить игровые упражнения: «Ловкие ребята», «Лягушки» <i>Подвижная игра</i> «Коршун и птенчики».</p>
	2-я неделя	<p>Упражнять в ходьбе с выполнением задания, равновесии. Повторить игровые упражнения: «Слушай сигнал», «Парами по мостику»(по 2 доскам за руки) <i>Подвижная игра</i> «Зайка серый умывается». Или «Догони свою пару»</p>
	3-я неделя	<p>Упражнять в равновесии,в ползании на ладонях и ступнях. Повторить игровые упражнения: «Смело шагай – смотри не зевай», «Медвежата» <i>Подвижная игра</i> «Лохматый пес»или «По ровненькой дорожке»</p>
	4-я неделя	<p>Упражнять в ходьбе по кругу, прыжках через шнур на 2 ногах. Повторить игровые упражнения «Ровный круг», «Через ручеёк» <i>Подвижная игра</i> «Пастух и стадо»</p>
	5-я неделя	<p>Упражнять в равновесии,в ползании на ладонях и ступнях. Повторить игровые упражнения: «Смело шагай – смотри не зевай», «Медвежата» <i>Подвижная игра</i> «Лохматый пес»или «По ровненькой дорожке»</p>
Апрель	1-я неделя	<p>Упражнять в ходьбе и беге с заданием в равновесии. Повторить игровые упражнения: «Быстро возьми», «Пройди по канату» <i>Подвижная игра</i> «Пастух и стадо».</p>

	2-я неделя	Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке боком приставным шагом. Игра «Самолёты» Повторить игровые упражнения: «Пройди по мостику» <i>Подвижная игра</i> «Лиса в курятнике».
	3-я неделя	Упражнять в ходьбе между предметами, в прыжках на 2 ногах с продвижением. Повторить игровые упражнения «Пройди не задень», «Весёлые лягушки». <i>Подвижная игра</i> «Бездомный заяц».
	4-я неделя	Упражнять в прыжках в прямом направлении. Игра «Догони свою пару», «Котята и щенята» Повторить игровые упражнения: «Пингвины» дистанция 5 м.
	Май	1-я неделя
2-я неделя		Упражнять в прыжках на одной ноге с продвижением, в перебрасывании мяча разными способами в парах. Игра «Бездомный заяц» Повторить игровые упражнения: «На одной ножке по дорожке», «Перебрось - поймай»
3-я неделя		Упражнять в лазании боком под шнур, в перебрасывании мяча через шнур. Повторить игровые упражнения: «Мышки-норушки», «Перебрось - поймай» <i>Подвижные игры</i> «Пастух и стадо» или «Огуречик».
4-я неделя		Упражнять в ходьбе и беге с перешагиванием через предметы, в передвижении на ладонях и ступнях. Повторить игровые упражнения: «Пробеги – не задень», «Медвежата». <i>Подвижные игры</i> «Поймай комара»

Календарно – тематическое планирование НОД «Физическое развитие», средняя группа (от 4 до 5 лет)

	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	Физическое: формировать гигиенические навыки: умыться и мыть руки после физических упражнений и игр. Социально-коммуникативное: формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры.
	№ занятия, дата		Занятие 1-2 №1(1,2) №2 (1,3)	Занятие 3-4 (7,8,9), (28,29,30)повт. (7,8,10), (28,29,1)повт.	Занятие 5-6 (14,15,16) (14,15,17)	
Сентябрь	Задачи	<p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры; - подпрыгивать вверх энергично; - подбрасывать мяч вверх и ловить двумя руками. <p>Упражнять в ходьбе и беге колонной и враспынную, с остановкой по сигналу, в энергичном отталкивании от пола двумя ногами и мягком приземлении при подпрыгивании. Закрепить прокатывание мяча в прямом направлении, подлезание под шнур в группировке</p>				

1-часть Вводная	Построение в шеренгу. Ходьба в колонне по одному, между двумя линиями; высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, врассыпную с высоким подниманием коленей, перестроение в три звена				Учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия, убирать свою одежду. Познавательное: формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения.
ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячом	С обручем	
2 часть Основные виды движения	1. Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (длина- 3 м, ширина- 15 см). 2. Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево (вокруг обруча). 3. Ходьба и бег между двумя линиями (ширина - 10 см). 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до флажка	Прыжки «Достань до предмета» Прокатывать мяч друг другу стойка на коленях, сидя на пятках.(расст.2 м.) Прыжки на 2 ногах вверх до предмета.(фронтально или 2 шеренгами) Прокатывать мяч друг другу. Ползать на четвереньках по прямой ,двумя шеренгами до предмета.(расст.5 м.)	1. Прокатывание мячей друг другу Двумя руками, исходное положение стоя на коленях. 2. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 3.Подбрасывание Мяча вверх и ловля двумя руками. 4.Подлезание под дугу, поточно 2 колоннами. 5.Прыжкинадвух ногах между кеглями	1.Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 2.Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе. 3.Ходьба по доске перешагивая через кубики, руки на поясе. 4.Лазать под шнур(дугу) с опорой на ладони и колени(расст.1м.) 5Прыжки на 2 ногах с продвижением до предмета(дист.3м.)	
3-часть Подвижные игры	«Найди себе пару»	«Самолёты»	«Огуречик» Нар./игра «Ручейки и озёра»	«У медведя во бору»	
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному	«Карлики и великаны»	Ходьба с положением рук: за	«Где постучали?»	

				спиной, в стороны, за головой		
--	--	--	--	-------------------------------	--	--

Октябрь	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	<p>Физическое: рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики.</p> <p>Социально-коммуникативное: Обсуждать пользу утренней гимнастики в детском саду и дома, поощрять высказывания детей.</p> <p>Учить готовить инвентарь</p> <p>Перед началом проведения занятий и игр</p> <p>Познавательное: развивать глазомер и ритмичность шага при перешагивании через бруски.</p> <p>Художественно эстетическое: разучивать упражнения под</p>
	№ занятия, дата	Занятие 1-2 №1(5,6,7) №2(5,6,8)	Занятие 3-4 (12,13,14) (12,13,15)	Занятие 5-6 (19,20,21) (19,20,22)	Занятие 7-8 (26,27,28) (26,27,29 0)	
	Задачи	<p>Учить:</p> <p>- сохранять устойчивое положение при ходьбе на повышенной опоре; - находить свое место при ходьбе и беге.</p> <p>Развивать глазомер и ритмичность шага при перешагивании через бруски.</p> <p>Упражнять в энергичном отталкивании от пола и приземление на полусогнутые ноги, в прокатывании мячей друг другу, развивать точность направления: в подлезании под дугу, не касаясь руками пола, в ходьбе с изменением направления, в прыжках на двух ногах</p>				
	1-часть Вводная	Ходьба и бег колонной через шнуры, с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба враспынную, с остановкой на сигнал - построение в шеренгу с нахождением своего места; с перешагиванием через шнуры, на пятках				
	ОРУ	С лентой	Без предметов	Мяч большой	С кеглей	
	2 часть Основные виды движения	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине-присесть. 2. Прыжки на двух ногах до предмета. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 4. Прыжки на двух ногах до	1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 2. Прокатывание Мяча друг другу, Исходное положение стоя на коленях. 3. Прокатывание Мяча между предметами(расст. 1м.)	1. Прокатывать мяч в прямом направлении.(шеренгой) 2. Подлезание под шнур(в группировке). 3. Лазать под дугу ,поточным способом 2 колоннами. 4. Прыжки на двух ногах через 4-5 линии. 5. Подбрасывать и ловить мяч 2 руками.	1. Подлезание под шнур (40 см) с мячом в руках, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по доске с перешагиванием через кубики. 3. Прыжки на двух ногах с продвижением	

	шнура, перепрыгнуть и пойти дальше			между предметами) 4.Прокатывать мяч по дорожке(25см	музыку в разном темпе, проводить музыкальные игры.
3-часть Подвижные игры	«Кот и мыши»	«Цветные автомобили»	У медведя во бору», «Огуречик»»	«Кот и мыши», «Карусель»	
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне за «котом», как «мыши», чередование с обычной ходьбой.		«Угадай где спрятано»	«Угадай кто позвал»	

Ноябрь	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	Здоровье: рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. Социально-коммуникативное: Обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. Формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур перебрасывания мяча друг другу разными способами. Познавательное: учить двигаться в заданном
	№ занятия, дата	Занятие 1-2 №1(2,3,4) №2(2,3,5)	Занятие 3-4 9,10,11) (9,10.12)	Занятие 5-6 (16,17,18) (16,17,19)	Занятие 7-8 (23,24,25)() (23,24,26)	
	Задачи	Упражнять: - в ходьбе и беге по кругу, на носках, взявшись за руки; - в бросании мяча о землю и ловле его двумя руками; - в ходьбе и беге с изменением направления; - в прыжках на двух ногах; - в перебрасывании мяча и др.; - в ползании на животе по скамейке. Закреплять умения удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре, ползание на четвереньках; соблюдать правильную осанку; ходьба и бег «змейкой» между предметами, не задевая их.				
	1-часть Вводная	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал; в прыжках между предметами, в бросании и ловле мяча, равновесии. Ползание по скамейке на животе.				
	ОРУ	С кубиком	Без предметов	С мячом	С флажками	

	2 часть Основные виды движения	1.Равновесие– ходьба по скамейке через кубики. 2.Прыжки на двух ногах продвигаясь между предметами(05м.). 3.Равновесие- ходьба по скамейке с мешочком на голове. 4.Прыжки на 2 ногах через шнуры(3м.) 5.Подбрасывать мяч вверх и ловить 2 руками.	1.Прыжки на 2 ногах через шнуры. 2.Прокатывать мяч в парах и.п. на коленях. 3.Прыжки между предметами дист. 3 м. 4.Перебрасывать мяч друг другу 2 руками снизу.	1.Броски мяча о землю и ловить 2 руками. 2.Ползать на ладонях и коленях по скамейке. 3Бросать мяч о пол 1 рукой и ловить 2 после отскока. 4.Ползать шеренгой «как- медвежата» 5.прыжки на 2 ногах между предметами,дист.3м.	1.Ползать по скамейке на животе. 2.Ходьбапо гимнастической скамейке боком приставным шагом руки на поясе. 3.Ходьба по скамейке боком ,на середине присед руки вынести вперед. 4.Ползать по скамейке на ладонях и коленях. 5. Прыжки с продвижением (расст.3м.)	направлении по сигналу вперед – назад, вверх-вниз.
	3-часть Подвижные игры	«Салки», «Быстрее к своему флажку»	«Самолёты» Нар./игра «Отбивка лосей»	«Лиса и куры	«Цветные автомобили» «У ребят порядок...»	
	Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	Пальчиковая гимнастика Комплекс №1	«Найдем цыпленка»	«Вверх и вниз» (ходим вгору и с горы)	

Декабрь	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	Здоровье: рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по
	№ занятия, дата	Занятие 1-2 №1(30,1,2) №2(30,1,3)	Занятие 3-4 (7,8,9) (7,8,10)	Занятие 5-6 (14,15,16) (14,15,17)	Занятие 7-8 (21,22,23)(28.29,30) (21,22,24)(28,2(.31)	
	Задачи	Упражнять в перестроении в пары на месте, в ходьбе и беге между предметами в рассыпную; в ползании по скамейке на четвереньках; в перешагивании через				

	препятствие; в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен. Закреплять умение подлезать под шнур; отбивать мяч о пол; действовать по сигналу. Учить соблюдать дистанцию во время передвижений; ходьбе по гимнастической скамейке с поворотом на середине.				ребристой поверхности. Социально-коммуникативное: Учить
1-часть Вводная	Ходьба в колонне по одному, с нахождением своего места в колонне, с остановкой и выполнением задания. Бег в рассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; со сменой ведущего, с выполнением заданий.				правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр.
ОРУ	Без предметов	С мячом	Без предметов	С кубиком	Формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей.
2 часть Основные виды движения	1.Равновесие-ходьба по шнуру, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2.Прыжки на двух ногах через 4-5 брусков. 3.Ходьба по шнуру положенному по кругу 4.Прыжки на 2 ногах через 5-6 шнуров (расст.40см.) 5.Прокатывать мяч между 4-5 предметами, подталкивая 2 (двумя) руками снизу.	1 . Прыжки со скамейки. 2.Прокатывать мяч между предметами. 3.Прыжки со скамейки 25см. 4.Прокатывать мяч меду предметами. 5.Равновесие- бег по дорожке (шир.20см.).	1.Перебрасывать мяч друг другу 2 руками снизу (расст.1,5м.) 2.Ползание на четвереньках по скамейке на ладонях и коленях. 3.Перебрасывать мяч друг другу 2 руками из- за головы. (расст. 2 м.) 4.Ползание в прямом направлении «по-медвежьему» (расст.4м.) 5.Ходьба с перешагиванием через набивные мячи,руки на поясе	1.Ползание по скамейке на животе, хват рук с боков скамейки. 2.Равновесие - ходьба по скамейке боком приставным шагом, руки за головой. 3.Ползание по скамейке с опорой на ладони и колени. 4.Равновесие-ходьба по скамейке ,руки в стороны с заданием. 5.Прыжки на двух ногах ,до лежащего на полу обруча. прыжок в обруч и из обруча Дистанция 3м.	Познавательное: формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта.

3-часть Подвижные игры	«Лиса и куры»	«У Медведя во бору», нар./игра «Хлебец»	«Зайцы и волк»	«Птички и кошка»	
Малоподвижные игры	Ходьба по ребристой доске	Пальчиковая гимнастика Комплекс №1	«Где спрятано»	«Найди и промолчи»	

Январь	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	<p>Здоровье: рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности.</p> <p>Социально-коммуникативное: Учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр. Формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей.</p> <p>Познавательное: формировать умение двигаться в</p>
	№ занятия, дата	Занятие 1-2 №1() №2()	Занятие 3-4 (11,12,13) (11,12,14)	Занятие 5-6 (18,19,20) (18,19,21)	Занятие 7-8 (25,26,27) (25,26,28)	
	Задачи	Упражнять в ходьбе и беге между предметами в рассыпную; в ползании по скамейке на четвереньках; вперешагивании через препятствие; в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен. Закреплять умение подлезать под шнур; отбивать мяч о пол; действовать по сигналу. Учить соблюдать дистанцию во время передвижений; ходьбе по гимнастической скамейке с поворотом на середине.				
	1-часть Вводная	Ходьба в колонне по одному, между предметами «змейкой», на носках. Бег между предметами, в рассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; со сменой ведущего, с выполнением заданий				
	ОРУ	С обручем	С мячом	С косичкой	С обручем	
	2 часть Основные виды движения	1.Равновесие-ходьба по канату, пятки на канате ,носки на полу руки на поясе.3-4раза 2.Прыжкина двух ногах вдоль каната справа и слева 2-3 раза. 3.Ходьба по канату так же руки за головой	1 . Прыжки со скамейки. 2.Перебрасывть мяч в парах 2 руками снизу. 3.Отбивать малый мяч о пол3 раза и ловить 2 руками. 4.Прыжки ноги вместе- врозь 3 м. 5.Равновесие-ходьба на носках между предметами	1.Отбивать мяч о пол12 раз. 2.Ползать по скамейке по «медвежьи» 3.Прокатывать мяч в парах расст.2,5м.; 4.Ползать прямо по «медвежьи» 5.Прыжки через шнур с продвижением	1,Лазать под шнур боком. 2.Равновесие-ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки на пояс. 3.Лазать под шнур прямо и боком. 4.Равновесие-ходьба по скамейке боком	

		4.Прыжки вдоль каната. 5.Подбрасывать мяч и ловить 2 руками произвольно.	расст. Между 0,4м. дист. 3м.	справа и слева. (3м.)	приставным шагом, руки на поясе, с заданием. 5.прыжки между предметами в ряд(расст. 0,5)	заданном направлении, используя систему отсчёта
3-часть Подвижные игры		« Кролики»	«Найди себе пару» Нар./игра «Продаём горшки»	«Лошадки»	«Автомобили»	
Малоподвижные игры		Ходьба по ребристой доске	Пальчиковая гимнастика Комплекс №1	«Где спрятано»	«Найди и промолчи»	

Февраль	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	Физическое: учить прикрывать рот платком при кашле и обращаться к взрослым при заболевании. Социально-коммуникативное: Учить самостоятельно готовить и убирать место проведения занятий и игр. Формировать навык оценки поведения своего и сверстников во время проведения игр.
	№ занятия, дата	Занятие 1-2 №1(1,2,3) №2(1,2,4)	Занятие 3-4 (8,9,10) (8,9,11)	Занятие 5-6 (15,16,17) (15,16,18)	Занятие 7-8 (22,23,24) (22,23,25)	
	Задачи	Развивать умение быть инициативным в подготовке и уборке мест занятий. Учить ловить мяч двумя руками; ходьбе и бегу по кругу с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры. Закреплять: упражнения в равновесии, навык подлезания на четвереньках. Упражнять в ходьбе с выполнением заданий, прыжках из обруча в обруч. Воспитывать и поддерживать дружеские отношения				
	1-часть Вводная	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий, на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки, с изменением направления. Ходьба и бег между мячами. Бег в рассыпную с остановкой, перестроение в звенья				
	ОРУ	Без предметов	На стульях	С мячом	С гимнастической палкой	
2 часть Основные виды движения	1.Равновесие-ходьба по скамейке с заданием.	1.Прыжки из обруча в обруч на 2 ногах. 2.Прокатывать мяч	1.Перебрасывать мяч друг другу в шеренгах. 2.Ползание по	1.Ползание по гимн.скамейке с опорой на ладони и колени.		

		2.Прыжки через бруски, расст. 40 см. 3.Ходьба перешагивая через наб. мячи, руки на поясе. 4.Прыжки справа и слева через шнур с продвижением. 5.Перебрасывать мяч стоя в шеренгах(раст. 2м.)	между предметами. 3.Прыжки на 2 ногах через 5-6 коротких шнуров(расст. 0,5м) 4.Прокатывать мяч в шеренгах стоя на коленях(раст.2,5м) 5.Ходьба на носках , руки на поясе в чередовании с обычной ходьбой.	гимн. скамейке на четвереньках. 3.метать мешочки в вертикальную цель , П- Л рукой(способ от плеча). 4.Ползание по скамейке с опорой на ладони и колени. 5.Прыжки между предметами поставленными в шахматном порядке.	2.Равновесие-ходьба, перешагивая через набивные мячи, высоко поднимая колени , руки на пояс(или за голову). 3.Ползание по гимн.скамейке по-медвежьи» 4.Равновесие-ходьба по скамейке боком приставным шагом с заданием. 5.Прыжки на правой и левой ноге, используя взмах рук.(дист.2м.)	Познавательное: учить определять положение предметов в пространстве по отношению к себе: впереди- сзади, вверху внизу
	3-часть Подвижные игры	«Котята и щенята»	«У медведя во бору»	«Воробушки и автомобиль»	«Перелёт птиц» Нар./игра «Волк»	
	Малоподвижные игры	Ходьба с хлопком на счет«три»	Пальчиковая гимнастика . Комплекс №2	Ходьба наместе, с передвижением вправо, влево, вперед, назад	«Найди и промолчи»	

Март	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	Физическое: формировать навык оказания первой помощи при травме. Социально-коммуникативное: Учить соблюдать правил
	№ занятия, дата	Занятие 1-2 №1(1,2,3),(29,30,3) №2(1,2,4), (29,30,1)	Занятие 3-4 (8,9,10) (8,9,11)	Занятие 5-6 (15,16,17) (15,16,18)	Занятие 7-8 (22,23,24) (22,23,25)	
	Задачи	Учить правильно занимать исходное положение при прыжках в длину с места, лазать по наклонной лестнице;				

	<p>сознательно относиться к правилам игры. Упражнять в бросании мяча через сетку, в ходьбе и беге по кругу с выполнением задания, в прокатывании мяча вокруг предметов, в ползании на животе по скамейке, ходьбе и беге по наклонной доске, в перешагивании через предметы</p>				<p>безопасности при выполнении прыжков в длину с места и через кубики, ходьбы и бега по наклонной доске. Речевое: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры. Познавательное: рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять кругозор</p>
1-часть Вводная	<p>Ходьба в колонне по одному, с поворотом кругом, на носках, пятках, в полуприсяде, подскоком, между предметами, в рассыпную. Ходьба и бег парами «Лошадки» (по кругу); с выполнением заданий по сигналу; перестроение в колонну по два.</p>				
ОРУ	Без предметов	С обручем	С мячом	С флажками	
2 часть Основные виды движения	<p>1. Ходьба на носках между предметами раст. 0,5м. 2. Прыжки через шнур справа и слева с продвижением (3м.) 3. равновесие-ходьба и бег по наклонной доске. 4. Прыжки на 2 ногах через короткую скакалку</p>	<p>1. Прыжки в длину с места. 2. Перебрасывание мячей через шнур. 3. Прыжки в длину с места. 4. Перебрасывание мяча 2 руками из –за головы в парах через шнур.(раст.2м.)</p>	<p>1. Прокатывать мяч между предметами, раст. 40см. 2. Ползание по скамейке на животе, хват руками с боков. 3. Прокатывать мяч между предметами. 4. Ползание по скамейке с мешочком на спине. 5. Равновесие-ходьба по скамейке с мешочком на голове.</p>	<p>1. Ползание по скамейке «помедвежьей» 2. Равновесие-ходьба по доске положенной на пол. 3. Прыжки через 5-6 шнуров положенные в одну линию. 4. Лазание по гимн.стенке с передвижением по 3 рейке. 5. Ходьба по доске на носках руки на поясе. 6. Прыжки на 2 ногах через шнуры.</p>	
3-часть Подвижные игры	«Перелёт птиц»	«Зайка беленький»	«Самолёты»	«Охотники и зайцы»	

Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	Пальчиковая гимнастика Комплекс №2	«Найди флажок»	«Найдём зайку»	
--------------------	--------------------	---------------------------------------	----------------	----------------	--

Апрель	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	<p>Физическое: рассказывать о пользе дыхательных упражнений</p> <p>Социально-коммуникативное: учить правилам безопасности при метании предметов разными способами в цель.</p> <p>Художественно-эстетическое: вводить элементы ритмической гимнастики; учить запоминать комплекс упражнений ритмической гимнастики. Учить детей воспроизводить движения в творческой форме, развивать воображение</p>
	№ занятия, дата	Занятие 1-2 №1(5,6,7) №2(5,6,8)	Занятие 3-4 (12,13,14) (12,13,15)	Занятие 5-6 (19,20,21) (19,20,22)	Занятие 7-8 (26,27,28) (26,27,29)	
	Задачи	<p>Учить энергичному отталкиванию в прыжках в длину с места, замаху при метании мешочков на дальность, соблюдении дистанции во время передвижения и построения.</p> <p>Закреплять умения принимать правильное положение при прыжках в длину с места, в метании в горизонтальную цель, ползания на четвереньках, в ходьбе по ограниченной площади опоры, на повышенной опоре.</p> <p>Развивать умение в ходьбе и беге со сменой ведущего. Повторить упражнение в перебрасывании мяча друг другу.</p>				
	1-часть Вводная	<p>Ходьба и бег: по кругу, с перестроением в круг взявшись за руки; в рассыпную, с изменением направления; с остановкой по сигналу с заданием; с перестроением в три звена, перестроением в пары; в рассыпную между предметами, не задевая их.</p>				
	ОРУ	Без предметов	С кеглей	С мячом	С косичкой	
	2 часть Основные виды движения	<p>1. Ходьба по доске с мешочком на голове, руки в стороны.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах через бруски рас. 40 см.</p> <p>3. Ходьба по скамейке боком, приставным</p>	<p>1. Прыжки в длину с места.</p> <p>2. Метание мешочков в горизонтальную цель.</p> <p>3. Прыжки в длину с места. «Кто дальше прыгнет».</p> <p>4. Метание мячей</p>	<p>1. Метание мешочков на дальность.</p> <p>2. Ползание по скамейке «по-медвежьи»</p> <p>3. Метание мешочков П-Л рукой на дальность.</p> <p>4. Ползание по</p>	<p>1. Ходьба по доске приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на пояс.</p> <p>2. Прыжки на 2 ногах из обруча в обруч.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, руки на поясе, с заданием.</p>	

		шагом с мешочком на голове. 4.Прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров раст. 0,5м. 5.Метание мешочков П-Лрукой в горизонтальную цель.	в вертикальную цель ,способ от плеча.(раст. 1,5м.) 5.Отбивание мяча одной рукой несколько раз подряд и ловля его двумя руками.	скамейке на ладонях и ступнях. 5.Прыжки на двух ногах, дистанция 3 м.	4.Прыжки на 2 ногах между предметами.(раст.40см.)	
	3-часть Подвижные игры	«Пробеги тихо»	«Совушка»	«Совушка»	«Птички и кошка»	
	Малоподвижные игры	Ходьба в колонне поодному наносках с выполнением дыхательных упражнений	Пальчиковая гимнастика. Комплекс №2	«Угадай по голосу»	Ходьба и танцевальные упражнения.	

Май	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	Физическое: учить технике звукового дыхания во время выполнения ходьбы. Социально-коммуникативное: Учить соблюдать правила безопасности во время лазания по гимнастической стенке разными способами.
	№ занятия, дата	Занятие 1-2 №1(3,4,5) №2(3,4,6)	Занятие 3-4 (10,11,12) (10.11,13)	Занятие 5-6 (17,18,19) (17,18,20)	Занятие 7-8 (24,25,26) (24,25,27)	
	Задачи	Учить бегать и ходить с изменением направления, лазать по гимнастической стенке, спускаться не пропуская реек.. Упражнять в прыжках в длину с места, перебрасывании мяча друг другу, упражнять в метании на дальность правой и левой рукой, в цель, упражнять в ползании по скамейке на животе, в прыжках через шнур				
	1-часть Вводная	Ходьба и бег по сигналу, между предметами, высоко поднимая колени, в полуприседе, с разным положением рук и ног. Бег парами «Лошадки»				
	ОРУ	Без предметов	С кубиком	С	С мячом	

				гимнаст.палкой		Формировать навык ролевого поведения, учить выступать в роли капитана команды. Формировать умение договариваться об условиях игры, объяснить правила игры
2 часть Основные виды движения	1.Ходьба по доске, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на пояс. 2.Прыжки через 5-6 шнуров (раст.30-40см.) 3.Ходьба по скамейке боком приставным шагом, с заданием. 4.Прыжки в длину с места через 5-6 шнуров(раст.50см.) 5.Прокатывать мяч «змейкой» между кубиков	1.Прыжки в длину с места через шнур, шеренгой(шир.40-50см.) 2.Перебрасывать мяч друг другу в шеренгах. 3.Прыжки через скакалку на двух ногах на месте. 4.Перебрасывать мяч в парах ,двумя руками из-за головы. 5.Метание мешочков на дальность правой и левой рукой.	1.Метание Мешочка правой и левой рукой в вертикальную цель(способ-от плеча) 2.Ползание по гимнастической скамейке на животе. 3.Метание в вертикальную цель с расстояния 2м. 4.Ползание по скамейке «по-медвежьи». 5.Прыжки через короткую скакалку.	1.Равновесие-ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки в стороны. 2.Прыжки на двух ногах вдоль шнура слева и справа(дист. 3м.) 3.Лазание на гимнастическую стенку и спуск с неё. 4.Равновесие – ходьба по доске на носках, руки за головой.		
3-часть Подвижные игры	«Котята и щенята»	«Позвони в погремушку» бег	«Зайцы и волк»	«У медведя во бору»		
Малоподвижные игры	«Узнай по голосу»	Пальчиковая гимнастика Комплекс №2	«Найдём зайца»			

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОДпо физической культуре на улице

Средняя группа

Месяц	Дата	Задачи

Сентябрь	1-я неделя	Упражнять в ходьбе и беге колонной; развивать ловкость и глазомер при прокатывании мяча 2 руками. «Не пропусти мяч», «Не задень» <i>Подвижная игра</i> «Автомобили».м/п «Найдем воробушка»
	2-я неделя	Упражнять в ходьбе и беге по одному и на носках; учить катать обруч друг другу ; упражнять в прыжках. « Прокати обруч», «Вдоль дорожки» <i>Подвижная игра:</i> «Найдисебе пару».
	3-я неделя	Упражнять в ходьбе в обход предметов; повторить подбрасывание и ловлю мяча 2-мя руками; упражнять в прыжках. «Мяч через сетку»,«Кто быстрее добежит до кубика», «Подбрось поймай» <i>Подвижная игра</i> «Воробушки и кот»
	4-я неделя	Разучить перебрасывание мячей друг другу; Упражнять в прыжках. <i>Игровые упражнения:</i> «Перебрось-поймай», «Успей поймать»,«Вдоль дорожки» <i>Подвижная игра</i> «Огуречик».
	5-неделя	Упражнять в ходьбе и беге по одному и на носках; учить катать обруч друг другу ; упражнять в прыжках. « Прокати обруч», «Вдоль дорожки» <i>Подвижная игра:</i> «Найдисебе пару».
Октябрь	1-я неделя	Упражнять в перебрасывании мяча через сетку, развивать ловкость и глазомер. <i>Игровые упражнения:</i> «Мяч через шнур», «Кто быстрее доберется до кегли» <i>Подвижная игра</i> «Найди свой цвет».
	2-я неделя	Упражнять в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу. <i>Игровые упражнения:</i> «Кто быстрее»,«Подбрось-поймай», <i>Подвижная игра</i> «Ловишки». , нар./игра «Здравствуй, догони!»
	3-я неделя	Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей, в прыжках с продвижением вперед. <i>Игровые упражнения</i> «Прокати- не урони», «Вдоль дорожки», <i>Подвижная игра</i> «Цветные автомобили».
	4-я неделя	Упражнять в бросании мяча в корзину, повторить ходьбу и бег колонной по 1. <i>Игровые упражнения:</i> - «Подбрось-поймай», «Мяч в корзину», «Кто скорее по дорожке», <i>Подвижная игра</i> «Лошадки».
Ноябрь	1-я неделя	Упражнять - в ходьбе и беге с изменением направления движения; - ходьбе и беге «змейкой» между предметами, - в сохранении равновесия на уменьшенной площади опоры. <i>Игровые упражнения:</i> «Не попадись», «Поймай мяч», <i>Подвижная игра</i> «Кролики».
	2-я неделя	Повторить ходьбу с выполнением заданий, бег перешагиванием. <i>Игровые упражнения:</i> «Не попадись», «Догони мяч», <i>Подвижная игра</i> «Найди себе пару
	3-я неделя	Упражнять детей в ходьбе между предметами, не задевая их; -в прыжках и беге с ускорением.

		<i>Игровые упражнения:</i> «Не задень», «Передай мяч», «Догони пару»
	4-я неделя	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, -в прыжках. Развивать глазомер, силу броска при метании. <i>Игровые упражнения:</i> «Пингвины», «Кто дальше бросит», <i>Подвижная игра</i> «Самолеты».
Декабрь	1-я неделя	Упражнять в ходьбе и беге между предметами, умении действовать по сигналу. <i>Игровые упражнения:</i> «Веселые снежинки», «Кто быстрее к пирамиде», «Кто дальше бросит?»
	2-я неделя	Учить детей брать лыжи переносить их на плече; упражнять в ходьбе ступающим шагом. <i>Игровые упражнения:</i> «Пружинка», «Разгладим снег», <i>Подвижная игра</i> «Весёлые снежинки»
	3-я неделя	Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; упражнять в метании на дальность, развивать силу броска. <i>Игровые упражнения:</i> «Кто дальше», «Снежная карусель»,
	4-я неделя	Закреплять навык передвижения на лыжах скользящим шагом. «Петушки ходят», «По снежному валу» «Снайперы»
Январь	1-я неделя	Продолжать учить детей передвигаться на лыжах скользящим шагом. <i>Игровые упражнения:</i> «Снежинки- пушинки», «Кто дальше»
	2-я неделя	Закреплять навык скользящего шага, упражнять в беге и прыжках. <i>Игровые упражнения:</i> «Снежная карусель», «Прыжки к ёлке», катание на санках друг друга.
	3-я неделя	Упражнять в прыжках через препятствия в метании снежков на дальность. <i>Игровые упражнения:</i> «Кто дальше бросит», «Перепрыгни не задень», катание друг друга на санках.
	4-я неделя	Упражнять в прыжках через препятствия в метании снежков на дальность. <i>Игровые упражнения:</i> «Кто дальше бросит», «Перепрыгни не задень», катание друг друга на санках.
Февраль	1-я неделя	Повторить метание снежков в цель, игровые задания на санках. Упражнять в прыжках через препятствия в метании снежков на дальность. <i>Игровые упражнения:</i> «Змейкой между санками», «Добрось до кегли», катание друг друга на санках.
	2-я неделя	Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. <i>Игровые упражнения:</i> «Покружись», «Кто дальше бросит», катание друг друга на санках.
	3-я неделя	Упражнять в метании снежков на дальность, катание на санках. <i>Игровые упражнения:</i> «Кто дальше бросит», «Найдем снегурочку», катание на санках, ходьба в колонне.
	4-я неделя	Развивать ловкость и глазомер при метании мешочков. <i>Игровые упражнения:</i> «Точно в цель», «Туннель», катание на санках. <i>Малоподвижная игра</i> «Найдем зайку»
Ма	1-я неделя	Развивать ловкость и глазомер, при метании в цель, упражнять в беге. <i>Игровые упражнения:</i> «Ловишки», «Быстрые ловкие», «Сбей кеглю», «Зайка беленький»

		<i>Подвижная игра «Зайка беленький» Игра малой подвижности «Найдем зайку»</i>
	2-я неделя	Упражнять в ходьбе, чередуя с прыжками. Развивать ловкость и глазомер. <i>Игровые упражнения: «Подбрось-поймай», «Прокати -не задень» Подвижная игра «Лошадка» Малоподвижная игра «Угадай, кто кричит?»</i>
	3-я неделя	Упражнять детей в беге на выносливость, - в ходьбе и беге между предметами, - в прыжках на одной ноге попеременно. <i>Игровые упражнения: «На одной ножке вдоль дорожки», «Брось через веревочку» Подвижная игра «Самолеты»</i>
	4-я неделя	Упражнять в ходьбе попеременно широким и коротким шагом, -с мячом,- в равновесии и в прыжках. <i>Игровые упражнения: «Перепрыгни через ручеек», «Бег по дорожке», «Ловкие ребята», нар./игра «Пятнашки с именем»</i>
	5-я неделя	Повторить 1 неделя
Апрель	1-я неделя	Упражнять в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне, - в прокатывании обручей, -в упражнениях с мячами. <i>Игровые упражнения: «Прокати и поймай», «Сбей булаву», Подвижная игра «У медведя,во бору».</i>
	2-я неделя	Повторить ходьбу и бег.Упражнения в прыжках и подлезание. <i>Игровые упражнения: «По дорожке»,«Не задень» Подвижная игра «Воробушки и автомобиль»Малоподвижная игра «Найдем воробушка».</i>
	3-я неделя	Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя, - в перебрасывании мячей друг другу, развивая ловкость и глазомер. <i>Игровые упражнения: «Успей поймать», «Подбрось-поймай».</i> <i>Подвижная игра «Догони пару», нар./игра «Ляпка»</i>
	4-я неделя	Упражнять в ходьбе и беге между предметами, - в равновесии, -в перебрасывании мяча. <i>Игровые упражнения: «Пробеги–не задень», «Накинь кольцо», «Мяч через сетку».</i> <i>Подвижная игра «Догони пару».</i>
Май	1-я неделя	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками, повторить упр-ия с мячом. <i>Игровые упражнения: «Достань до мяча», «Перепрыгни через ручеек», «Пробеги - не задень».</i> <i>Подвижная игра «Совушка». нар./игра «Иголлка,нитка,узелок»</i>
	2-я неделя	Упражнять детей в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя,-ходьбе и беге по кругу. <i>Игровые упражнения: «Попади в корзину», «Подбрось-поймай».</i>

		<i>Подвижная игра «Удочка».</i>
3-я неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге парами, закреплять прыжки через короткую скакалку, умение перестраиваться по ходу движения. <i>Игровые упражнения:</i> «Не урони», «Не задень», «Бегом по дорожке» <i>Подвижная игра «Пробеги тихо»</i> <i>Малоподвижная игра «Кто ушел?».</i>	
4-я неделя	Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения - в подбрасывании и ловле мяча, Повторить игры с мячом, прыжками и бегом. <i>Игровые упражнения:</i> «Подбрось-поймай», «Кто быстрее по дорожке», <i>Подвижная игра «Самолеты».</i>	

Календарно – тематическое планирование НОД «Физическое развитие», старшая группа (от 5 до 6 лет)

Сентябрь	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	Социально-коммуникативное: создавать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие). Обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимн., зависимость здоровья от правильного питания Познавательное: развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине,
	№ занятия, дата	Занятие 1-2 №1(1,3),(27,29,30)повт.	Занятие 3-4 (6,8,10)	Занятие 5-6 (13,15,17)	Занятие 7-8 (20,22,24)	
	Задачи	Учить: -перестроению в колонну по два; -ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; на носках; -поворотам во время ходьбы по сигналу; -выполнять поворот во время ходьбы и бега в колонну по два (парами). - развивать координацию движений в прыжках в высоту(до предмета); Упражнять в беге до 1 минуты; в перешагивании через шнуры; в ползании на четвереньках по скамейке; метании мяча в цель; в равновесии в прыжках. Повторить пролезание в обруч боком; перебрасывание мяча друг другу; переползание через препятствие. Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу.				
	1-часть Вводная	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному. Игровое упражнение «Быстро в колонну». Ходьба и бег по одному, на носках, пятках, враспынную, между предметами по сигналу, с изменением темпа, перестроение в три колонны, бег до 1 минуты с высоким подниманием коленей, проверка осанки , ходьба в медленном, обычном и быстром темпе.				
ОРУ	Без предметов	С мячом	Без предметов	С гимнаст.палкой		

	2 часть Основные виды движения	1.Равновесие- ходьба по скамейке, перешагивая через кубики, руки на поясе. 2.Прыжки на 2 ногах с продвижением 4м. 3.Перебрасывание мяча друг другу в шеренгах,2 руками снизу. 1.Равновесие-ходьба по скамейке перешагивая через мячи , руки за головой. 2.Прыжки между предметами (раст. 40 см.) 3.Броски мяча о пол в шеренгах,1 рукой и ловля 2 руками после отскока.	1.Прыжки «Достань до предмета» 2.Броски малого мяча вверх 2 руками. 3.Бег в среднем темпе до 1,5 мин. 1.Прыжки повторить (группами). 2.Броски мяча вверх с хлопком. 3.Ползание на четвереньках между предметами. (15-20раз.)	1.Ползание по скамейке на ладонях и коленях. 2.Равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом ,руки на поясе. 3.Броски мяча вверх с заданием. 1.Перебрасывать мяч в шеренгах (2,5м.) стоя 2 руками из-за головы. 2.Ползание по скамейке(доске) с опорой на предплечья и колени. 3.Равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом, с мешочком на голове, руки на пояс.	1.Пролезание в обруч боком в группировке. 2.Равновесие-ходьба через бруски , сохраняя осанку. 3.Прыжки на 2 ногах с зажатым мешочком между колен.(3-4м.) 1.Пролезание повторить. 2.Равновесие-ходьба через бруски(кубики) с мешочком на голове. 3.Прыжки на 2 ногах(дист. 4м.)	расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием ч/з кубики, мячи. Музыка: вводить элементы ритмической гимнастик; проводить игры и упражнения под музыку
	3-часть Подвижные игры	«Мышеловка»	« Фигуры» Нар./игра «Невод»	«Удочка»	« Мы весёлые ребята»	
	Малоподвижные игры. Нетрадиционные формы.	«У кого мяч» Упражнение для профил. плоскостопия «Собери платочек в маленький комочек»	Ходьба в полу приседе. Упражнение на развитие гибкости-стретчинг.	Ходьба колонной по одному с заданием для рук. Пальчик-ая гимн. Комплекс №1		

Ок	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	Социально-коммуникативное:
		Занятие 1-2	Занятие 3-4	Занятие 5-6	Занятие 7-8	

№ занятия, дата	№1(4,6,8)	(11,13,15,)	(18,20,22)	(25,27,29)	создавать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие). Обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимн., зависимость здоровья от правильного питания Учить следить за чистотой спортивного инвентаря Познавательное: развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием ч/з кубики, мячи. Музыка: вводить элементы ритмической гимнастик; проводить игры и упражнения под музыку
Задачи	<p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять поворот по сигналу во время ходьбы в колонне по одному; перестроению в колонну по два; -ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; -поворотам во время ходьбы по сигналу; -выполнять поворот во время ходьбы и бега в колонну по два (парами). <p>Упражнять в беге до 1 минуты; в перешагивании через шнуры; метании мяча в цель; в равновесии в прыжках.</p> <p>Повторить пролезание в обруч боком; перебрасывание мяча друг другу; переползание через препятствие.</p>				
1-часть Вводная	Перестроение в колонну по одному и по два, ходьба и бег враспынную, бег до 1 минуты с перешагиванием через бруски; ходьба, по сигналу поворот в другую сторону, на носках, пятках, в чередовании, в медленном, быстром темпе; на внешних сторонах стопы.				
ОРУ	Без предметов	С гимнаст.палкой	С малым мячом	С обручем	
2 часть Основные виды движения	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, перешагивая через кубики.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах через шнуры, прямо, боком.</p> <p>3.Броски мяча двумя руками от груди, перебрасывание друг другу руками из-за головы.</p> <p>1.Ходьба по</p>	<p>1.Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги.</p> <p>2.Броски мяча в парах 2 руками из-за головы.</p> <p>3.Ползание по скамейке на четвереньках.</p> <p>1.Прыжки повторить</p> <p>2.Перебрасывание мячей в парах 2 рукам от груди (расст.2,5)</p> <p>3.Ползание на четвереньках с переползаниемчерез препятствие.</p>	<p>1.Метание мяча в горизонтальную цель ,П-Л рукой(расст. 2м.)</p> <p>2.Лазанье - подлезание под дугу прямо и боком в группировке.</p> <p>3.Равновесие- ходьба через набивные мячи . руки на пояс.</p> <p>1.Метание ,повторить (расст.2,5м.)</p> <p>2.Ползание между предметами «змейкой»(расст.1м.)</p> <p>3.Ходьба по скамейке боком приставным</p>	<p>1.Ползание-пролезание в обруч боком в группировке,(3 обруча расст.1м.)</p> <p>2.Ходьба по скамейке с заданием.</p> <p>3.Прыжки на двух ногах на препятствие(мат высота 20 см.) с трёх шагов.</p> <p>1.Ползание с преодолением препятствий (скамейки)</p> <p>2.Ходьба по</p>	

