

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида № 131

ПРИНЯТО
Решение педсовета
Протокол № 1
От «31» августа 2023 год

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий:
Насаток Т.К.
_____ 2023 год



СОГЛАСОВАНО:
Заместитель заведующего по ВМР:
Н.И. Колчина
«31» августа 2023 год

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по реализации
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ по ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЕ
Муниципального дошкольного образовательного учреждения
детского сада комбинированного вида № 131

- на основе ФГОС ДО (Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14 ноября 2013 г. регистрационный № 30384), с изменениями, внесенными приказом Министерства просвещения Российской Федерации 21 января 2019 г. № 31 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 13 февраля 2019 г. регистрационный № 53776) в федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования).
- На основе ФОП ДО (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 « Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» (Зарегистрирован 28.12. 2022 № 71847)

Разработчики:

Инструктор по физической культуре :
Дворная Светлана Николаевна

Год реализации программы: 2023-2024 учебный год

г. Комсомольск-на-Амуре
2023 г.

Содержание

Содержание разделов программы	стр
1. Целевой раздел	
1.1 Пояснительная записка	3
1.2 Цели и задачи реализации программы	4
1.3 Принципы и подходы к реализации программы	5
1.4 Значимые характеристики и особенностей развития детей	6
1.5 Планируемые результаты освоения программы	14
2. Содержательный раздел	
2.1 Описание образовательной деятельности в направлении «Физическое развитие»	28
2.2 Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы	45
2.3 Способы и направления поддержки детской инициативы	46
2.5 Взаимодействие педагогов группы с семьями воспитанников	47
3. Организационный раздел	
3.1 Оформление предметно-пространственной среды	48
3.2 Расписание занятий	50
3.3 Особенности традиционных событий, праздников, Мероприятий	
4. Дополнительный раздел	
Приложение 1	42
Приложение 2	43-71
Приложение 3	68
Приложение 4	82
Приложение 5	92
Приложение №6	99
Программно-методическое обеспечение	51

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе образовательной программы Муниципального дошкольного образовательного учреждения детского сада комбинированного вида № 131 в соответствии с Федеральной образовательной программой дошкольного образования, утверждённой приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2022 г. № 874 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 2 ноября 2022 г., регистрационный № 70809), Федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного образования (Приказ № 1155 от 17.10.2013 года) Рабочая программа обеспечивает разностороннее развитие детей в возрасте 3-7 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям:

1. Познавательное развитие
2. Речевое развитие
3. Художественно-эстетическое развитие
4. Социально-коммуникативное
5. Физическое развитие

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 29.12.2022) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 11.01.2023)
2. Федеральный закон от 24.09.2022 № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон “Об образовании в Российской Федерации” и статью 1 Федерального закона “Об обязательных требованиях в Российской Федерации”»
3. Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон “Об образовании в Российской Федерации” по вопросам воспитания обучающихся»
4. Обновленный ФГОС ДО - Приказ Минпросвещения России от 08.11.2022 № 955 «О внесении изменений...» (Зарегистрировано в Минюсте России 06.02.2023 № 72264)
5. Указ Президента РФ от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»
6. Приказ Минпросвещения России от 25.11.2022 № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 28.12.2022)

Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования.

Программа обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учётом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей и должна быть направлена на решение задач, указанных в пункте 1.6 Стандарт.

Реализуемая программа строится на принципе личностно-развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослого с детьми.

1.2. Цели и задачи реализации программы

Рабочая программа имеет цели: разностороннее развитие ребёнка в период дошкольного детства с учётом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций

обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;

приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям российского народа – жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей;

построение (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учёта возрастных и индивидуальных особенностей развития;

создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учётом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;

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

обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребёнка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;

обеспечение психолого педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности;

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

Задачи Программы по образовательным областям:

Физическое развитие

включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе 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 также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

1.3 Принципы и подходы к формированию Программы

Программа построена на следующих принципах ДО, установленных ФГОС ДО:

- 1) полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возрастов), обогащение (амплификация) детского развития;
- 2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- 3) содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников³ (далее вместе – взрослые);
- 4) признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- 5) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- 6) сотрудничество ДОО с семьей;
- 7) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- 8) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в различных видах деятельности;
- 9) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- 10) учёт этнокультурной ситуации развития детей.

В Программе учитываются следующие подходы:

Личностно-ориентированный подход (предусматривает организацию образовательного процесса учетом того, что развитие ребенка является главным критерием его эффективности)

Комплексно- тематический подход к организации образовательного процесса (предусматривает объединение комплекса различных видов специфической детской деятельности вокруг единой «темы», при котором полноценно обеспечивается целостное представление детей об окружающем мире)

Деятельностный подход (связан с организацией целенаправленной деятельности в общем контексте образовательного процесса: видами деятельности, формами и методами развития и воспитания, возрастными особенностями ребенка при включении в образовательную деятельность)

Компетентностный подход (основным результатам деятельности становится формирование готовности воспитанников самостоятельно действовать в ходе решения актуальных задач)

Средовый подход (предусматривает использование возможностей внутренней и внешней среды образовательного учреждения в воспитании и развитии личности ребенка)

Диалогический подход (предусматривает становление личности, развитие ее творческих возможностей, самосовершенствование в условиях равноправных взаимоотношений с другими людьми, построенных по принципу диалога, субъект - субъектных отношений)

Культурно-исторический подход (предполагает передачу взрослым ребенку культурных образцов поведения, общения и деятельности, учитывает, что процесс приобретения знаний в дошкольном возрасте не является ни целенаправленным, ни систематическим, а совершается лишь в меру имеющихся у детей познавательных интересов, знания являются «побочным продуктом» различных видов деятельности)

ребенка).

Интегрированный подход (обеспечивает целостность образовательного процесса за счет соединения знаний из разных образовательных областей, предполагает решение на одном занятии задачи из разных образовательных областей, что позволяет сэкономить время для организации