		скамейке боком приставным шагом перешагивая через мячи 2.Прыжки на 2 ногах вдоль шнура справа и слева. 3.Передача мяча 2 руками от груди.(10-12раз)		шагом.	скамейке с заданием. 3.Прыжки на препятствие.	
3-часть Подвижные игры		«Перелёт птиц»	«Не оставайся на полу»	«Удочка»	«Гуси - лебеди»	
Малоподвижные игры Нетрадиционные формы работы.		Упражнение для профил. плоскостопия «Собери платочек в маленький комочек»	Упражнение на развитие гибкости-стретчинг	Пальчик-ая гимн. Комплекс №1		

	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	Социально - коммуникативное: побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр. Обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. Формировать навыки безопасного поведения во время
	№ занятия, дата	Занятие 1-2 №1(1,3,_)	Занятие 3-4 (8,10,12)	Занятие 5-6 (15,17,19)	Занятие 7-8 (22,24,26)	
Ноябрь	Задачи	<p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> - перекладывать малый мяч из одной руки в другую в о время ходьбы по гимнастической скамейке; - прыжкам на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед. <p>Отрабатывать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыки ходьбы с высоким подниманием коленей; - бег в рассыпную; - перебрасывание мяча в шеренге; - ползание по скамейке на животе; - ведение мяча одной рукой, между предметами; - пролезание через обручи с мячом в руках; - ходьбу с остановкой по сигналу. <p>Закреплять умение подлезать под шнур боком и прямо; ходьбы «змейкой».</p>				

	Развивать ловкость и координацию движений, устойчивое равновесие				ползания на четвереньках и по гимнастической скамейке, перестроения в шеренгу, колонну, бега врассыпную. Следить за опрятностью своей физической формы и убирать физкультурный инвентарь и оборудование
1-часть Вводная	Перестроение в шеренгу, колонну, повороты направо, налево, ходьба с высоким подниманием коленей, бег врассыпную, между кеглями, с изменением направления движения, перестроение в колонну по два и по три, ходьба и бег в чередовании с выполнением фигур.				
ОРУ	Без предметов	С лентой	С мячом(большой)	На гимнастической скамейке	
2 часть Основные виды движения	1.Ходьба по скамейке на каждый шаг вперёд передавая малый мяч перед собой и за спиной. 2.Прыжкина правой и левой ноге, по два прыжка на правой и левой ноге. 3.Перебрасывание мяча двумя руками снизу; из-за головы. 1.Равновесие – повторить 2.прыжки по прямой(2м.) 2 на правой 2 на левой,2 колоннами. 3.Перебрасывание мяча в шеренгах 2 руками из – за головы(расст.3м.)	1.прыжки на П_Л ноге попеременно с продвижением(4-5м.) 2.Ползание по скамейке на животе (хват рук с боков) 3.Ведение мяча, продвигаясь вперёд шагом(4-5м.) 1.Прыжки повторить 2.Ползание на четвереньках,подталкивая мяч головой(вес 0,5кг) Ведение мяча в ходьбе.	1.Ведение мяча 1 рукой(расст. 6м.) 2.Пролезать в обруч прямо и боком, не касаясь обода. 3.Ходьба по скамейке боком,приставным шагом. 1.Ведение мяча в ходьбе (Б/Б вариант) 6м. 2.Ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени. 3.Ходьба на носках, руки за головой ,между предметами.	1.Подлезание под шнур боком не касаясь руками пола. 2.Равновесие- ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки на пояс. 3.Прыжки на П-Л ноге до предмета (расст.5м.) 1.Подлезание повторить. 2.Прыжки 2на правой ,2 на левой. 3.Ходьба на носках между предметами ,руки за головой.	
3-часть Подвижные игры	«Пожарные на учении»	«Не оставайся на полу» Нар./игра «Круговой»	«Удочка»	«Пожарные на учении»	
Малоподвижные	Найди и промолчи»	Упражнение на развитие	Пальчик-ая гимн.	«У кого мяч»	

Игры Нетрадиционные формы	Упражнение для профил. плоскостопия «Собери платочек в маленький комочек»	гибкости-стретчинг	Комплекс №1		
---------------------------------	--	--------------------	-------------	--	--

Декабрь	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	Социально-коммуникативное: Формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками. Обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения. Учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре. Следить за опрятностью своей физкультурной формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и
	№ занятия, дата	Занятие 1-2 №1(29,1,3),(27,29)повт	Занятие 3-4 (6,8,10)	Занятие 5-6 (13,15,17)	Занятие 7-8 (20,22,24)	
	Задачи	<p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходьбе по наклонной доске; - прыжкам с ноги на ногу с продвижением вперед; - лазать разноимённым способом по гимнастической стенке. <p>Совершенствовать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - бег в колонне по одному с сохранением дистанции; - прыжки на двух ногах с преодолением препятствий; - ползание на четвереньках между кеглями; - подбрасывание и ловле и переброске мяча; - ползание по гимнастической скамейке. <p>Развивать ловкость и глазомер. Закреплять равновесие в прыжках, бег в рассыпную и по кругу с поворотом в другую сторону</p>				
	1-часть Вводная	Бег и ходьба между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, за руки по кругу с поворотом в другую сторону, на сигнал «Сделать фигуру». Ходьба и бег в рассыпную.				
	ОРУ	С обручем	С флажками	Без предметов	Без предметов	
	2 часть Основные виды движения	1. Ходьба по наклонной доске боком, руки в стороны, пройти по скамейке приставным шагом руки на пояс.. 2. Прыжки через бруски(расст.50 см.) 3. Броски мяча в парах 2 руками из-за головы(расст.2,5м.) 1. Повторить ходьбу по	1. Прыжки с ноги на ногу с продвижением. 2. Броски мяча вверх и ловля его 2 руками. 3. Ползание на четвереньках между предметами. 1. Прыжки повторить	1. Перебрасывание мяча в шеренгах, 2 руками снизу. 2. Ползание по скамейке на животе. Подтягиваясь(хват рук с боков). 3. Равновесие- ходьба по скамейке с мешочком на	1. Лазание на гимнастическую стенку, не пропуская реек. 2. Равновесие- ходьба по скамейке через (кубики, наб. мячи) 3. Прыжки на 2 ногах между предметами.(расст.40см.) 1. Лазание до верха гимн.стенки разноимённым	

		наклонной доске с заданием. 2.Прыжки на 2 ногах между мячами(дист.4м.) 3.Перебрасывать мяч в парах произвольно.	2.Ползание по прямой подталкивая мяч головой(3-4м.) 3.Прокатывание мяча.	голове, руки в стороны (на пояс). 1.перебрасывание мяча в парах снизу и ловля с хлопком. 2.ползание по скамейке на четвереньках с мешочком на спине. 3.Ходьба по скамейке с мешочком на голове(осанка).	способом. 2.ходьба по скамейке боком приставным шагом, с мешочком на голове. 3.Прыжки между кеглями с мешочком, зажатым между колен.	оборудование.
	3-часть Подвижные игры	«Ловишки с ленточками»	«Не оставайся на полу», нар./игра «Гаккарис»	«Охотники и зайцы»	«Хитрая лиса»	
	Малоподвижные игры.Нетрадиционные формы	«Сделай фигуру» Упражнение для профил. плоскостопия «Собери платочек в маленький комочек»	«У кого мяч» Упражнение на развитие гибкости-стретчинг	«Летает- не летает» Пальчик-ая гимн. Комплекс №2		

Январь	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	Социально коммуникативное: обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь. Учитывать правильно подбирать предметы для
	№ занятия, дата	Занятие 1-2 №1 () №2 () №3 ()	Занятие 3-4 (10,12,14) () ()	Занятие 5-6 (17,19,21) () ()	Занятие 7-8 (24,26,28) () ()	
	Задачи	Учить: - лазать по гимнастической стенке с переходом на соседний пролет. Упражнять: - в ходьбе и беге между предметами; - прыжках с ноги на ногу; - забрасывании мяча в кольцо;				

	<ul style="list-style-type: none"> - ползании на четвереньках, проталкивая мяч перед собой головой; - пролезании в обруч и в равновесии; - ведении мяча в прямом направлении; Повторять и закреплять: <ul style="list-style-type: none"> - ходьбу по наклонной доске; - ходьбу с мешочком на голове; - следить за осанкой и устойчивым равновесием 				сюжетно-ролевых и подвижных игр. Формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и одноименным способом считаться с интересами товарищей. Формировать умение двигаться в заданном направлении используя систему отсчета. <i>Художественно-эстетическое:</i> учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки.
1-часть Вводная	Ходьба и бег между кубиками «змейкой», положенными в шахматном порядке, по кругу, держась за шнур, с перешагиванием через набивные мячи. Ходьба с выполнением заданий. Бег в рассыпную, с выполнением заданий, в чередовании.				
ОРУ	С кубиком	С верёвкой	На гимн. скамейке	С обручем	
2 часть Основные виды движения		1. Прыжки в длину с места (раст. 40 см.) 2. Проползание под дугами на четвереньках, подталкивая мяч. 3. Броски мяча вверх. 1. Прыжки в длину с места (раст. 50 см.) 2. Переползание через предметы (гимн. скамейка) 3. перебрасывание мячей (большие) друг другу, двумя руками снизу, раст. 2,5 м.	1. Перебрасывание мяча в шеренгах, 2 руками от груди. 2. Пролезание в обруч, П-Л боком не касаясь обода. 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на поясе. 1. Перебрасывание мяча в парах, ловля после отскока от пола. 2. Пролезание в обруч повторить. 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове, руки в стороны.	1. Лазанье на гимн. стенку одноименным способом. 2. Ходьба по скамейке приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки свободно. 3. Прыжки с продвижением .ноги вместе- ноги врозь (расст. 6 м.) 1. Лазанье на гимн. стенку, ходьба по 4 рейке. Спуск вниз. 2. Ходьба по скамейке, руки за головой. 3. Прыжки через шнуры без паузы. (50 см.) 4. Ведение мяча до обозначенного места.	
3-часть		«Совушка»	«Не оставайся на	«Хитрая лиса»	

	Подвижные игры		нар./игра «Займи место»	полу»		
	Малоподвижные игры. Нетрадиционные формы			Пальчик-ая гимн. Комплекс №2		

Февраль	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	Социально-коммуникативное: побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время игр. Обсуждать пользу - закаливания, поощрять речевую активность. Формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур. Учить правильно подбирать предметы для ролевых и сюжетно подвижных игр. Познавательное: учить двигаться в заданном направлении по
	№ занятия, дата	Занятие 1-2 №1(31,2,4)	Занятие 3-4 (7,9,11)	Занятие 5-6 (14,16.18)	Занятие 7-8 (21,23,25)	
	Задачи	Учить: - сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске; - метать мячи в вертикальную цель; - лазать по гимнастической стенке. Закреплять: - умение перепрыгивать через бруски; - забрасывание мяча в корзину; - навык энергичного отталкивания и приземления при прыжках в длину с места; - подлезание под дугу и отбивание мяча о пол;				
	1-часть Вводная	Построение в шеренгу, проверка осанки, равнение. Ходьба и бег враспынную, в колонне по одному, бег до 1,5 минут с изменением направления движения, ходьба и бег по кругу ,взявшись за руки, построение в три колонны справа от скамеек, бег до2минут,ходьба с выполнением заданий на внимание.				
	ОРУ	С гимнастической палкой	С большим мячом	На гимнастической скамейке	Без предметов	
2 часть Основные виды движения	1.Ходьба по скамейке, руки в стороны. 2.Прыжки через бруски, без паузы. 3.Бросание мяча в корзину(кольцо) двумя рукам из-за головы. 1.Равновесие- бег по гимн.скамейке.	1.Прыжки в длину с места(50см.) 2.Отбивание мяча о пол одной рукой с продвижением(6м.) 3.Подлезание под дугу не касаясь руками пола.(выс.40см.)	1.Метание мешочка в вертикал. цель П-Л рукой(от плеча)(расст .2,5м.) 2.Подлезание под шнур (выс.40см.) 3.Перешагивание через шнур 40см. 1.Метание повторить (расст. 3м.)	1. Лазанье по гимн.стенке разноимённым способом и передвижение по 4 рейке; спуск вниз. 2.Ходьба по скамейке приставляя пятку		

		2.Прыжки через бруски П-Л боком. 3.Забрасывать мяч в корзину 2 руками от груди Б/Б вариант.	1.Прыжки в длину с места (расст.60см.) 2.Ползание на четвереньках между предметами. 3.перебрасывание малого мяча 1 рукой и ловля 2 руками после отскока.(дист.2 м.)	2. «Проползи не урони» с мешочком на спине. 3.Ходьба на носках между кеглями. Поставленными в один ряд.(расст.30см.) прыжки через шнуры (50см.0	одной ноги к носку другой, руки на пояс или за голову. 3.Прыжки с ноги на ногу с продвижением (6м.) 4.Отбивание мяча в ходьбе(8м.) 1.Лазанье повторить. 2.Ходьба по скамейке руки за голову. 3.Прыжки с ноги на ногу между предметами. 4.Бросание малого мяча вверх 1 рукой и ловля 2 руками.	сигналу: назад, вверх-вниз
	3-часть Подвижные игры	«Охотники изайцы»	«Не оставайся на полу». Нар./игра «Хлопушки»	«Мышеловка»	«Гуси - лебеди»	
	Малоподвижные игры. Нетрадиционные формы	Упражнение для профил. плоскостопия «Собери платочек в маленький комочек»	Упражнение на развитие гибкости-стретчинг.	Пальчик-ая гимн. Комплекс №2		

Март	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	Социально-коммуникативное: создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут
	№ занятия, дата	Занятие 1-2 №1(28,2,4)	Занятие 3-4 (7,9.11) (26,30,1)	Занятие 5-6 (14,16,18)	Занятие 7-8 (21,23,25)	

			дист.5м.(шеренгой) «Кто быстрее»	обруч на 2 ногах, на правой и левой ноге.	четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами. 3.Ходьба через наб. мячи попеременно П- Л.ногой.	
3-часть Подвижные игры	«Пожарные на учении»	«Медведи и пчёлы»	«Стоп»		«Не оставайся на полу»	
Малоподвижные игры. Нетрадиционные формы	«Мяч водящему» Упражнение для профил. плоскостопия «Собери платочек в маленький комочек»	Упражнение на развитие гибкости- стретчинг	Пальчик-ая гимн. Комплекс №3		Нар./игра «Угадай и догони» м/подв.	

Апрель	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	Социально-коммуникативное: создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества(доброту отзывчивость, терпение, дружелюбие) Обсуждать пользу закалывания, поощрять речевую активность
	№ занятия, дата	Занятие 1-2 №1(4,6,8)	Занятие 3-4 (11,13.15)	Занятие 5-6 (18,20,22)	Занятие 7-8 (25,27,29)	
	Задачи	Разучить: - прыжки с короткой скакалкой; - бег на скорость. Упражнять: - в ходьбе по гимнастической скамейке; - прыжках на двух ногах; - метании в вертикальную цель; - ходьбе и беге между предметами; - прокатывании обручей; - равновесии в прыжках. Закреплять: - исходное положение при метании в вертикальную цель; навыки лазания по гимнастической стенке одноименным способом.				
	1-часть Вводная	Ходьба по одному, ходьба и бег по кругу, врассыпную, с перешагиванием через шнуры, бег до 1 минуты в среднем темпе, ходьба и бег между предметами, повороты направо, налево.				
	ОРУ	С гимн.палкой	С короткой скакалкой	С малым мячом	Без предметов	
2 часть Основные виды движения	1.Равновесие-ходьба по гимнастической скамейке, руки в	1.Прыжки через короткую скакалку на месте, вращая её	1.Метание мешочков в вертикальную цель(расст.2,5м.)одной	1.Лазание на гимн.стенку произвольно не		

		<p>стороны. 2.Прыжки через бруски(50см.) 3.Броски мяча в шеренгах 2 руками из-за головы. 1.Ходьба по скамейке передавая мяч перед собой и за спиной. 2.Прыжки с заданием. 3.броски малого мяча вверх одной рукой и ловля его 2 руками.</p>	<p>вперёд. 2.Прокатывание обручей друг другу, стоя в шеренгах. 3.Пролезание в обруч прямо и боком. 1.Прыжки на месте через скакалку и с продвижением 8-10м. 2.Прокатывание обручей друг другу с расст. 3 м. 3.Пролезание в обруч.</p>	<p>рукой , от плеча. 2.Ползание и переползание через скамейку. 3.Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы. 1.Метание в вертикальную цель П-Л рукой (расст.3м.) 2.Ходьба по скамейке ,приставляя пятку к носку , руки в стороны. 3.Ползание по скамейке «по- медвежьи»</p>	<p>пропуская реек. 2.Прыжки через скакалку на месте и с продвижением 8-10м. 3.Равновесие-ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе. 1.Лазание по гимн.стенке произвольно, с переходом на соседний пролёт, спуск вниз. 3.Прыжки вдоль шнура справа и слева с продвижением.(3-4м.) 3.Ходьба между предметами на носках , руки на пояс.</p>	<p>Формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур Учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр Познавательное: учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз.</p>
3-часть Подвижные игры	«Медведь и пчёлы»	«Стой»	«Удочка»	«Горелки»		
Малоподвижные игры. Нетрадиционные формы	Упражнение для профил. плоскостопия «Собери платочек в маленький комочек»	Упражнение на развитие гибкости-стретчинг	Пальчик-ая гимн. Комплекс №3	«»Угадай чей голосок		

≥	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	Социально-
---	---------------	----------	----------	----------	----------	-------------------

№ занятия, дата	Занятие 1-2 №1(2,4,6)	Занятие 3-4 (9,11,13)	Занятие 5-6 (16,18,20)	Занятие 7-8 (23,25,27)	коммуникативное: Создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие) Обсуждать пользу закалывания, поощрять речевую активность. Формировать навыки безопасного поведения во время проведения закалывающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. Учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр. Познавательное: учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз
Задачи	Учить прыжкам в длину. Упражнять: - в ходьбе и беге парами с поворотом в другую сторону; - перешагивании через надувные мячи; с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед. - прыжках на двух ногах; - перебрасывании мяча друг другу; - лазании «по-медвежьи»; - бросании мяча о пол одной рукой, ловле двумя. Закреплять: - умение ползать по гимнастической скамейке на животе; - бросание мяча о стену.				
1-часть Вводная	Ходьба и бег между предметами; враспынную между предметами; бег и ходьба с поворотом в другую сторону; с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках, спиной вперед.				
ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячом	С обручем	
2 часть Основные виды движения	1.Равновесие- ходьба по скамейке перешагивая через набивные мячи,руки на пояс. 2.Прыжки на 2 ногах с продвижением до флажка.4м. 3.Бросать мяч о стену 1 рукой ,ловить 2 руками(расст. 2м.) 1.Ходьба по скамейке боком приставным шагом,на середине присед. 2.Прыжки попеременно на П-Л ноге с продвижением расст. 5м.	1.Прыжки в длину с разбега. 2.Перебрасывать мяч друг другу ,2 руками от груди. 3.Ползать по прямой на ладонях и ступнях.(по-медвежьи). 1.Прыжки в длину с разбега. 2.Забрасывать мяч в кольцо (б/б вар.)расст.1 м. 3.Лазать под дугу,(обруч).	1.Броски мяча о пол 1 рукой и ловля его 2 руками. 2.Лазанье - пролезание в обруч П-Л боком в группировке. 3. Равновесие – ходьба по скамейке боком приставным шагом, с заданием. 1.Броски мяча о пол 2 руками, броски мяча вверх 1 рукой и ловля 2 руками. 2.Лазанье в обруч прямо и боком в парах по очереди(один держит , др. выполняет). 3.Ходьба по скамейке	1.Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь 2 руками. 2.Равновесие- ходьба с перешагиванием через мячи(расст.3 шага ребёнка) руки на поясе. 3.Прыжки на 2 ногах между кеглями. 1.Ползание повторить 2.Ходьба с перешагиванием через бруски	

				с мешочком на голове.	(выс.10см.) 3.Прыжки на П-Л ноге попеременно (дист.5м.).	
3-часть Подвижные игры	«Мышеловка»	«Не оставайся на полу»	«Пожарные на учении»		«Караси и щука»	
Малоподвижные игры. Нетрадиционные формы	Упражнение для профилактики плоскостопия «Собери платочек в маленький комочек»	Упражнение на развитие гибкости- стретчинг	Пальчик-ая гимн. Комплекс №3			

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОДпо физической культуре на улице

Старшая группа

Месяц	Дата	Задачи
Сентябрь	1-я неделя	Упражнять в построении в колонны, в равновесии и прыжках. Игровые упражнения: «Пингвины», «Не промахнись», «По мостику», Подвижная игра «Ловишки» Малоподвижная игра «У кого мяч»
	2-я неделя	Повторить ходьбу и бег между предметами, в рассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках. Развивать ловкость в беге; разучить игровые упражнения с мячом. Игровые упражнения: «Передай мяч», «Не задень», Подвижная игра «Мы веселые ребята» Малоподвижная игра «Найди и промолчи»
	3-я неделя	Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Подвижная игра «Удочка».
	4-я неделя	Упражнять - в беге на длинную дистанцию, в прыжках, повторить задания с мячом, развивая ловкость и глазомер. Игровые упражнения: «Поймай мяч», «Будь ловким», «Найди свой цвет»

	5-я неделя	Повторить за первую неделю.
Октябрь	1-я неделя	Повторить бег; игровые упражнения с мячом, в равновесии, в прыжках. Игровые упражнения: «Мяч о стенку», «Поймай мяч», «Не задень», Подвижная игра «Мышеловка» Малоподвижная игра «Угадай, чей голосок»
	2-я неделя	Упражнять в ходьбе и беге; разучить упражнения с мячом; повторить упр. с бегом и прыжками.. Игровые упражнения: «Мяч водящему», «Проведи мяч», Подвижная игра «Не попадись», нар./игра «Биляша»
	3-я неделя	Упражнять в ходьбе и беге через препятствия; познакомить с игрой в бадминтон. Повторить прыжки. Игровые упражнения: «Пас друг другу», «Отбей волан», «Будь ловким» (эстафета). Ходьба.
	4-я неделя	Развивать выносливость в беге до 1,5 мин. разучить игру, упражнять в прыжках. Игровые упражнения: «Посадка картофеля», «Попади в корзину» (б/б) Подвижная игра «Ловишки- перебежки», «Затейники».
Ноябрь	1-я неделя	Повторить бег; Игровые упражнения с мячом, в равновесии, в прыжках. Игровые упражнения: «Мяч о стенку», «Поймай мяч», «Не задень», Подвижная игра «Мышеловка» Малоподвижная игра «Угадай, чей голосок»
	2-я неделя	Повторить бег с перешагиванием через предметы, развивать -координацию движений, ловкость, упражнять в беге. Игровые упражнения: «Мяч водящему», «По мостику», Подвижная игра «Ловишки с ленточками»
	3-я неделя	Упражнять в беге, развивая выносливость, в перебрасывании мяча в шеренгах. Повторить игровые упражнения с прыжками и бегом. Игровые упражнения: «Перебрось и поймай», «Перепрыгни- не задень» «Ловишки парами» Малоподвижная игра «Летает - не летает»»
	4-я неделя	Повторить бег с преодолением препятствий, игровые упражнения с прыжками, с бегом и мячом. Игровые упражнения: «Мяч о стенку» Подвижная игра: «Ловишки - перебежки», «Удочка».
Декабрь	1-я неделя	Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками, Упражнять в метании предметов на дальность. Игровые упражнения: «Кто дальше бросит?», «Не задень», Подвижная игра «Мороз Красный Нос»

	2-я неделя	<p>Повторить ходьбу и бег между предметами, упражнять в прыжках с продвижением вперед до предмета, в метании предметов на дальность.</p> <p>Игровые упражнения: «Метко в цель», «Кто быстрее?» (прыжки)</p> <p>«Пройдем по мостику»</p> <p>Подвижная игра «Мороз Красный Нос»</p> <p>Малоподвижная игра «Найди, где спрятано»</p>
	3-я неделя	<p>Развивать ритмичность в ходьбе на лыжах, упр.в прыжках на 2 ногах, повторить метание в горизонтальную цель.</p> <p>Игровые упражнения: ходьба на лыжах.«Метко в цель», «Смелые воробушки». Ходьба колонной между предметами.</p>
	4-я неделя	<p>Повторить ходьбу на лыжах скользящим шагом, разучить упражнения с клюшкой и шайбой, развивать координацию при скольжении по ледяной дорожке.</p> <p>Игровые упражнения: «Ведение шайбы между предметами», «По дорожке»</p> <p>Подвижная игра «Мы веселые ребята».Ходьба колонной в умеренном темпе.</p>
Январь	1-я неделя	<p>Продолжать учить детей передвигаться по учебной лыжне. Катание друг друга на санках. Ходьба на лыжах.</p> <p>Игровые упражнения «Сбей кеглю»</p> <p>Подвижная игра «Ловишки парами»</p>
	2-я неделя	<p>Закреплять навык скользящего шага на лыжах, повторить игры с бегом, метанием. Катание на санках, Ходьба на лыжах.</p> <p>Игровые упражнения:«Кто быстрее», «Пробеги – не задень»Малоподвижнаяигра «Найдем зайца»</p>
	3-я неделя	<p>Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; повторить упр. с прыжками ,метанием на дальность.</p> <p>Игровые упражнения: «Пробеги- не задень», «Кто дальше бросит»</p> <p>Подвижная игра «Мороз Красный Нос»</p>
	4-я неделя	<p>Разучить повороты на лыжах; повторить упр. с бегом и прыжками. Повороты, ходьба на лыжах.Игровые упражнения«По местам», «Катание на санках» .</p>
Февраль	1-я неделя	<p>Упражнять в ходьбе на лыжах скользящим шагом, повторить повороты, упр. с шайбой, скольжение по ледяной дорожке.Игровые упражнения: «По дорожке», «Точный пас»Подвижная игра «Мороз Красный нос»</p>
	2-я неделя	<p>Упражнять в ходьбе на лыжах, метании предметов на дальность, Повторитьигровые упражнения с бегом и прыжками.</p> <p>«Кто дальше», «Кто быстрее»</p> <p>Малоподвижная игра «Найди, где спрятано»</p>
	3-я неделя	<p>Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками; метание предметовв цель и на дальность.</p> <p>Игровые упражнения:«Точно в круг», «Кто дальше»</p> <p>Подвижная игра «Ловишки»</p>
	4-я неделя	<p>Построение в шеренгу, перестроение в колонну по 1; ходьба свыполнением заданий.</p> <p>Игровые упражнения: «Гонки санок», «Не попадись», «По мостику»</p> <p>Подвижная игра «Ловишки- перебежки» Малоподвижная игра повыбору детей.</p>

Март	1-я неделя	Повторить игровые упражнения с бегом; Упражнять в перебрасывании шайбы друг другу, развивая ловкость и глазомер. Игровые упражнения: «Пас точно на клюшку», «Проведи–не задень» Подвижная игра «Горелки» Малоподвижная игра «Летает- не летает»
	2-я неделя	Повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками. Игровые упражнения: «Ловкие ребята», «Кто быстрее» Подвижная игра «Карусель» Игра малой подвижности по выбору детей.
	3-я неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге в чередовании; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом. Игровые упражнения: «Канатоходец», «Удочка» - игровое упражнение с прыжками Эстафета с мячом «Быстро передай». Игра малой подвижности «Угадай по голосу»
	4-я неделя	Упражнять в беге на скорость; разучить упражнение с прокатыванием мяча; Повторить игровые упражнения с прыжками. Игровые упражнения: «Прокати – сбей», «Пробеги – не задень» Подвижная игра «Удочка». Малоподвижная игра по выбору детей.
	5-я неделя	Повторить за вторую неделю.
Апрель	1-я неделя	Упражнять детей в чередовании ходьбы и бега; Повторить игру с бегом «Ловишки- перебежки», эстафету «Передача мяча в колонне» с большим мячом.
	2-я неделя	Упражнять детей в длительном беге, развивая выносливость; в прокатывании обруча ; повторить игровые упражнения с прыжками и мячом. Игровые упражнения: «Пройди–не задень», «Догони обруч», «Перебрось и поймай» Эстафета с прыжками « Кто быстрее до флажка» Малоподвижная игра «Кто ушел?»
	3-я неделя	Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом. Игровые упражнения: «Кто быстрее», «Мяч в кругу» Подвижная игра «Карусель», нар./игра «Кто первый?»
	4-я неделя	Упражнять в беге на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии. Игровые упражнения: «Сбей кеглю», «Пробеги – не задень», « С кочки на кочку».
Май	1-я неделя	Упражнять в беге с высоким подниманием бедра; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и воланом. Игровые упражнения: «Проведи мяч», «Пас друг другу», «Отбей волан» Подвижная игра «Гуси-лебеди»
	2-я неделя	Развивать выносливость в непрерывном беге; упражнять в прокатывании обручей, развивая ловкость и глазомер; Повторить

		игровые упражнения с мячом. Игровые упражнения: «Прокати–не урони», «Кто быстрее», «Забрось в кольцо». Подвижная игра «Совушка»
3-я неделя		Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом, в прыжках. Игровые упражнения: «Кто быстрее», «Ловкие ребята». Подвижная игра «Мышеловка», эстафета с мячом.
4-я неделя		Упражнять в ходьбе и беге с изменением темпа движения; в игровых упражнениях с мячом. Игровые упражнения: «Мяч водящему», Эстафета с мячом «Передача мяча в колонне» (двумя руками назад) Подвижная игра «Не оставайся на земле», нар./игра «Мяч по кругу»

3.7.4. Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие», подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	<i>Социально-коммуникативное:</i> Переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и своих сверстников, её, успешных результатов, сочувствуют радуются спортивным победам <i>Познавательное:</i> Формировать навыки безопасного поведения при проведении подвижной игры. Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, обсуждать пользу соблюдения режима дня формировать навык ориентировки в
№ занятия, дата	Занятие 1-2 №1(2) №2 (2,3) №3(1,2)	Занятие 3-4 (6,7,9), (27,28,30)повт. (7,9,10),(28,30,1)повт. (6.8,9),(27,29,30)повт.	Занятие 5-6 (13,14,16) (14,16,17) (13,15,16)	Занятие 7-8 (20,21,23) (21,23,24) (20,22,23)	
Задачи	Упражнять: - в ходьбе и беге колонной по одному с соблюдением дистанции, с четким фиксированием поворотов; ходьбе и беге по кругу с остановкой по сигналу; с ускорением и замедлением темпа; -в сохранении равновесия на повышенной опоре. Развивать точность при переброске мяча, координацию движений в прыжке с доставанием до предмета, и перешагивании через предметы Повторить упражнения: - на перебрасывание мяча и подлезание под шнур; в перелезании через скамейку;- прыжки на двух ногах;				
1-часть Вводная	Построение в колонну по одному, расчет на первый второй, перестроение из одной в две колонны. Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом (10 м- ходьба, 20 м - бег); бег через шнуры, в рассыпную; ходьба и бег с различным положением рук, с ускорением и замедлением темпа, между предметами, с четким поворотом на углах; бег до 0сек;перестроение в колонну по три				
ОРУ	Без предметов	С флажками	С мал.мячом	С палками	
2 часть	1.Ходьба по	1.Прыжки до	1.Подбрасывать мяч	1.Ползать по	

Основные виды движения	гимн. скамейке приставляя пятку одной ноги к носку другой с мешочком на голове; руки свободно. 2. Прыжки н 2 ногах через шнуры(расст.40см.) 3. Перебрасывать мяч друг другу в шеренгах (расст. 3м.) 1. Ходьба по скамейке боком перешагивая через предметы. Руки на пояс. 2. Прыжки на 2 ногах через наб. мячи (расст.40см.) 3. Переброска мячей 2 руками из – за головы в шеренгах (дист. 3 м.)	предмета ,поднятого на высоту поднятой руки ребёнка. 2. Перебрасывание мяча в шеренгах 2 руками из-за головы(расст.4м.) 3. Лазанье под шнур не касаясь руками пола. 1. Прыжки на 2 ногах между предметами 2. Переброска мяча в шеренгах 2 руками снизу. 3. Упражнение в ползании-«крокодил»	1 рукой и ловить 2 руками. 2. Ползать по скамейке на животе, подтягиваясь 2 руками хват с боков. 3. Равновесие – ходить по скамейке с хлопком под коленом, руки в стороны. 1. Бросать мяч П и Л рукой попеременно, ловить 2 руками. 2. Ползать по скамейке «по - медвежьи» на ладонях и ступнях. 3. Равновесие- ходить по скамейке с поворотом на середине.	скамейке на ладонях и коленях 2 колоннами. 2. Равновесие – ходить по скамейке с заданием. 3. Прыжки из обруча в обруч(в шахматном порядке). 1. Пролезать в обруч П-Л боком. 2. Ходьба боком приставным шагом через предметы. 3. Прыжки на П-Л ноге через шнуры(расст.0.5м.) чередовать.	пространстве при перестроениях, смене направления движения.
3-часть Подвижные игры	«Ловишки»	«Не оставайся на полу»	«Удочка»	«Не попадись» Нар. игр «Большой мяч»	
Нетрадиционные формы	Упражнение на развитие гибкости и подвижности суставов-стретчинг.	Упражнение для профилактики плоскостопия «Собери платочек в маленький комочек»	Пальчиковая гимнастика + потешка. Комплекс №1	Упражнение для тренировки дыхательных мышц. «Гони шарик»	

Октябрь	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	Социально-коммуникативное: создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие). Обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимназ., зависимость здоровья от правильного питания. Учить следить за чистотой спортивного инвентаря Познавательное: развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием ч/з кубики, мячи. Художественно-эстетическое: продолжать вводить элементы ритмической гимнастики;
	№ занятия, дата	Занятие 1-2 №1(4,5,7) №2 (5,7,8) №3(4,6.7)	Занятие 3-4 (11,12,14) (12.14.15) 11,13,14()	Занятие 5-6 (18,19,21) (19,21,22) (18.20,21)	Занятие 7-8 (25,26,28) (26,28.29) (25.27,28)	
	Задачи	Учить выполнять прыжки вверх из глубокого приседания. Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, с изменением направления по сигналу, с высоким подниманием колен, со сменой темпа движения, бег между линиями. Упражнять; - в сохранении равновесия; прыжках; бросании мяча; приеме мяча на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; - ползание на четвереньках с дополнительным заданием. Развивать координацию движений				
	1-часть Вводная	Ходьба и бег в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; широким шагом, мелким семенящим шагом, ходьба и бег между линиями. Бег в среднем темпе до 1,5 минут				
	ОРУ	Без предметов	С обручем	На гимнаст.скамейках	С мячом	
	2 часть Основные виды движения	1.Равновесие-ходьба по скамейке, руки за голову на середине присед, руки в стороны. 2.Прыжки на П_Л ноге по двум сторонам зала.(расст.40см.) 3.Броски малого мяча вверх и ловля его 2 руками. 1.Ходьба по скамейке боком	1.Прыжки с высоты 40см. на мат. 2.Отбивание мяча на месте и с продвижением (Б/Б вариант) 3.Ползание «по-медвежьи»(4-5м.) 1.Прыжки повторить. 2.Отбивание мяча 2 рукой с продвижением, и бросок в корзину. 3.Лазанье в обруч на четвереньках прямо и боком.	1.Ведение мяча по прямой Б/Б вариант 2.Ползание по скамейке на животе, хват рук с боков. 3.Ходьба по рейке гимнаст.скамейке свободно балансируя руками. 1.Ведение мяча между предметами (расст.1м.) 2.Ползание на	1. Ползание на четвереньках подталкивая перед собой головой мяч.(3-4м.) под дугой или шнуром (выс.50см.) 5 м. 2.Прыжки на П-Л ноге между предметами (расст. 0,5 м.) 3. Ходьба по скамейке хлопая в ладоши перед	

		приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе. 2.Прыжки вдоль шнура справа и слева используя взмах рук. 3 Переброска мяча в шеренгах, ловить хлопнув ладоши.		четвереньках подталкивая перед собой головой мяч.(3-4м.) 3.Ходьба по рейке скамейки, руки за голову.	собой и за спиной. 1. «Проползи не урони» по скамейке с мешочком на спине. 2.Прыжки на 2 ногах между предметами, в конце прыгнуть в обруч. 3.Ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки на пояс.	проводить игры и упражнения под музыку
3-часть Подвижные игры	«Не оставайся на полу»	«Удочка», нар./игра «Успей поймать»	«Эстафета с прыжками»	«Ловишки с ленточками»		
Нетрадиционные формы	Упражнение на развитие гибкости и подвижности суставов-стретчинг.	Упражнение для профилактики плоскостопия «Собери платочек в маленький комочек»	Пальчиковая гимнастика + потешка. Комплекс №1	Упражнение для тренировки дыхательных мышц. «Гони шарик»		

Ноябрь	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	Социально- коммуникативное: побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время закаливания , поощрять речевую активность. Формировать навыки безопасного поведения во время ползания на четвереньках и по гимнастической скамейке, перестроения в
	№ занятия, дата	Занятие 1-2 №1(1,2,4) №2 (2,4,5) №3(1.3.4)	Занятие 3-4 (8,9,11) (9,11,12) (8,10,11)	Занятие 5-6 (15,16,18) (16,18,19) (15,17,18)	Занятие 7-8 (22,23,25) (29,30,2) (23,25,26)(30,2,3) (22,24.25)(29,1,2)	
	Задачи	Учить -лазанию на гимн./стенку с переходом с одного пролёта на другой по диагонали; Упражнять:- в ходьбе по канату; - в энергичном отталкивании в прыжках;				

	<p>- подползании под шнур; прыжках через короткую скакалку; - прокатывании, - ползании по скамейке с мешочком на спине; - равновесии. Закреплять навык ходьбы и бега по кругу с ускорением и замедлением темпа, преодолением препятствий, «змейкой», между предметами, в рассыпную.</p>				<p>шеренгу, колонну, бега в рассыпную. Следить за опрятностью своей физической формы и причёски, убирать физкультурный инвентарь и оборудование. Познавательное: ориентироваться в окружающем пространстве, понимать смысл пространственных отношений (влево-вправо, вверх-вниз)</p>
1-часть Вводная	<p>Ходьба и бег в колонне по одному, в рассыпную, парами, с ускорением, «змейкой», между предметами, с преодолением препятствий, по канату. Перестроение в колонну по два в движении. Бег в среднем темпе до 1,5 минут. Ходьба с выполнением заданий.</p>				
ОРУ	Без предметов	Со скакалкой	С кубиком	Без предметов	
2 часть Основные виды движения	<p>1.Равновесие-ходьба по канату боком приставным шагом(пятки на полу , носки на канате, носки или середина стопы на канате. 2.Прыжки через шнуры без паузы. 3.Эстафета «Мяч водящему» 1.Ходьба по канату боком, руки за головой. 2.Прыжки на правой и левой ноге вдоль каната, руки произвольно. 3. «Попади в корзину» Б/Б вариант.</p>	<p>1. Прыжки через короткую скакалку вращая её вперёд. 2.Ползание по скамейке с мешочком на спине. 3.Броски мяча в шеренгах 2 руками из – за головы. 1.Прыжки повторить. 2. Ползание в прямом направлении подталкивая мяч головой. 3.Эстафета «Передача мяча в шеренгах» с поворотом к партнёру.</p>	<p>1.Ведение мяча в прямом направлении и между предметами (расст.1м.) 2.Лазанье под дугу с дополнительным заданием. 3.Ходьба на носках между предметами, руки за головой. 1.Метание мешочков в горизонтальную цель с расстояния 3-4м. 2.Ползание «по - медвежьей» 5м. 3.Ходьба по скамейке с мешочком на голове, боком</p>	<p>1.Лазание на гимна.стенку с переходом на другой пролёт по диагонали. 2.Прыжки на 2 ногах через шнур справа и слева, попеременно. 3.Ходьба по скамейке боком приставным шагом ,с заданием. 4.Бросание мяча о стену 1 рукой и ловля его после отскока от пола двумя руками. 1.Повторить лазание. 2.Равновесие-ходьба на носках по уменьшенной площади опоры</p>	

				приставным шагом.	(шир.15-20см.) руки на пояс или за голову. 3.Забрасывать мяч в корзину 2 руками от груди.	
3-часть Подвижные игры	«Догони свою пару» Нар./игра «Колдун(Чаклун)»	«Фигуры»		«Перелёт птиц »	«Эстафета с мячами»	
Нетрадиционные формы	Упражнение на развитие гибкости и подвижности суставов-стретчинг.	Упражнение для профилактики плоскостопия «Собери платочек в маленький комочек»		Пальчиковая гимнастика + потешка. Комплекс №1	Упражнение для тренировки дыхательных мышц. «Гони шарик»	

Декабрь	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	Социально - коммуникативное: формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками. Обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения. Учитывать технику безопасного
	№ занятия, дата	Занятие 1-2 №1(6,7,9) №2 (7,9,10) №3(6,8,9)	Занятие 3-4 (13,14,16) (14,16,17) (13,15,16)	Занятие 5-6 (20,21,23) (21.23,24) (20,22,23)	Занятие 7-8 (27,28,30) (28,30,31) (27,29,30)	
	Задачи	<p>Закреплять навыки и умения: ходьбы с выполнением задания по сигналу;</p> <ul style="list-style-type: none"> - бега с преодолением препятствий, парами; перестроения с одной колонны в две и три; - соблюдения правильной осанки во время выполнения упражнений на равновесие. <p>Развивать координацию движения при ходьбе по ограниченной площади опоры, ловкость в упражнениях с мячом.</p> <p>Упражнять:</p> <ul style="list-style-type: none"> -в ходьбе с изменением темпа; -в подбрасывании малого мяча, ползании на животе; - в прыжках при переменном подпрыгивании на правой и левой ногах; -переползании по гимнастической скамейке; - лазании по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 				

1-часть Вводная	Ходьба с выполнением движений руками; с изменением темпа; широким и мелким шагом; с поворотом влево и вправо, в другую сторону по сигналу. Перестроение в ходьбе «один - два». Бег врассыпную, с преодолением препятствий (6-8 брусков), между набивными мячами				выполнения прыжков скамейки и бега на повышенной опоре. Следить за опрятностью своей физической формы и причёски, убирать физкультурный инвентарь и оборудование.
ОРУ	В парах	Без предметов	С малым мячом	Без предметов	
2 часть Основные виды движения	<p>1.Равновесие-ходьба с мешочком на голове перешагивая через наб. мячи, руки свободно. Двумя колоннами.</p> <p>2.Прыжки на 2 ногах, между предметами.</p> <p>3.Бросание малого мяча вверх 1 рукой и ловля его 2 руками.</p> <p>1.Ходьба по скамейке руки на пояс, на середине присед руки вперёд.</p> <p>2.перебрасывать мяч в парах 2 руками снизу, от груди, из-за головы.</p> <p>3.Прыжки на правой и левой ноге вдоль шнура продвигаясь(то на одной то на другой ноге)</p>	<p>1.Прыжки на П-Л ноге попеременно продвигаясь вперёд.(раст.6м.)</p> <p>2.Эстафета с мячом «Передача мяча в колонне»</p> <p>3.Ползание по скамейке на ладонях и коленях.</p> <p>1.Прыжки между предметами, на двух ногах; на правой и левой поочерёдно.</p> <p>2. Прокатывание мяча между предметами 2 руками не отпуская его от себя(расст. между предметами 1м.)</p> <p>3.Ползание под шнур(дугу) П-Л боком группируясь в комочек(выс.50см.)</p>	<p>1.Подбрасывание мяча вверхПил рукой и ловля 2 руками.</p> <p>2.Ползание по скамейке на животе, хват рук с боков.</p> <p>3.Равновесие-ходьба по рейке гимн. скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за голову или на пояс.</p> <p>1.Перебрасывание мяча в парах, расст 1,5м.</p> <p>2. Ползание на четвереньках между предметами.(голову не опускать).</p> <p>3.Прыжки со скамейки на мат.</p>	<p>1.Ползание по скамейке на ладонях и ступнях.</p> <p>2.Ходьба по скамейке боком приставным шагом , с мешочком на голове., руки на пояс.</p> <p>3.Прыжки на двух ногах с зажатым мешочком между колен.</p> <p>1.Лазание по гимн.стенке с прерходом на другой пролёт.</p> <p>2.Равновесие- ходьба с перешагиванием через наб. мячи ,поднимая высоко колени руки за голову.</p> <p>3.Прыжки через короткую скакалку продвигаясь вперёд(дист.10м.)шеренгами.</p>	

3-часть Подвижные игры	«Хитрая лиса»	«Снежная Баба»	«Попрыгунчики - воробушки», нар./игра «Ловля лосей»	«Хитрая лиса»	
Нетрадиционные формы	Упражнение на развитие гибкости и подвижности суставов-стретчинг.	Упражнение для профилактики плоскостопия «Собери платочек в маленький комочек»	Пальчиковая гимнастика + потешка. Комплекс №2	Упражнение для тренировки дыхательных мышц. «Подуй на снежок»	

Январь	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	Социально-коммуникативное: обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь. Учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр. Формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей. Познавательное: формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта. Художественно-эстетическое: учить выполнять движения,
	№ занятия, дата	Занятие 1-2 №1() №2() №3()	Занятие 3-4 (10,11,13) (11,13,14) (10,12,13)	Занятие 5-6 (17,18,20) (18,20,21) (17,19,20)	Занятие 7-8 (24,25,27) (25,27,28) (24,26,27)	
	Задачи	<p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходьбе приставным шагом; - прыжкам на мягком покрытии; - метанию набивного мяча. <p>Закреплять: - перестроение из одной колонны в две по ходу движения;</p> <ul style="list-style-type: none"> - переползание по скамейке. <p>Развивать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ловкость и координацию в упражнениях с мячом; - навыки ходьбы в чередовании с бегом, с выполнением заданий по сигналу; - умение в прыжках энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги. Повторить: - упражнения на равновесие на гимнастической стенке; - прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед 				
	1-часть Вводная	Ходьба в колонне по одному, приставными шагами с левой и правой ног попеременно, перестроение в колонну по два, в чередовании с бегом, «змейкой», в полуприседе, в рассыпную. Бег «змейкой», с поворотом по сигналу, с высоким подниманием колена.				
	ОРУ	С палкой	С кубиком	С малым мячом	Со скакалкой	
	2 часть	1..Ходьба по	1.Прыжки в длину с	1.Подбрасывание	1.Ползание по скамейке	

Основные виды движения	<p>рейке гимна. скамейки с мешочком на голове, руки произвольно</p> <p>2. Прыжки через бруски, с энергичным взмахом рук.</p> <p>3. Проведение мяча с одной стороны на другую, одной рукой (дист. 10м.)</p> <p>1. Ходьба по скамейке с хлопком перед собой и за спиной.</p> <p>2. Прыжки из обруча в обруч, 2 колоннами.</p> <p>3. Прокатывать мяч между предметами, зайти в обруч поднять мяч.</p>	<p>места на мат.</p> <p>2. «Поймай мяч» в тройках (расст. 2м.)</p> <p>3. Ползание по прямой подталкивая мяч впереди себя головой (дист. 5-6м.)</p> <p>1. Повторить прыжки.</p> <p>2. Бросание мяча о стену и ловля его после отскока от пола с хлопком.</p> <p>3. Ползание по скамейке на четвереньках с мешочком на спине.</p>	<p>малого мяча вверх</p> <p>1 рукой и ловля его</p> <p>2 руками.</p> <p>2. Лазание под шнур П-Л боком.</p> <p>3. Равновесие-ходьба по скамейке боком приставным шагом с перешагиванием через кубики.</p> <p>1. Перебрасывание малого мяча в шеренгах одной рукой, и ловля после отскока 2 руками.</p> <p>2. Ползание на четвереньках 3м. затем лазание под шнур 50см. и ползание 3м.</p> <p>3. Равновесие-ходьба на носках между предметами (расст. 0,5м.) руки на поясе.</p>	<p>на четвереньках с мешочком на спине.</p> <p>2. Равновесие-ходьба по 2 гимна. скамейкам парами держась за руки.</p> <p>3. Прыжки через скакалку различными способами.</p> <p>1. Ползание на четвереньках между предметами (расст. 1м.) двумя колоннами.</p> <p>2. Равновесие-ходьба по скамейке, руки за голову, в умеренном темпе.</p> <p>3. Прыжки на 2 ногах из обруча в обруч без паузы (6-8шт.) двумя колоннами</p>	отвечающие характеру музыки.
3-часть Подвижные игры	«День и ночь»	Нар./игра «Льдинки, ветер и мороз»	«Удочка»	«Паук и мухи»	
Нетрадиционные формы	Упражнение на развитие	Упражнение для профилактики	Пальчиковая гимнастика +	Упражнение для тренировки дыхательных	

		гибкости и подвижности суставов-стретчинг.	плоскостопия «Собери платочек в маленький комочек»	потешка. Комплекс №2	мышц. «Подуй на снежок»	
--	--	--	--	----------------------	-------------------------	--

Февраль	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	<p><u>Социально-коммуникативное:</u> обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь. Учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр. Формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться интересами товарищей.</p> <p><u>Познавательное:</u> формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта.</p> <p><u>Художественно-эстетическое:</u> учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки.</p>
	№ занятия, дата	Занятие 1-2 №1(31,1,3) №2 (1,3,4) №3(31,2,3)	Занятие 3-4 (7,8,10) (8,10,11) (7,9,10)	Занятие 5-6 (14,15,17) (15,17,18) (14,16,17)	Занятие 7-8 (21,22,24) (22,24,25) (21,23,24)	
	Задачи	<p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходьбе приставным шагом; - прыжкам на мягком покрытии; - метанию набивного мяча. <p>Закреплять: - перестроение из одной колонны в две по ходу движения;</p> <ul style="list-style-type: none"> - переползание по скамейке. <p>Развивать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ловкость и координацию в упражнениях с мячом; - навыки ходьбы в чередовании с бегом, с выполнением заданий по сигналу; - умение в прыжках энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги. <p>Повторить:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнения на равновесие на гимнастической стенке; - прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед 				
	1-часть Вводная	Построение в шеренгу, проверка осанки, равнения. Повороты налево, направо. Ходьба в колонне по одному на носках, с хлопками перед собой и за спиной, широким и мелким семенящим шагом, с остановкой по сигналу, перестроение в колонну по два, в чередовании с бегом, в рассыпную. Бег в рассыпную с нахождением своего места в колонне, с поворотом на сигнал.				
	ОРУ	С обручем	С палкой	Без предметов	С мячом	
2 часть Основные виды движения	1.Равновесие-ходьба по гимн. скамейке через наб. мячи.	1.Прыжки на П. и Л. ноге попеременно продвигаясь	1.Подгр.лазание на гимн.стенку с переходом на соседний пролёт и	1.Ползание на четвереньках между предметами, не задевая их.		

	<p>2.Бросание мяча в середину междушеренгам 1 рукой, ловля 2 руками.</p> <p>3.Прыжки через короткие шнуры ,без паузы.</p> <p>1.Равновесие-ходьба по рейке гимн. скамейки приставляя пятку одной ноги к носку другой ноги, руки за голову.</p> <p>2.Прыжки между предметами, на П-Л ноге.</p> <p>3. «передай мяч в кругу» 2 команды .</p>	<p>вперёд.</p> <p>2Переброска мяча в шеренгах 2 руками от груди(Б/Б вариант)</p> <p>3.Лазание под дугу(шнур) прямо и боком.</p> <p>1.Прыжки на 2 ногах, между предметами, затем на П-Л ноге.</p> <p>2.Ползание на ладонях и коленях между предметами.</p> <p>3.Переброска мячей друг другу в парах(Б/Б вариант)</p>	<p>спуск вниз, Пподгр. бросание мяча о стену и ловля его после отскока от пола (расст.2м.)</p> <p>2.Равновесие-ходьба парами по 2 скамейкам держась за руки, свободная рука на поясе.</p> <p>3. «Попади в круг» метание мешочка П-Л рукой в обруч лежащий на полу.</p> <p>1. Иподгр.лазание на гимн.стенку с переходом на соседний пролёт и спуск вниз, Пподгр. перебрасывают мяч разными способами.</p> <p>2.Ходьба по скамейке через наб. мячи попеременно перешагивая.</p> <p>3.Метание мешочка в горизонтальную цель П-Л рукой.</p>	<p>2.Ходьба по скамейке с хлопками перед собой и за спиной на каждый шаг.</p> <p>3.Прыжки из обруча в обруч(наб.мячи) без паузы.</p> <p>1.Лазание на гимн .стенку с переходом на другой пролёт.</p> <p>2.Равновесие- ходьба по гимн. скамейке с мешочком на голове, руки на пояс.</p> <p>3. Эстафета с мячом «Передал - садись»</p>	
3-часть Подвижные игры	«Ключи»	«Не оставайся на земле»	«Не попадись» Нар./игра «Стрелок (Уксы)»	«Жмурки»	
Нетрадиционные	Упражнение на	Упражнение для	Пальчиковая	Упражнение для	

формы	развитие гибкости и подвижности суставов-стретчинг.	профилактики плоскостопия «Собери платочек в маленький комочек»	гимнастика + потешка. Комплекс №2	тренировки дыхательных мышц. «Подуй на снежок»	
-------	---	---	-----------------------------------	--	--

Март	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	Социально-коммуникативное: создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества(доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие) Обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.Формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур.Учить правильно подбирать предметы для сюжетно ролевых и подвижных игр. Познавательное: учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз.
	№ занятия, дата	Занятие 1-2 №1(28,1,3) №2 (1.3.4) №3(28,2,3)	Занятие 3-4 (7,8,10) (8,10,11) (7,9,10)	Занятие 5-6 (14,15,17), (28,29,31) (15,17,18), (29,31,1) (14,16,17), (28,30,31)	Занятие 7-8 (21,22,24) (22,24,25) (21,23,24)	
	Задачи	Закреплять: - навык ходьбы и бега в чередовании; - перестроение в колонну по одному и по два в движении; - лазание по гимнастической стенке. Упражнять: - в сохранении равновесия; -энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; - в метании предметов в горизонтальную цель; Развивать: -координацию движений в упражнениях с мячом; - ориентировку в пространстве; - глазомер и точность попадания при метании.				
	1-часть Вводная	Ходьба и бег в чередовании (ходьба -10м, бег - 20 м), на носках, в полуприседе,врассыпную; строевые упражнения; перестроение в колонны по одному и по два в движении. Построение в три колонны ; бег до 3 мин; ходьба и бег «змейкой»				
	ОРУ	С малым мячом	С флажками	С палкой	Без предметов	
	2 часть Основные виды движения	1.Равновесие – ходьба по скамейке, навстречу друг другу. На середине разойтись сохраняя равновесие.(2подгр. Выполняют задание	1.Прыжки через скакалку продвигаясь вперёд. 2.перебрасывание мяча через сетку двумя руками и ловля его после	1.Метание мешочков в горизонтальную цель(в обруч расст3м.). 2.Ползание «Кто быстрее» на четвереньках	1.Лазание на гимнастическую стенку, до 4 рейки с переходом на др. пролёт. 2.Равновесие- ходьба с перешагиванием через наб.мячи попеременно,	

		с мячом). 2.Прыжки шеренгой , ноги врозь, ноги вместе. (дист.10м.) 3.Эстафета «Передача мяча в шеренге» 1.Ходьба по скамейке с передачей мяча перед собой и за спиной. 2.Прыжки,2 направо,2 на левой, выполнять шеренгой до финиша. 3.Эстафета с мячом, в положении сидя на пятках передавать мяч прямыми руками игроку в одну и другую сторону.	отскока от пола. 3.Ползание под шнур в группировке. 1.Прыжки через шнуры вдоль зала с двух сторон, с одной на правой ноге по другой на левой.(3м.) 2.Переброска мячей в парах, способ по выбору детей. 3.Ползание по скамейке «по-медвежьему».	шеренгой (6-8м). 3.Ходьба по скамейке с мешочком на голове руки свободно или на пояс. 1.Повторить метание. 2.Ползание по скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине. 3.Равновесие - ходьба между предметами с мешочком на голове.	руки за головой. 3.Прыжки на правой и левой ноге между предметами(расст.40см.) 1.Лазание под шнур прямо и боком (выс. 40см.) 2.Эстафета «Передача мяча в шеренге». 3.Прыжки через скакалку на месте и продвигаясь вперед.	
	3-часть Подвижные игры	«Ключи»	«Затейники»	«Волк во рву»	«Совушка» Нар./игра «Тополь(Терек)»	
	Нетрадиционные формы	Упражнение на развитие гибкости и подвижности суставов-стретчинг.	Упражнение для профилактики плоскостопия «Собери платочек в маленький комочек»	Пальчиковая гимнастика. Комплекс №3	Массаж глаз «Ириски от киски»	

Апрель	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	<p>Социально-коммуникативное: создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие) Обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность Формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур. Учить правильно подбирать предметы для подвижных игр.</p> <p>Познавательное: двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз.</p>
	№ занятия, дата	Занятие 1-2 №1(4,5,7) №2 (5.7,8) №3 (4,6,7)	Занятие 3-4 (11,12,14) (12.14,15) (11,13.14)	Занятие 5-6 (18,19,21) (19,21,22) (18,20,21)	Занятие 7-8 (25,26,28) (26,28,29) (25,27.28)	
	Задачи	<p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходьбе по кругу во встречном направлении; - «Улитка». <p>Закреплять:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходьбу с изменением направления; - метание мешочков на дальность; - ходьбу и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу; <p>Повторить:</p> <ul style="list-style-type: none"> - прыжки с продвижением вперед; -упражнения с мячом; - ползание по гимнастической скамейке; - упражнения на сохранение равновесия; - прыжки через короткую скакалку; - ходьба по канату с сохранением равновесия. <p>Совершенствовать прыжки в длину с разбега.</p>				
	1-часть Вводная	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Игра «Быстро возьми». Ходьба с изменением направления по сигналу «Поворот!»; с ускорением и замедлением движений по сигналу; «Улитка» - ходьба в два круга во встречном направлении; ходьба в рассыпную, по сигналу построение в колонну по одному, перестроение под счет «раз-два»				
	ОРУ	С малым мячом	С обручем	Без предметов	На гимн.скамейке	
	2 часть Основные виды движения	1.Равновесие-ходьба по скамейке передавая мяч перед собой и за спиной. 2.Прыжки на 2 ногах вдоль шнура, продвигаясь	1.Прыжки в длину с разбега. 2.Броски мяча друг другу в парах. 3.Ползание шеренгой «Кто быстрее до кубика». 1.Повторить	1.Метание мешочков «Кто дальше бросит». 2.Ползание по скамейке с мешочком на спине. 3.Ходьба боком приставным шагом с	1.Бросание мяча в шеренгах. 2.Прыжки в длину с разбега. 3.Равновесие – ходьба на носках между предметами с мешочком на голове(5-бпредметов.	

		вперёд. 3.Переброска мячей в шеренгах. 1.Ходьба по скамейке боком, приставным шагом с мешочком на голове; на середине присесть руки вынести вперёд. 2.Прыжки через скакалку на месте и продвигаясь вперёд. 3.Переброска мячей друг другу в парах.	прыжки. 2.Эстафета с мячом «Передал - садись». 3.Лазание под шнур в группировке.	мешочком на голове, перешагивая через предметы. 4.Прыжки на двух ногах «Кто быстрее до предмета». 1.Повторить метание. 2.Ползание на четвереньках между предметами (расст. 1м.) 3.Прыжки через короткую скакалку, вращая её вперёд, назад.скрёстно (способ по выбору детей)	расст.40см.) 1.Прыжки через шнуры на П-Л ноге попеременно. 2.Переброска мячей другу другу в парах(способ произвольный) 3.Игровое упражнение «Догони пару».	
	3-часть Подвижные игры	«Хитрая лиса»	«Мышеловка»	«Затейники»	«Салки с ленточкой»	
	Нетрадиционные формы	Упражнение на развитие гибкости и подвижности суставов-стретчинг.	Упр-ние для профилактики плоскостопия «Собери платочек в маленький комочек»	Пальчиковая гимнастика. Комплекс №3	Самомассаж «Утка и кот»	

Май	Задачи, этапы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	Социально-коммуникативное: создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту отзывчивость, терпение,
	№ занятия, дата	Занятие 1-2 №1(2,3,5) №2 (3,5,6) №3(2,4,5)	Занятие 3-4 (9,10,12) (10,12,13) (9,11,12)	Занятие 5-6 (16.17.19) (17.19,20) (16,18,19)	Занятие 7-8 (23,24,26) (24,26,27) (23,25,26)	
	Задачи	Учить: - бегать на скорость;				

	<p>- бегать со средней скоростью до 100 м. Повторить: -упражнения в равновесии при ходьбе на повышенной опоре; -прыжки с продвижением вперёд на одной ноге; -бросание малого мяча о стенку; -упражнения в лазании на гимнастическую стенку; Упражнять: -в ходьбе и беге в рассыпную, со сменой темпа движения; -в метании мешочков на дальность: - в прыжках в длину с места; -равновесии в прыжках;</p>				<p>дружелюбие) Обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. Формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. Учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр. Познавательное: учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз.</p>
1-часть Вводная	<p>Ходьба в колонне по одному, с перестроением в пары по ходу движения; со сменой темпа движения; в рассыпную; с остановкой и заданием «Аист». Бег в рассыпную, с поворотом в другую сторону (без остановки); с остановкой и заданием; строевые упражнения.</p>				
ОРУ	С обручем	С мячом	Без предметов	С палками	
2 часть Основные виды движения	<p>Диагностика 1.Равновесие- ходьба по скамейке передавая мяч перед собой и за спиной. 2.Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперёд (дист. 10м.) 3.Броски малого мяча о стену и ловля его после отскока, с дополнительным заданием. 1.Ходьба по скамейке ,навстречу друг другу, с расхождением. 2.Броски мяча вверх</p>	<p>Диагностика 1.Прыжки в длину с места. 2.Ведение мяча 1 рукой(дист.6-10м.) 3.Пролезание в обруч прямо и боком. 1.Прыжки в длину с разбега(разбег 3-4 шага) 2.Метание мешочков вертикальную цель(подгруппами расст.3-4м.) 3.Равновесие – ходьба между</p>	<p>1.Метание мешочков на дальность. 2.равновесие – ходьба по рейке гимн.скамейки приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за голову. 3.Ползание по скамейке в среднем и быстром темпе , двумя колоннами. 1.Метание мешочков П-</p>	<p>1.Лазание по гимн.стенке с переходом на др. пролёт по четвёртой рейке и спуск. 2.Равновесие – ходьба по гимн. скамейке перешагивая через предметы(руки за головой или на пояс). 3.Прыжки на двух ногах между кеглями(5-6шт. расст.40 см.) 1.Ползание по скамейке - «по-медвежьи».</p>	

		одной рукой и ловля его 2 руками(произвольно) 3.Прыжки на 2 ногах между предметами , выполнять 2 колоннами.	предметами с мешочком на голове.	Лрукой – «Кто дальше бросит» 2.Лазание под шнур прямо и боком, в группировке – сложившись в комочек. 3.Равновесие – ходьба между предметами на носках с мешочком на голове.	2.Прыжки между предметами на П-Л ноге, двумя колоннами. 3.Равновесие – ходьба с перешагиванием через предметы, боком приставным шагом, с мешочком на голове.	
	3-часть Подвижные игры	«Совушка»	«Горелки»	«Воробьи и кошка»	«Охотники и утки»	
	Нетрадиционные формы.	Упражнение на развитие гибкости и подвижности суставов-стретчинг.	Упражнение для профилактики плоскостопия «Собери платочек в маленький комочек»	Пальчиковая гимнастика. Комплекс №3	Массаж спины «Дождик»	

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД по физической культуре на улице

Подготовительная к школе группа

Месяц	Дата	Задачи
Сентябрь	1-я неделя	Упражнять в равномерном беге и беге с ускорением; знакомить с прокатыванием обручей, повторить прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед <i>Игровые упражнения:</i> «Ловкие ребята», «Пингвины», «Догони свою пару» <i>Подвижная игра</i> «Вершки и корешки»

	2-я неделя	Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу <i>Игровые упражнения:</i> «Быстро встань в колонну!», «Прокати обруч» <i>Подвижная игра</i> «Совушка» <i>Малоподвижная игра</i> «Великаны и гномы»
	3-я неделя	Упражнять в чередовании ходьбы и бега,развивать быстроту и точность движения при передаче мяча, ловкость в ходьбе между предметами. <i>Игровые упражнения:</i> «Быстро передай», «Пройди- не задень», <i>Подвижная игра</i> «Совушка» <i>Малоподвижная игра</i> «Летает–не летает»
	4-я неделя	Повторить ходьбу и бег по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках и с мячом, разучить игру «Круговая лапта» <i>Игровые упражнения:</i> «Прыжки по кругу», «Проведи мяч», «Круговая лапта» <i>Малоподвижная игра</i> «Фигуры»»
	5-я неделя	Повторить за вторую неделю.
Октябрь	1-я неделя	Упражнять в беге с преодолением препятствий; развивать ловкость вупражнениях с мячом. Повторить задания с прыжками. <i>Игровые упражнения:</i> «Перебрось–поймай», «Не попадись», «Фигуры»
	2-я неделя	Повторить бег в среднем темпе до 1,5 мин; развивать точность броска. Упражнять в прыжках. <i>Игровые упражнения:</i> «Кто самый меткий», «Перепрыгни–не задень» <i>Подвижная игра</i> «Совушка»
	3-я неделя	Закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, умениедействовать по сигналу воспитателя; развивать точность в упражнениях с мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Успей выбежать», «Мяч водящему» <i>Подвижная игра</i> «Не попадись»
	4-я неделя	Повторить ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе; Упражнять в прыжках и переброске мяча. <i>Игровые упражнения:</i> «Лягушки», «Не попадись» <i>Подвижная игра</i> «Ловишки с ленточками» <i>Малоподвижная игра</i> «Эхо»
Ноябрь	1-я неделя	Закреплять навык ходьбы и бега, перешагивая через предметы;повторить игровые упражнения с мячом и прыжками. <i>Игровые упражнения:</i> «Мяч о стенку», «Будь ловким» <i>Подвижная игра</i> «Мышеловка» <i>Малоподвижная игра</i> «Затейники»

	2-я неделя	Закреплять навык ходьбы и бега с преодолением препятствий, ходьбе с остановкой по сигналу, Повторить игровые упражнения с мячом и в прыжках. <i>Игровые упражнения:</i> «Передача мяча по кругу», «Не задень» <i>Подвижная игра</i> «Не оставайся на полу» <i>Малоподвижная игра</i> «Затейники»
	3-я неделя	Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен. Повторить игровые упражнения с мячом и бегом. <i>Игровые упражнения:</i> «Переброска мячей». <i>Подвижная игра</i> «По местам»
	4-я неделя	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения, упражнять в поворотах с прыжком на месте. Повторить прыжки правой и левой ногой, огибая предметы, упражнять в выполнении заданий с мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Передай мяч», «С кочки на кочку» <i>Подвижная игра</i> «Хитрая лиса». Мало подвижная игра по выбору детей.
Декабрь	1-я неделя	Повторить ходьбу в колонне по 1 с остановкой по сигналу воспитателя, упражнять в продолжительном беге до 1, 5 мин, Повторить упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Пройди – не задень», «Пас на ходу», <i>Подвижная игра</i> «Совушка»
	2-я неделя	Упражнять в ходьбе в колонне по 1 с выполнением заданий по сигналу воспитателя. Повторить игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание. <i>Игровые упражнения:</i> «Пройди – не урони», «Из кружка в кружок», «Стой» - игровое упражнение
	3-я неделя	Упражнять в ходьбе и беге колонной по 1, в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя. Повторить задания с шайбой, упражнения в прыжках, на равновесие. <i>Игровые упражнения:</i> «Пас на ходу», «Кто быстрее», «Пройди – не урони» <i>Подвижная игра</i> «Лягушки и цапля». Мало подвижная игра по выбору детей.
	4-я неделя	Упражнять в ходьбе между предметами. Разучить игровое задание «Точный пас», Развивать ловкость и глазомер при метании снежков на дальность. <i>Игровые задания:</i> «Точный пас», «Кто дальше бросит», «По дорожке проскользи»
Январь	1-я неделя	Упражнять в ходьбе в колонне по 1, беге между предметами, повторить игровые упражнения с прыжками, скольжение по дорожке. <i>Игровые упражнения:</i> «Кто быстрее», «Проскользи - не упади». <i>Подвижная игра</i> «Два Мороза»
	2-я неделя	Провести игровое упражнение «Снежная королева», упражнения с элементами хоккея, игровое упражнение с метанием предметов в даль, игровое упражнение с прыжками: «Кто дальше бросит» «Веселые воробушки». Игра «Два мороза»

	3-я неделя	Упражнять в ходьбе между предметами, разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны зала на другую, повторить катание на санках: «Хоккеисты», катание на санках. <i>Подвижная игра «Два Мороза».</i>
	4-я неделя	Повторить ходьбу между предметами, разучить игру «По местам!» <i>Игровые упражнения:</i> «Полеяной дорожке», «По местам», «Поезд»
Февраль	1-я неделя	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя, повторить игровое упражнение с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками. «Быстро по местам», «Точная подача», «Попрыгунчики», «Два Мороза»
	2-я неделя	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий, повторить игровые упражнения с клюшкой и шайбой. <i>Подвижная игра «Фигуры», «Гонки санок», «Пас на клюшку», «Затейники».</i>
	3-я неделя	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий, повторить игровые упражнения с клюшкой и шайбой. Игровые упражнения «Снежинки», «Гонка санок», «Загони шайбу». <i>Игра «Карусель»</i>
	4-я неделя	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»; игровые упражнения с метанием предметов и прыжками. «Найди свой цвет» <i>Игровые упражнения:</i> «Не попадись». <i>Игра «Белые медведи» («Карусель», «Затейники»)</i>
Март	1-я неделя	Повторить упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и с мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Бегуны», «Лягушки в болоте», «Мяч о стенку» <i>Игра «Совушка»</i>
	2-я неделя	Упражнять в беге и прыжках. Развивать ловкость в заданиях с мячом. <i>Игра с бегом «Мы веселые ребята», «Охотники и утки»-с мячом.</i> <i>Малоподвижная игра «Тихо–громко»</i>
	3-я неделя	Упражнять в беге на скорость, повторить игровые упражнения с прыжками и с мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Кто скорее до мяча», «Пас ногой», «Ловкие зайчата» <i>Подвижная игра «Горелки»</i> <i>Малоподвижная игра «Эхо»</i>
	4-я неделя	Повторить упражнения с бегом, прыжками и мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Салки-перебежки», «Передача мяча в колонне», «Удочка», «Горелки».
	5-я неделя	Повторить за третью неделю.
Апрель	1-я неделя	Повторить игровое упражнение с бегом, игровые задания с мячом, с прыжками. <i>Игровые упражнения:</i> «Быстро в шеренгу», «Перешагни–не задень», «С кочки на кочку» <i>Подвижная игра «Охотники и утки» Малоподвижная игра «Великаны и гномы».</i>

	2-я неделя	Повторить игровое задание с ходьбой и бегом, игровые упражнения спрыжками и с мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Пас ногой», «Пингвины» <i>Подвижная игра</i> «Горелки»
	3-я неделя	Повторить бег на скорость, упражнять в заданиях с прыжками, в равновесии. <i>Игровые упражнения:</i> «Перебежки», «Пройди–не задень», «Ктодальше прыгнет», «Пас ногой», «Поймай мяч» <i>Малоподвижная игра</i> «Тихо–громко»
	4-я неделя	Повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Передача мяча в колонне», <i>Подвижная игра</i> «Лягушки в болоте» (с прыжками), «Горелки», нар./игра «Мячик кверху» <i>Малоподвижная игра</i> «Великаны и гномы»
	1-я неделя	Упражнять в продолжительном беге, развивая выносливость; развивать точность движений при переброске мяча друг другу в движении. Упражнять в прыжках через короткую скакалку, повторить упражнения в равновесии с дополнительным заданием. <i>Игровые упражнения:</i> «Пас на ходу», «Брось–поймай», прыжки через короткую скакалку. <i>Игра по выбору детей.</i> нар./игра «Блуждающий мяч»
Май	2-я неделя	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий, Повторить упражнения с мячом, в прыжках. <i>Игровые упражнения:</i> «Ловкие прыгуны», «Проведи мяч», «Пас друг другу» <i>Подвижная игра</i> «Мышеловка»
	3-я неделя	Упражнять в ходьбе и беге между предметами и в рассыпную; повторить задание с мячом и прыжками. <i>Игровые упражнения:</i> «Мяч водящему», «Кто скорее до кегли», п/и «Горелки».
	4-я неделя	Повторить игровые упражнения с ходьбой и бегом; упражнять в заданиях с мячом. «По местам», «Кто быстрее», «Пас ногой», «Кто выше прыгнет», «Не оставайся на земле».

2.3.2 Описание вариативных способов, методов и средств реализации программы

Формы и средства реализации Программы

НОД – непосредственно образовательная деятельность (традиционные, в форме круговой тренировки, сюжетно-игровые, состоящие из игр большой, средней и малой подвижности, в соревновательной форме)

Утренняя гимнастика – флэшмоб - формирует позитивное отношение у детей к утренней гимнастике, пробуждает желание делать гимнастику с настроением, и укрепляет физическое здоровье.

Физкультурно-спортивные праздники – одна из форм активного отдыха детей и взрослых. Он включает разнообразные виды физических упражнений в сочетании с элементами драматизации, хореографии, пения, викторин, конкурсов и аттракционов.

Игра -ведущий вид деятельности дошкольников, основная форма реализации программы при организации двигательной, познавательно-исследовательской, коммуникативной, музыкально-художественной деятельности. Виды игр: сюжетная игра, игра с правилами, подвижная игра, мало - подвижная игра, режиссерская игра), дидактическая игра.

Игровая ситуация- форма работы, направленная на приобретение ребёнком опыта нравственно-ценных действий и поступков, которые он сначала выполняет на основе подражания, по образцу, а затем самостоятельно.

Беседа в кругу- основная фронтальная форма общения, обсуждения, планирования деятельности на день. Беседы имеют большое воспитательное значение. Идеино – нравственный заряд несет правильно выбранное содержание разговора. Воспитывает и организационная форма беседы – повышается интерес детей друг к другу, развивается любознательность, общительность.

Ситуативные беседы: ситуации морального выбора, ситуации общения и взаимодействия, проблемные ситуации, моральные дилеммы, игровые ситуации, ситуативный разговор с детьми, практические ситуации по интересам детей, ситуационные задачи и др.

Экспериментирование и исследование: практическое, умственное и социальное.

Умственное экспериментирование осуществляется только в мысленном плане (в уме). Они осуществляются с помощью поисков ответов на поставленные вопросы, разбора и решения проблемных ситуаций.

Социальное экспериментирование: объект изучения и эксперимента - отношения ребёнка со своим социальным окружением.

Проект — это создание участниками образовательных отношений таких условий, которые позволяют, самостоятельно или совместно со взрослыми, открывать новый практический опыт, добывать его экспериментальным, поисковым путём, анализировать его и преобразовывать.

Работа в Центрах развития- форма организации продуктивной и игровой деятельности, позволяет также развивать двигательную (мелкую моторику), коммуникативную, познавательно-исследовательскую, трудовую деятельность.

Детский мастер – класс - форма самостоятельной деятельности, способ поддержки детской инициативы. Дети, ведущие мастер-классов, в процессе его проведения демонстрируют свой социальный опыт сверстникам, учатся договариваться между собой, подчиняют свои желания общему делу, доводят начатое дело до конца, оказывают помощь товарищу, проявляют толерантность к ошибкам других детей.

Культурные практики- это разнообразные, основанные на текущих и перспективных интересах ребёнка виды самостоятельной деятельности, поведения и опыта, складывающегося с первых дней его жизни.

Оздоровительные практики – организация практической деятельности по сохранению и стимулированию здоровья ребенка через использование разных видов здоровьесберегающих технологий: динамические паузы, речевые минутки, подвижные и спортивные игры, релаксации, утреннюю гимнастику, гимнастики: пальчиковую, дыхательную, для глаз, корригирующую; коммуникативные игры, психогимнастику, элементы закаливания и другие.

Квест-игры - одно из интересных средств, направленных на самовоспитание и саморазвитие ребёнка как личности творческой, физически здоровой, с активной познавательной позицией. Что и является основным требованием ФГОС ДО.

Стретчинг - увеличивает подвижность суставов, мышцы становятся более эластичными и гибкими, дольше сохраняют работоспособность. Стретчинг повышает общую двигательную активность. Упражнения стретчинга направлены на формирование правильной осанки. Кроме этого развивается эластичность мышц, воспитывается выносливость и старательность.

Название метода	Определение метода	Рекомендация по их применению
-----------------	--------------------	-------------------------------

Словесные	Подразделяются на следующие виды: рассказ, объяснение, беседа.	Словесные методы позволяют в кратчайший срок передать информацию детям.
Наглядные	Под наглядными методами образования понимаются такие методы, при которых ребенок получает информацию, с помощью наглядных пособий и технических средств. Наглядные методы используются во взаимосвязи со словесными и практическими методами обучения. Наглядные методы образования условно можно подразделить на две большие группы: метод иллюстраций и метод демонстраций.	Метод иллюстраций предполагает показ детям иллюстративных пособий: плакатов, картин, иллюстраций, фотографий, зарисовок на доске, и пр. Такое подразделение средств наглядности на иллюстративные и демонстрационные является условным. Оно не исключает возможности отнесения отдельных средств наглядности как к группе иллюстративных, так и демонстрационных. Также зал оснащен мультимедийным проектором, усилителем, колонками. Это дает возможность педагогу моделировать определенные процессы и ситуации; выбирать из ряда возможных решений оптимальные по определенным критериям; тем самым значительно расширяет возможности наглядных методов при организации образовательного процесса при реализации ОП дошкольного образования.
Практические	Практические методы обучения основаны на практической деятельности детей и формируют практические умения и навыки.	Выполнение практических заданий, является неотъемлемой частью осуществления системно – деятельностного подхода, проводится во время или после ознакомления детей с тем или иным содержанием. Воспроизведение движений организуется с детьми не только в организованной образовательной деятельности, но и в совместной и самостоятельной деятельности.
Методы по характеру образовательной деятельности детей		
Информационно- рецептивный	Воспитатель сообщает детям готовую информацию, а они ее воспринимают, осознают фиксируют в памяти.	Один из наиболее экономных способов передачи информации. Однако при использовании этого метода обучения не формируются умения и навыки пользоваться полученными знаниями.
Репродуктивный	Суть метода состоит в многократном повторении способа деятельности по заданию	Деятельность воспитателя заключается в разработке и сообщении образца, а деятельность

	воспитателя.	детей – в выполнении действий по образцу.
Проблемное изложение	Воспитатель ставит перед детьми проблему – сложный теоретический или практический вопрос, требующий исследования, разрешения, и сам показывает путь ее решения, вскрывая возникающие противоречия. Назначение этого метода – показать образцы научного познания, научного решения проблем.	Дети следят за логикой решения проблемы, получая эталон научного мышления и познания, образец культуры развертывания познавательных действий, при этом формируется умение устанавливать причинно – следственные связи в окружающем мире.
Частично- поисковый	Суть его состоит в том, что педагог расчленяет проблемную задачу на подпроблемы, а дети осуществляют отдельные шаги поиска ее решения.	Каждый шаг предполагает творческую деятельность, но целостное решение проблемы пока отсутствует.
Поисково - исследовательский	Воспитатель (герой) озвучивает проблему. Дети осуществляют поиск решения, предлагают варианты (версии), проверяют версии и находят решение проблемы совместно с воспитателем. Этот метод призван обеспечить творческое применение знаний.	В процессе образовательной деятельности дети овладевают методами познания, так формируется их опыт поисково-исследовательской деятельности.
Активные методы	Активные методы предоставляют дошкольникам возможность обучаться на собственном опыте, приобретать разнообразный субъективный опыт	Активные методы обучения предполагают использование в образовательном процессе определенной последовательности выполнения заданий: начиная с анализа и оценки. Активные методы должны применяться по мере их усложнения. В группу активных методов образования входят дидактические игры – специально разработанные игры, моделирующие реальность и приспособленные для целей обучения; опытно – экспериментальная деятельность; игры в Центрах развития; самостоятельная деятельность; подвижные игры, квест – игры, развлечения, театрализация и т.д.

2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы

Инициатива:

1. Внутреннее побуждение к новой деятельности, начинание, почин. Руководящая роль в каких-либо действиях.
2. Способность к самостоятельным, активным действиям; предприимчивость.
3. Активность в начинании, активность продвигать начинания, запускать новые дела, вовлекая туда окружающих людей.
4. Можно сказать инициатива – внутреннее побуждение к новым действиям, вовлечение окружающих людей в эту деятельность, беря на себя руководящую роль.

Для развития инициативности нужно:

1. Давать простые задания (снимать страх "не справлюсь"), развивать у детей инициативу.
2. Давать задания интересные или где у человека есть личный интерес что-то делать.
3. Поддерживать инициативы (быть готовым платить за ошибки и неудачи).
4. Научить грамотно реагировать на собственные ошибки.

Если мы хотим, чтобы наши дети верили в себя, развивались и экспериментировали, мы должны подкреплять инициативу, даже когда она сопровождается ошибками.

В образовательном процессе ребёнок и взрослые (педагоги, родители, медицинский персонал) выступают как субъекты педагогической деятельности, в которой взрослые определяют содержание, задачи, способы их реализации, а ребёнок творит себя и свою природу, свой мир.

Детям предоставляется широкий спектр специфических для дошкольников видов деятельности, выбор которых осуществляется при участии взрослых с ориентацией на интересы, способности ребёнка.

Взрослым необходимо научиться тактично сотрудничать с детьми: не стараться всё сразу показывать и объяснять, не преподносить сразу какие-либо неожиданные сюрпризные, шумовые эффекты и т.п. Необходимо создавать условия, чтобы дети о многом догадывались самостоятельно, получали от этого удовольствие.

Приоритетной сферой проявления детской инициативы во второй группе раннего возраста (2-3 года) является исследовательская деятельность с предметами, материалами, веществами; обогащение собственного сенсорного опыта восприятия окружающего мира.

Для поддержки детской инициативы взрослым необходимо:

1. предоставлять детям самостоятельность во всем, что не представляет опасности для их жизни и здоровья, помогая им реализовывать собственные замыслы;
2. отмечать и приветствовать даже самые минимальные успехи детей;
3. не критиковать результаты деятельности ребенка и его самого как личность;
4. формировать у детей привычку самостоятельно находить для себя интересные занятия; приучать свободно пользоваться игрушками и пособиями; знакомить детей с группой, другими помещениями и сотрудниками детского сада, территорией участка с целью повышения самостоятельности;
5. побуждать детей к разнообразным действиям с предметами, направленным на ознакомление с их качествами и свойствами (вкладыши, разборные игрушки, открывание и закрывание, подбор по форме и размеру);
6. поддерживать интерес ребенка к тому, что он рассматривает и наблюдает в разные режимные моменты;

- 7.устанавливать простые и понятные детям нормы жизни группы, четко исполнять правила поведения всеми детьми;
- 8.проводить все режимные моменты в эмоционально положительном настроении, избегать ситуации спешки и потарапливания детей;
- 9.для поддержания инициативы в продуктивной деятельности по указанию ребенка создавать для него изображения или поделку;
- 10.содержать в доступном месте все игрушки и материалы;
- 11.поощрять занятия двигательной, игровой, изобразительной, конструктивной деятельностью, выражать одобрение любому результату труда ребенка.

В младшей группе (3-4 года) приоритетной сферой проявления детской инициативы является игровая и продуктивная деятельность. Для поддержания инициативы ребенка 3-4 лет взрослым необходимо:

1. создавать условия для реализации собственных планов и замыслов каждого ребенка;
2. рассказывать детям о из реальных, а также возможных в будущем достижениях;
3. отмечать и публично поддерживать любые успехи детей;
4. всемерно поощрять самостоятельность детей и расширять её сферу;
5. помогать ребенку, находить способ реализации собственных поставленных целей;
6. способствовать стремлению научиться делать что-то и поддерживать радостное ощущение возрастающей умелости;
7. в ходе занятий и в повседневной жизни терпимо относиться к затруднениям ребенка, позволять действовать ему в своем темпе;
8. не критиковать результаты деятельности детей, а также их самих. Ограничить критику исключительно результатами продуктивной деятельности, используя в качестве субъекта критики игровые персонажи;
9. учитывать индивидуальные особенности детей, стремиться найти подход к застенчивым, нерешительным, конфликтным, непопулярным детям;
10. уважать и ценить каждого ребенка независимо от его достижений, достоинств и недостатков;
11. создавать в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявлять любовь ко всем детям: выражать радость при встрече, использовать ласку и теплые слова для выражения своего отношения к каждому ребенку, проявлять деликатность и терпимость;
12. всегда предоставлять детям возможность для реализации замыслов в творческой игровой и продуктивной деятельности.

В средней группе(4-5-лет) приоритетной сферой проявления детской инициативы в данном возрасте является познавательная деятельность, расширение информационного кругозора, игровая деятельность со сверстниками. Для поддержки детской инициативы взрослым необходимо:

- 1.способствовать стремлению детей делать собственные умозаключения, относиться к их попыткам внимательно, с уважением;
- 2.обеспечивать для детей возможности осуществления их желания переодеться и наряжаться, примеривать на себя разные роли. Иметь в группе набор атрибутов и элементов костюмов для переодевания, а также технические средства, обеспечивающие стремление детей петь, двигаться, танцевать под музыку;
- 3.создавать условия, обеспечивающие детям возможность конструировать из различных материалов себе "дом", укрытие для сюжетных игр;
- 4.при необходимости осуждать негативный поступок ребенка с глазу на глаз, но не допускать критики его личности, его качеств;
- 5.не допускать диктата, навязывания в выборе сюжетов игр;

6. обязательно участвовать в играх детей по их приглашению (или при их добровольном согласии) в качестве партнера, равноправного участника, но не руководителя игры. Руководство игрой проводить опосредованно (прием телефона, введения второстепенного героя, объединения двух игр);
7. привлекать детей к украшению группы к различным мероприятиям, обсуждая разные возможности и предложения;
8. побуждать детей формировать и выражать собственную эстетическую оценку воспринимаемого, не навязывая им мнение взрослого;
9. привлекать детей к планированию жизни группы на день, опираться на их желание во время занятий;
10. читать и рассказывать детям по их просьбе, включать музыку.

В старшей группе (5-6 лет) приоритетной сферой проявления детской инициативы в старшем дошкольном возрасте является внеситуативно – личностное общение со взрослыми и сверстниками, а также информационно познавательная инициатива.

Для поддержки детской инициативы взрослым необходимо:

1. создавать в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям: выражать радость при встрече, использовать ласку и теплое слово для выражения своего отношения к ребенку;
2. уважать индивидуальные вкусы и привычки детей;
3. поощрять желание создавать что-либо по собственному замыслу; обращать внимание детей на полезность будущего продукта для других или ту радость, которую он доставит кому-то (маме, бабушке, папе, другу);
4. создавать условия для разнообразной самостоятельной творческой деятельности детей;
5. при необходимости помогать детям в решении проблем организации игры;
6. привлекать детей к планированию жизни группы на день и на более отдаленную перспективу. Обсуждать совместные проекты;
7. создавать условия и выделять время для самостоятельной творческой, познавательной деятельности детей по интересам.

В подготовительной группе (6-8 лет) приоритетной сферой проявления детской инициативы в данном возрасте является научение, расширение сфер собственной компетентности в различных областях практической предметности, в том числе орудийной деятельности, а также информационная познавательная деятельность. Для поддержки детской инициативы взрослым необходимо:

1. вводить адекватную оценку результата деятельности ребенка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования продукта деятельности;
2. спокойно реагировать на неуспех ребенка и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание, совершенствование деталей. Рассказывать детям о своих трудностях, которые испытывали при обучении новым видам деятельности;
3. создавать ситуации, позволяющие ребенку реализовать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников;
4. обращаться к детям, с просьбой продемонстрировать свои достижения и научить его добиваться таких же результатов сверстников;
5. поддерживать чувство гордости за свой труд и удовлетворение его результатами;
6. создавать условия для различной самостоятельной творческой деятельности детей по их интересам и запросам, предоставлять детям на данный вид деятельности определенное время;
7. при необходимости помогать детям решать проблемы при организации игры;

- 8.проводить планирование жизни группы на день, неделю, месяц с учетом интересов детей, стараться реализовывать их пожелания и предложения;
- 9.презентовать продукты детского творчества другим детям, родителям, педагогам (концерты, выставки и др.)

2.5 Взаимодействие с родителями по реализации ОО «Физическое развитие»

Важнейшим условием обеспечения целостного развития личности ребенка является развитие конструктивного взаимодействия с семьей. Ведущая цель — создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей (способности разрешать разные типы социально-педагогических ситуаций, связанных с воспитанием ребенка); обеспечение права родителей на уважение и понимание, на участие в жизни детского сада.

Родителям и воспитателям необходимо преодолеть субординацию, монологизм в отношениях друг с другом, отказаться от привычки критиковать друг друга, научиться видеть друг в друге не средство решения своих проблем, а полноправных партнеров, сотрудников.

Основные задачи взаимодействия детского сада с семьей:

- изучение отношения педагогов и родителей к различным вопросам воспитания, обучения, развития детей, условий организации разнообразной деятельности в детском саду и семье;
- знакомство педагогов и родителей с лучшим опытом воспитания в детском саду и семье, а также с трудностями, возникающими в семейном и общественном воспитании дошкольников;
- информирование друг друга об актуальных задачах воспитания и обучения детей и о возможностях детского сада и семьи в решении данных задач;
- создание в детском саду условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей с детьми;
- привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами мероприятиях, организуемых в районе (городе, области);
- поощрение родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребенка, создание необходимых условий для их удовлетворения в семье.

Основные направления и формы взаимодействия с семьей

Формы взаимодействия с семьей:

1. Анкетирование родителей с целью выявления уровня удовлетворенности родителей качеством предоставляемой образовательной услуги.
2. Участие в мероприятиях по благоустройству территории.
3. Помощь в создании развивающей предметно-пространственной среды.
4. Участие в коллегиальных органах управления МБДОУ.
5. Наглядная информация (стенды, папки-передвижки, памятки, буклеты, семейные и групповые фотоальбомы, фоторепортажи).
6. Информация на сайте МБДОУ.
7. Консультации, семинары, семинары-практикумы, конференции, открытые мероприятия, мастер-классы.
8. Распространение опыта семейного воспитания, через участие родителей в конкурсах, выставках.
9. Родительские собрания.

10. Выпуск газет для родителей.
11. Дни открытых дверей.
12. Дни здоровья.
13. Совместные праздники, развлечения.
14. Участие в творческих выставках, смотрах-конкурсах.
15. Мероприятия с родителями в рамках проектной деятельности.

Региональный компонент (часть формируемая участниками образовательных отношений)

Программа по формированию культуры здоровья детей дошкольного возраста путем приобщения к культуре и традициям народов Алтайского края.

Цель: Формирование культуры здоровья детей путем приобщения к культуре, традициям народов проживающих на территории Алтайского края.

Задачи:

1. Формировать культуру здоровья детей путем приобщения к лучшим национальным традициям народов России средствами народных игр;
2. Развивать познавательный интерес, любознательность к народной культуре населения Алтайского края;
3. Усваивать язык своего народа, нравы, обычаи через календарные, обрядовые и семейно-бытовые праздники;
4. Вовлекать в возрождение народных традиций родителей, педагогов, социум.

Принципы построения Программы:

Содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и выстроено по принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка и обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач:

-научной обоснованности и практической применимости;

-единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста;

-интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей;

-комплексно-тематического построения образовательного процесса.

Для достижения целей Программы первостепенное значение имеют:

-забота о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном всестороннем развитии каждого ребенка;

-создание в МБДОУ атмосферы доброжелательного отношения ко всем воспитанникам, что позволит растить их общительными, любознательными, инициативными, стремящимися к самостоятельности и творчеству;

-максимальное использование разнообразных видов детской деятельности; их интеграции в целях повышения эффективности образовательного процесса;

-креативность (творческая организация) процесса воспитания и обучения; вариативность использования образовательного материала, позволяющая развивать творчество в соответствии с интересами и наклонностями каждого ребенка;

- уважительное отношение к результатам детского творчества;
- обеспечение развития ребенка в процессе воспитания и обучения;
- координация подходов к воспитанию детей в условиях МБДОУ и семьи.

Планируемые результаты.

- Знает содержание народных игр, умеет самостоятельно организовывать народную подвижную игру со сверстниками.
- Сформированы знания о культуре и традициях народов проживающих на территории Алтайского края, как единицы субъекта Российской Федерации.
- Имеет представление об особенностях национальных костюмов народов проживающих на территории Алтайского края.
- Использует в активной речи народный фольклор: потешки, пословицы, считалки, загадки.
- Сформированы знания у родителей и педагогов об особенностях народных праздников, активное участие в совместных праздниках (календарных, обрядовых и семейно- бытовых).

Взаимодействие с родителями по реализации ОО «Физическое развитие»

Взаимодействие с семьями воспитанников осуществляется в соответствии с образовательной программой дошкольного образования муниципального дошкольного образовательного учреждения детский сад «Орленок». Самым благоприятным возрастом для формирования полезных привычек является дошкольный и младший школьный. В этот период ребенок значительную часть проводит дома, в семье, среди своих родных, чей образ жизни, стереотипы поведения становятся сильнейшими факторами формирования их представлений о жизни. Вот почему именно в семье закладываются основы многообразных отношений к себе и своему здоровью, к здоровью близких, к людям, к труду, к природе.

Перспективный план инструктора по физической культуре по работе с родителями на 2021-2022учебный год

Сентябрь

Родительское собрание: «Особенности физического развития детей в младшем (среднем, старшем) дошкольном возрасте». Цель: познакомить родителей с физкультурно-оздоровительной работой и мероприятиями на групповом собрании. (ср.- ст.- подгот.гр)

Консультация: «Значение режима дня, для здоровья ребёнка» Цель: познакомить родителей с организацией здоровьесберегающей и физкультурно-оздоровительной среды в детском саду. (2мл.гр.)

Октябрь

Анкетирование: «О здоровье всерьёз»Цель: «Выявить уровень знаний родителей, по физкультурно – оздоровительному направлению». (2мл.-ср.гр.)

- Наглядная информация, консультация «Одежда по сезону», «Поиграйте с ребёнком» - все группы
Цель: Рассмотреть связь сложности упражнений и видов одежды с температурой окружающей среды.(ст.-подг.гр)

Ноябрь

Печатная консультация «Подарите детям радость движения» Цель: расширение представления родителей о организации двигательной активности детей дома.(2мл.гр.)

- «Значение закаливающих процедур в жизни ребёнка» (ср.гр.) Цель: Продолжать знакомить родителей с доступными способами закаливания.

- «Коррекция плоскостопия» (ст.возраст) Цель: Привлечение родителей к использованию разных методов профилактики плоскостопия у детей дошкольного возраста

Декабрь

Папка- передвижка: «Научите ребёнка ходьбе на лыжах». (ср., ст., подг.гр.) Цель: Информировать родителей о формировании у детей навыков безопасного поведения и ходьбы на лыжах.

- Беседа с родителями «Одежда детей на прогулке»

Цель: Познакомить родителей с рекомендациями к одежде и обуви детей для физкультурных занятий на воздухе и прогулки.(ср.-ст.-подг.гр)

Январь

- *Участие в досуге:* «Снеговик почтовик» (ст. гр.)

Цель: доставить радость общения детям с родителями; побуждать родителей к активному участию в праздниках и развлечениях.

Февраль

- *Буклет для родителей:* «Организация и проведение спортивных и подвижных игр в домашних условиях».

Цель: Продолжать знакомить с подвижными играми на воздухе зимой.

- *Участие в досуге:* Подготовительная группа, организация и проведение спортивного праздника.

Цель: Привлечь родителей к подготовке и участию в досуге. Содействовать возникновению у родителей и детей чувства радости и удовольствия от совместной деятельности.

Март

- *Рекомендации:* «Спортивный уголок дома» (мл.гр.)

Цель: Содействовать созданию спортивного уголка дома, пропаганда ЗОЖ.

- *Консультация:* «Значение физических упражнений» (ср.- ст.гр.)

Цель: Продолжать знакомить родителей со значимостью физических упражнений в жизни детей.

Апрель

- *Участие родителей:* Организация и проведение спортивного праздника «Папа,мама,я– спортивная семья» (подг.гр.)

Цель: Содействовать возникновению у родителей и детей чувства радости, удовольствия от совместной двигательной-игровой деятельности.

- *Консультация:* «Закаляйся, если хочешь быть здоровым»(мл.- ст. возраст)

Цель: Продолжать знакомить родителей с доступными способами закаливания.

- *«День открытых дверей»* (мл.,ср.,ст.,гр.)

Цель: Расширить представления родителей о формах физкультурно - оздоровительной работы на занятиях.

Май

- *Участие родителей:* Досуговая деятельность «Весёлый мяч» (2мл.гр.)

Цель: Способствовать укреплению детско-родительских отношений, через привлечение к совместному проведению досуговой деятельности.

-*Индивидуальные беседы:* Результаты мониторинга по физическому развитию.

Цель:Познакомить родителей с результатами мониторинга физического развития, дать практические рекомендации по развитию основных движений и физических качеств детей. Выпуск спортивных новостей. Адресная помощь. (Все возрастные группы).

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1 Режим дня и распорядок дня

Режим дня осуществляется в соответствии с основной образовательной программой дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения МБДОУ детский сад «Орленок»

Режим дня.

Режим дня – это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение дня. Основным принципом правильного построения режима дня является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.

При осуществлении режимных моментов учитываются индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, темп деятельности и т.д.). Чем ближе к индивидуальным особенностям ребенка режим ДОУ, тем комфортнее он себя чувствует, тем лучше его настроение и выше активность. Режим дня определяет последовательность индивидуальной и коллективной деятельности детей, дает возможность выявить особенности и удовлетворить образовательные потребности каждого ребенка, осуществить индивидуальный подход к нему. В режиме дня ДОУ предусмотрено 4-разовое питание, прогулка проводится два раза в день в зависимости от погодных условий, времени года. Общая продолжительность прогулки зависит от возраста воспитанников и требованиям СанПиН.

Образовательный процесс ДОУ реализуется в режиме пятидневной рабочей недели, осуществляется с 1 сентября по 31 мая, летний период – с 1 июня по 31 августа. Длительность пребывания детей в ДОУ – с 07.30 до 18.00 часов. Режим дня в ДОУ устанавливается в соответствии с возрастными, индивидуальными особенностями детей и способствует их гармоничному развитию. При составлении и организации режима дня учитываются обязательные компоненты:

- время приема пищи;
- дневной сон;
- общая длительность пребывания ребенка на открытом воздухе и в помещениях.

При проведении режимных процессов в ДОУ соблюдаются следующие позиции:

- полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (в сне, питании);
- тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели; – привлечение детей к посильному участию в режимных процессах; поощрение самостоятельности и активности;
- формирование культурно-гигиенических навыков;
- эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов;
- учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка; – спокойный и доброжелательный тон обращения, бережное отношение к ребенку.

Режим дня (холодный период)

Режимные моменты	Вторая группа Раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Прием детей, индивидуальная	07.30 –	07.30 –	07.30 –	07.30 –	07.30 –

работа, игровая деятельность	08.25	08.25	08.25	08.25	08.25
Утренняя гимнастика	08.25- 08.30	08.25- 08.30	08.25- 08.30	08.25- 08.35	08.25- 08.35
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30- 08.50	08.30- 08.50	08.30- 08.50	08.35- 08.50	08.35- 08.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	08.50- 09.10	08.50- 09.00	08.50- 09.00	08.50- 09.00	08.50- 09.00
Непрерывная образовательная деятельность (по подгруппам)	09.10- 09.40	09.00- 09.50	09.00- 10.00	09.00- 10.05	09.00- 11.15
Подготовка к прогулке, прогулка	10.50 – 11.15	10.00- 11.20	10.10- 11.40	10.15 – 11.40	11.15 – 12.00
Возвращение с прогулки	11.15 – 11.30	11.20- 11.35	11.40- 11.50	11.40- 11.50	12.00- 12.10
Подготовка к обеду, Обед	11.30- 12.00	11.35- 12.00	11.50- 12.10	11.50- 12.20	12.10- 12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.15- 15.00	12.00- 15.00	12.10- 15.00	12.20- 15.00	12.40- 15.00
Постепенный подъем, гигиенические процедуры, полдник	15.00- 15.50	15.00- 15.30	15.00- 15.30	15.00- 15.30	15.00- 15.30
Игры/самостоятельная и организованная детская деятельность НОД	15.50- 16.20	15.30- 16.25	15.45- 16.20	15.45- 16.25	15.45- 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.20- 18.00	16.25- 18.00	16.20- 18.00	16.25- 18.00	16.30- 18.00

Режим дня в тёплый период

Режимные моменты	Вторая группа Раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Прием детей, индивидуальная	07.30- 08.20	07.30- 07.30-	07.30- 08.10	07.30- 08.05	07.30- 08.10

работа, игровая деятельность					
Утренняя гимнастика(на улице)	08.20-08.25	07.30-08.20	08.10-08.15	08.05-08.10	08.10-08.15
Подготовка к завтраку, завтрак	08.25-08.50	08.20-08.50	08.15-08.45	08.10-08.50	08.15-08.50
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	08.50-09.45	08.50-09.35	08.45-09.30	08.50-09.20	08.50-09.25
Прогулка	09.45-12.35	09.25-12.20	09.30-12.10	09.20-12.00	10.25-12.15
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	12.35-12.40	12.20-12.30	12.10-12.20	12.00-12.15	12.15-12.25
Подготовка к обеду, обед	12.40-12.00	12.30-13.00	12.20-12.50	12.15-12.45	12.25-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00	13.00-15.00	12.50-15.00	12.45-15.00	12.50-15.00
Постепенный подъем, Гигиенические процедуры	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30
Подготовка к прогулке, прогулка	15.30-17.00	15.30-17.00	15.30-17.00	15.30-17.00	15.30-17.00
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину, ужин	17.00-17.30	17.00-17.30	17.00-17.30	17.00-17.30	17.00-17.30
Свободная игровая деятельность, уход детей домой	17.30-18.00	17.30-18.00	17.30-18.00	17.30-18.00	17.30-18.00

3.2. Циклограмма

ЦИКЛОГРАММА РАБОТЫ
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
Дни недели. Время. Содержание работы.

Понедельник

10.30.-10.55 – подготовка к занятиям.
10.55 - 11.20 - НОД старшая группа на воздухе.
11.25-11.55 – НОД подготовительная группа на воздухе
12.00 -13.00– заполнение тетрадей взаимодействия с воспитателями.
13.00 -15.00 -работа с педагогами (спортивные мероприятия, консультации).
15.00 – 15.15 – подготовка к занятиям
15.15 – 15.30 – НОД младшая группа.
Между НОД - проветривание зала.
15.35-16.05 – НОД подготовительная группа №3.
16.05-16.30 – помывка, уборка оборудования.

Вторник

8.00 – 8.10 – проветривание зала.
8.10 – 8.40 – утренняя гимнастика.
8.40- 9.00 - проветривание зала и подготовка оборудования к НОД по физической культуре.
9.10 – 9.35 – НОД группа раннего возраста (2подгруппы).
Между НОД - проветривание зала.
9.40 – 10.00 – НОД в средней группе №1.
Между НОД - проветривание зала.
10.30 – 11.00 – НОД в подготовительной группе №2.
11.05 – 12.00 - изготовление, обновление пособий для физ.культуры.
12.00 – 14.30 - обед
14.30 – 15.00–подготовка к занятиям.
15.10 - 15.20 - НОД младшая группа.
Между НОД - проветривание зала.
15.30 - 15.50 - НОД средняя №2.
Между НОД - проветривание зала.
16.00-16.30 –НОД подготовительная группа №1

Среда

10.00 -10.20 – подготовка к занятиям.
10.20 – 10.45 – НОД в группе раннего возраста, на воздухе.
10.55 – 11.15 – НОД в средней группе №2,на воздухе.
11. 20 – 12. 00 – НОД в подготовительной группе №3,на воздухе.

12.00 – 13.00 – подбор и написание сценариев к развлечениям и праздникам.

13.00 – 14.00 –обед.

14.00 – 15.00 – работа по самообразованию.

15.10 – 15.30 – НОД в средней группе №1.

16.10- 16.35 –НОД в старшей группе.

16.45 – 17.00 – индивидуальная работа с детьми.

Четверг

8.00 – 8.10 – Проветривание зала.

8.10 – 8.40 – Утренняя гимнастика.

8.40- 9.00 – Проветривание зала и подготовка к занятиям.

9.30 – 9.55 – НОД в группе раннего возраста (2 подгруппы).

10.20 – 10.35 – НОД в младшей группе, на воздухе.

10.40 – 11.00 – НОД в средней группе № 1,на воздухе.

11.20- 11.50 –НОД в подготовительной группе№2

12.00 - 14. 30 – обед.

15.10-15.40 –НОД в подготовительной группе №3

Между НОД - проветривание зала.

15.45- 16.15-НОД в подготовительной группе №1

16.20 – 17.00 – помывка, уборка оборудования.

Пятница

8.00 – 8.10 – проветривание зала.

8.10 – 8.40 – утренняя гимнастика.

8.40- 9.00 - проветривание зала и подготовка оборудования к НОД по физической культуре.

9.30 – 9.50 – НОД в средней группе№2.

Между НОД - проветривание зала.

10.00 – 10.25 – НОД в старшей группе.

Между НОД - проветривание зала

10.30 – 11. 00 – НОД в подготовительной группе №

11.10 – 12.30 – написание планов.

12.30 -14.00 - генеральная уборка зала и пособий.

3.3. Организация культурно-досуговой деятельности

Примерный перечень развлечений и праздников представлен: Примерная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы»/ под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. — М. :МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015, с. 273-276

Перспективный план культурно - досуговой деятельности на 2021-2022 учебный год

месяц	2младшая группа	средняя	старшая	подготовительная
сентябрь	«Осенние забавы» Задачи: Упражнять детей в беге, в прыжках. Создать у детей положительные эмоции.	«Осенние весёлые старты» Задачи: Закрепить и повторить с детьми подвижные игры с мячом, бегом, прыжками . Воспитывать выдержку.	«Весёлые аттракционы» Задачи: В форме подвижных игр и игровых упражнений закреплять у детей двигательные умения ; развивать мелкую моторику общую моторику, ловкость , быстроту. Воспитывать дружелюбие . чувство взаимопомощи.	«Спортивные состязания» Задачи: Развивать ловкость, точность движения, двигательной самостоятельности. Воспитывать дружелюбие, любовь к спорту.
октябрь	«День здоровья» Задачи: приобщать детей к здоровому образу жизни, вызвать положительное бодрое настроение.	«День здоровья» Задачи: приобщать детей к здоровому образу жизни, вызвать положительное бодрое настроение.	«День здоровья» Задачи: приобщать детей к активному и здоровому образу жизни, развивать двигательную активность детей, желание играть в подвижные игры, заниматься спортом, создать радостное настроение.	«День здоровья» Задачи: приобщать детей к активному и здоровому образу жизни, развивать двигательную активность детей, желание играть в подвижные игры, заниматься спортом, создать радостное настроение.
ноябрь	«Зимний праздник» Задачи: Содействовать повышению жизнестойкости организма в целом. Развивать зрительное и слуховое восприятие, коммуникативные качества; Вызывать положительный	«Зимний праздник» Задачи: Содействовать повышению жизнестойкости организма в целом. Развивать зрительное и слуховое восприятие, коммуникативные качества; Вызывать положительный эмоциональный отклик.	«Зимний спортивный праздник» Задачи: Укреплять здоровье и повышать работоспособность детей-дошкольников. Содействовать всестороннему развитию детей, воспитывать	«Зимний спортивный праздник» Задачи: Укреплять здоровье и повышать работоспособность детей-дошкольников. Содействовать всестороннему развитию

	эмоциональный отклик.		чувство коллективизма и товарищеской взаимопомощи. Доставить детям удовольствие от общения с любимыми персонажами.	детей, воспитывать чувство коллективизма и товарищеской взаимопомощи. Доставить детям удовольствие от общения с любимыми персонажами.
декабрь	«Мой весёлый звонкий мяч» Задачи: доставить детям удовольствия при выполнении физических упражнений, развивать ловкость и глазомер при катании мяча, развивать ловкость, повторить игровые упражнения с бегом, прыжками и равновесии, развивать ловкость и глазомер в ловле и бросании мяча.	«Ловкие ребята» Задачи: создать бодрое настроение, тренировать детей в упражнениях на развитие ловкости, развивать интерес к подвижным играм.	«Зимние приключения» Задачи: продолжать совершенствовать двигательные умения и навыки. Развивать ловкость, быстроту, внимание. Развивать умение работать с партнером в игре.	«Мы мороза не боимся» Задачи: Укреплять здоровье и повышать работоспособность детей-дошкольников. Содействовать всестороннему развитию детей, воспитывать чувство коллективизма и товарищеской взаимопомощи. Доставить детям удовольствие от совместных игр.
январь	«Приключения на лесной полянке» Задачи: развивать интерес к подвижным играм, вызвать положительные эмоции.	«Зимние забавы» Задачи: приобщать детей к здоровому образу жизни, вызвать положительное бодрое настроение.	«Весёлые старты» Задачи: создавать веселое, радостное настроение; укреплять здоровье детей с помощью физических упражнений и подвижных игр; развивать физические качества, координационные способности; воспитывать дружеские чувства, умение выполнять физические упражнения в коллективе.	«Мамы и дети лучшие спортсмены на свете» Задачи: разнообразить формы работы с родителями, воспитывать у детей любовь к родителям, чувство гордости за них, учить радоваться их победам и успехам, дать детям раскрыть свои спортивные способности, формировать умение выполнять знакомые движения легко и свободно,

				способствовать формированию положительных эмоций, поощрять участие родителей и детей в совместных играх и физических упражнениях.
февраль	«Теремок» Задачи: воспитывать любовь к физической культуре. Формирование у детей представлений о средствах двигательной выразительности. Способствовать искреннему выражению чувств. Вызвать эмоциональный отклик на просьбы о помощи.	«Зимние игры» Задачи: приобщать детей и родителей к здоровому образу жизни, вызвать положительное бодрое настроение.	«А ты – баты, мы солдаты» Задачи: способствовать укреплению здоровья дошкольников, привлечение детей к занятиям физической культуры и спорта, совершенствовать двигательные умения и навыки, повышения эмоционального настроения у детей, воспитывать чувство патриотизма.	«Я б в военные пошёл, пусть меня научат!» Задачи: формировать устойчивый интерес к выполнению физических упражнений, развивать основные физические качества. Воспитывать целеустремленность, настойчивость и чувство товарищества при проведении коллективных эстафет. Воспитывать чувство уважения к защитникам нашей Родины, любовь
март	«В гости к игрушкам» Задачи: формировать двигательные умения и навыки, через игровые формы; содействовать гармоничному физическому развитию детей; развивать у детей умение согласовывать свои действия самостоятельно выполнять простейшие	«Капелька здоровья» Задачи: приобщать детей к активному и здоровому образу жизни, развивать двигательную активность детей, желание играть в подвижные игры, заниматься спортом, создать радостное настроение.	«Весенние старты» Задачи: приобщать детей к активному и здоровому образу жизни, развивать двигательную активность детей, желание играть в подвижные игры, заниматься спортом, создать радостное настроение	«Весенние старты» Задачи: приобщать детей к активному и здоровому образу жизни, развивать двигательную активность детей, желание играть в подвижные игры, заниматься спортом, создать радостное настроение

	движения в соответствии с указаниями воспитателя.			
апрель	<p>День Здоровья «Мы растём - здоровыми».</p> <p>Задачи: приобщать детей к здоровому образу жизни, вызвать положительное бодрое настроение.</p>	<p>День Здоровья «Мы растём- здоровыми»</p> <p>Задачи: приобщать детей к здоровому образу жизни, вызвать положительное бодрое настроение.</p>	<p>День Здоровья «Турнир Здоровячков»</p> <p>Задачи: Создавать веселое, радостное настроение; <u>укреплять</u> здоровье детей с помощью физических упражнений и подвижных игр на свежем воздухе; развивать физические качества, координационные способности; воспитывать дружеские чувства, умение выполнять физические упражнения в коллективе.</p>	<p>День Здоровья «Турнир Здоровячков»</p> <p>Задачи: Создавать веселое, радостное настроение; <u>укреплять</u> здоровье детей с помощью физических упражнений и подвижных игр на свежем воздухе; развивать физические качества, координационные способности; воспитывать дружеские чувства, умение выполнять физические упражнения в коллективе.</p>
май	<p>«Гномики»</p> <p>Задачи: Прививать детям любовь к здоровому образу жизни через двигательную активность, формировать положительный настрой на спортивные игры и упражнения.</p> <p>Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.</p>	<p>«Весёлые лучики»</p> <p>Задачи: Приобщать детей к здоровому образу жизни через двигательную активность. Формировать двигательные умения и навыки.</p> <p>Развивать выдержку, ловкость, ориентировку в пространстве, смекалку, мышление</p>	<p>«Цирк приехал»</p> <p>Задачи: Формировать навыки правильной осанки, развивая опорно-двигательный аппарат; Укреплять органы дыхания, мышцы брюшного пресса; Развивать основные функции вестибулярного аппарата. Развивать чувство ритма, согласовывать движения с музыкой, выполняя элементы ритмической гимнастики; Формировать жизненно важные двигательные навыки и умения, способствующие</p>	<p>«Мы умеем дружно жить»</p> <p>Задачи: разнообразить формы работы с родителями, воспитывать у детей любовь к родителям, чувство гордости за них, учить радоваться их победам и успехам, дать детям раскрыть свои спортивные способности, формировать умение выполнять знакомые движения легко и свободно, способствовать формированию положительных эмоций, поощрять участие</p>

			укреплению здоровья;	родителей и детей в совместных играх и физических упражнениях.
--	--	--	----------------------	--

3.4. Особенности организации развивающей предметно- пространственной среды.

Подбор оборудования определяется задачами как физического, так и всестороннего воспитания детей. Количество оборудования определяется из расчета активного участия всех детей в процессе разных форм двигательной активности. Разнообразие оборудования обусловлено спецификой построения и содержания разных видов НОД по физической культуре (утренняя гимнастика, корригирующая гимнастика после дневного сна, занятие по физической культуре, игры и упражнения на воздухе и в помещении, физкультурные досуги и праздники).

Примерный набор физкультурного оборудования для младшей группы.

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во
Для ходьбы, бега и равновесия	Доска с ребристой поверхностью	Длина 200 см Ширина 20см Высота 4 см	1
	Модуль мягкий		1
	Коврик, дорожки массажные, соследочками		3
	Куб деревянный	Ребро 20 см	1
	Обруч большой	Диаметр 95-100 см	1
Для прыжков	Куб деревянный	Ребро 20 см	1
	Мяч-попрыгунчик	Диаметр 50 см	2
	Обруч малый	Диаметр 50-55 см	5
	Шнур короткий	Длина 75 см	5
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		1
	Мешочек с грузом малый	Масса 150-200 г	5
	Мяч резиновый	Диаметр 10 см	4
	Шар цветной	Диаметр 20-25 см	2
Для ползания и лазанья	Обруч на подставке		2
Для общеразвивающих упражнений	Кубики		20
	Лента цветная (короткая)	Длина 50 см	10
	Мяч массажный	Диаметр 8-10 см	5
	Палка гимнастическая короткая	Длина 75-80 см	5

Примерный набор физкультурного оборудования для средней группы

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во
Для ходьбы, бега, равновесия.	Дорожка массажная		2
	Шнур длинный	Длина 150-см, Диаметр 2 см	1
Для прыжков.	Куб деревянный	Ребро 20 см	1
	Мяч-попрыгунчик	Диаметр 50 см	2
	Палка гимнастическая короткая	Длина 75-80 см	5
	Скакалка короткая	Длина 120-150 см	5
Для катания, бросания, ловли.	Кегли (набор)		1
	Кольцеброс (набор)		1
	Мешочек с грузом большой	Масса 400 г	2
	Обруч большой	Диаметр 75 см	2
	Серсо (набор)		2
Для ползания и лазанья.	Обруч на подставке		2
Для общеразвивающих упражнений.	Мешочек с грузом малый	Масса 150-200 г	2
	Мяч	Диаметр 10-12 см	5
	Мяч	Диаметр 20 см	5
	Обруч малый	Диаметр 55-65 см	5
	Кубики		20
	Ленточки разноцветные		15
	Султанчики		10
	Шнур короткий	Длина 75 см	5

Примерный набор физкультурного оборудования для старшей и подготовительной группы

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во
Для ходьбы, бега, равновесия.	Балансир		1
	Коврик массажный		2
Для прыжков	Обруч малый	Диаметр 55-65 см	5
	Скакалка короткая	Длина 100-120 см	5
Для катания, бросания, ловли.	Кегли (набор)		2
	Кольцеброс (набор)		2

	Мешочек малый с грузом	Масса 150-200 г	4
	Мяч большой	Диаметр 18-20 см	5
	Мешочек с грузом большой	Масса 400 г	2
	Мяч для мини-баскетбола	Масса 0,5 кг	1
	Мяч утяжеленный (набивной)	Масса 500 г, 1 кг	1
	Мяч – массажёр		5
	Обруч большой	Диаметр 75 см	5
	Серсо (набор)		2
Для ползания и лазанья.	Обруч на подставке		2
Для общеразвивающих упражнений.	Гантели детские		6
	Лента короткая	Длина 50-60 см	5
	Мяч средний	Диаметр 10-12 см	5
	Палка гимнастическая короткая	Длина 80 см	5

3.5. Материально-техническое обеспечение ОО «Физическое развитие

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

Оснащение физкультурного зала

Технические средства обучения	Секундомер, рулетка измерительная (5 м), свисток-2шт.; муз. центр, фонотека (спортивные песни, музыкальные зарядки, музыка для эстафет, музыка для релакса, для ритмических упражнений, музыкальные подвижные игры.
Оборудование	шведская стенка (высота 3 м, ширина 1-го пролета 95 см, расстояние между перекладинами 25 см) – 3 пролета., маты гимнастические – 2 шт., скамья гимнастическая – 2 шт., кубики -40 шт., доска ребристая – 2 шт., дуга для подлезания – 4 шт., конус для эстафет – 4 шт., мягкие модули «Веселые старты», корригирующие дорожки – 3 шт., баскетбольное кольцо – 1 шт.,
Инвентарь	Фитболы – 6 шт., канат – 1 шт., скакалки - 20 шт., дуги - 4 шт., обручи – 20шт., кегли - 30 шт., кольцоброс – 2 шт., гимнастические палки - 25 шт., погремушки – 30 шт., мячи большие - 20 шт., средние - 15 шт., маленькие -20 шт., пластмассовые - 30 шт., волейбольный мяч - 1 шт., баскетбольный - 1 шт., футбольный -2 шт. свисток – 1 шт., самокат 2шт.
Нестандартное оборудование	цветные ленточки (длина 40см) – 40 шт., султанчики – 40 шт., массажные мячики 15шт., флажки-40 шт.,

	платочки -23 шт.
Учебно-методологический материал	Картотека подвижных игр по возрастам. Метод.пособие утренней гимнастики. Картотека дыхательных упражнений. Картотека считалок. Картотека упражнений для релакса. Картотека «Игры эстафеты». Картотека «Массаж разных частей тела». Картотека упражнений и текстов для релакса. (старший возраст) Наглядное пособие «Летние виды спорта», «Зимние виды спорта»
Спортивное оборудование.	Хоккейный набор- 4шт.; бадминтон- бшт.; теннисные ракетки и мячи-20шт.; санки-2шт.; лыжи-20 шт.; сетка волейбольная-1шт.

3.6.Перечень учебно- методического обеспечения

1. Алексеева Л.М. Спортивные праздники и физкультурные досуги в дошкольных образовательных учреждениях.
2. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми от 3 до 7 лет.-2-е изд.,испр.и доп.-М.;МОЗАИКА-СИНТЕЗ,2018.-48с.
3. Маханева М. Д. С физкультурой дружить - здоровым быть.
4. Осокина Т. И., Тимофеева Е. А., Рунова М. А. Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений.
5. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Младшая группа. Для занятий с детьми 3-4 лет.-М.;МОЗАИКА-СИНТЕЗ,2017.-80с.
- 6.Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Средняя группа. Для занятий с детьми 4-5 лет..-М.;МОЗАИКА-СИНТЕЗ,2017.-112с.
7. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Старшая группа. Для занятий с детьми 5-6 лет.-М.;МОЗАИКА-СИНТЕЗ,2017.-128с.
- 8.Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа. Для занятий с детьми 6-7 лет.-М.;МОЗАИКА-СИНТЕЗ,2016.-112с.
- 9.Пензулаева Л. И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3–7 лет
Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений 5 - 6 лет
Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений 3 - 4 лет
Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений 4 - 5 лет
- 10.Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений 5 - 6 лет.
- 11.Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений 6 - 7 лет.
12. Рунова М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду.
13. Степаненкова Э. Я. Сборник подвижных игр.изд. испр. и доп.-М.:МОЗАИКА- СИНТЕЗ,2021.

14. Федорова С.Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Вторая группа раннего возраста. - М.: Мозаика-Синтез, 2017. - 88с.
15. Харченко Г.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Комплексы упражнений для работы с детьми 2-3 лет. - 2 изд., испр. и доп. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.
16. Харченко Г.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Комплексы упражнений для работы с детьми 3-4 лет. - 2 изд., испр. и доп. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.
17. Харченко Г.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Комплексы упражнений для работы с детьми 4-5 лет. - 2 изд., испр. и доп. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.
18. Харченко Г.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Комплексы упражнений для работы с детьми 5-6 лет. - 2 изд., испр. и доп. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.
19. Харченко Г.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Комплексы упражнений для работы с детьми 6-7 лет. - 2 изд., испр. и доп. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.
20. Шебеко В. Н., Ермак Н.Н. Физкультурные праздники в детском саду.
21. Щербак А. П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении.
22. Наглядно - дидактическое пособие Рассказы по картинкам. «Зимние виды спорта». 3-7 лет Москва Мозаика – Синтез 2015г.
23. Наглядно - дидактическое пособие. Мир в картинках. « Спортивный инвентарь». 3-7 лет Москва Мозаика – Синтез 2012г.
24. Наглядно - дидактическое пособие. Мир в картинках. « Спортивный инвентарь». 3-7 лет Москва Мозаика – Синтез 2017г.
25. Расскажите детям о зимних видах спорта 3 – 7 лет. Мозаика – Синтез 2017г.
26. Расскажите детям об Олимпийских играх 3 – 7 лет. Мозаика – Синтез 2014г.
27. Уроки для самых маленьких «Армия России» Ростов на Дону. Издательский дом « Проф - Пресс» 2018г.

3.7. Кадровые условия.

Ф.И.О	Образование	Категория
Гребенникова Н.В.	Среднее- специальное	высшая

IV. Дополнительный раздел

4.1 Краткая презентация Программы.

Рабочая Программа разработана в соответствии:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 июля 2020 г. №373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;

Программа нацелена на создание оптимальных условий для охраны и укрепления здоровья ребёнка, удовлетворение биологической потребности растущего организма ребёнка в двигательной деятельности.

В Программе на первый план выдвигается развивающая функция образования, обеспечивающая становление личности ребёнка и ориентирующая педагога на его индивидуальные особенности.

Программа построена с учётом соблюдения преемственности между возрастными группами младшего и старшего дошкольного возраста.

Программой предусмотрено полноценное решение задач при комплексном применении всех способов, форм, средств и методов физического воспитания детей.

Целевые ориентиры предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования.

Рабочая Программа по физическому развитию детей дошкольного возраста составлена для воспитанников от 2-7 лет:

- вторая группа раннего возраста(от 2до3лет);
- младшая группа(от 3до 4лет);
- средняя группа (от 4 до 5 лет);
- старшая группа (от 5 до 6 лет);
- подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет).

Программа рассчитана на 1 год обучения.

Цель: Создание оптимальных условий для охраны и укрепления здоровья ребёнка, удовлетворение биологической потребности растущего организма ребёнка в двигательной деятельности.

Задачи Программы: Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;

- обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирования учебной деятельности;
- формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
- обеспечение психолого - педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей), в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

Целевой раздел включает в себя: пояснительную записку, цели, задачи программы, принципы и подходы к её формированию, характеристики особенностей развития детей возраста (2-7 лет), а так же планируемые результаты освоения программы (в виде целевых ориентиров).

В Программе на первый план выдвигается развивающая функция образования, обеспечивающая становление личности ребёнка и ориентирующая педагога на его индивидуальные особенности, что соответствует современной научной «Концепции дошкольного воспитания» (авторы В.В.Давыдов, В.А. Петровский и др.) о признании самоценности дошкольного периода детства.

Программа обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста. Программа построена с учётом соблюдения преемственности между возрастными группами младшего и старшего дошкольного возраста. Программа предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра (А.Н.Леонтьев, А.В. Запорожец, Д.Б.Эльконин и др.).

Все принципы физического развития осуществляются в единстве. Они реализуют оздоровительную направленность физического развития и обеспечивают связь физической культуры с жизнью, осуществляют ребёнка к обучению в школе, формируют любовь к занятиям физическими упражнениями, спортом.

Содержательный раздел представляет общее содержание Программы, обеспечивающий полноценное развитие детей, в который входит:

- описание образовательной деятельности в ДОУ образовательной области «Физическое развитие»

- «Физическое развитие» включает приобретение опыта в двигательной деятельности детей: связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно – двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а так же с правильным, не наносящим ущерб 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 целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценности здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами,

- описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации с учётом возрастных особенностей.

Особое внимание уделяется в Программе созданию условий для своевременного и правильного физического и полноценного психического развития ребёнка с учётом; возраста, физического развития (гармоничность развития), группы здоровья (наличие хронических заболеваний), самочувствия (ребёнок ослабленный после болезни, часто болеющий и т.д.) уровня двигательной активности, уровня физической подготовленности.

Организованными формами работы являются: разные виды занятий по физической культуре; активный отдых (физкультурный досуг, развлечение, соревнование, физкультурные праздники, Дни здоровья и др.) самостоятельная двигательная деятельность детей.

Полноценное решение задач физического развития детей достигается при комплексном применении всех способов, форм, средств и методов.

Организационный раздел содержит описание материально – технического обеспечения Программы, обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания, распорядок и режим дня, особенности традиционных событий, праздников, мероприятий, особенности организации предметно- пространственной среды и социальное партнёрство с родителями.

Организованная двигательная деятельность детей в ДОУ проводится в процессе занятий физической культурой, в соответствии с постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01. 2021 года №2 санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (СанПиН 1.2.3685-21).

Физкультурные занятия для детей в возрасте от 2 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Длительность зависит от возраста детей и составляет:

вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет) - не более 10 мин.,

в младшей группе (от 3 до 4 лет) - не более 15 мин.,
в средней группе (от 4 до 5 лет) – не более 20 мин.,
в старшей группе (от 5 до 6 лет) – не более 25 мин.,
в подготовительной группе (от 6 до 7 лет) – не более 30 мин.,

Для успешной реализации Программы в спортивном зале ДООУ создана развивающая предметно – пространственная среда, которая предназначена как для всей группы детей, так и для каждого ребёнка.

Пространство предполагает трансформируемость и возможность изменения среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.

Для реализации Программы созданы все необходимые материально- технические условия и методическое обеспечение.

4.2. Лист изменений

Дата	Содержание	Примечание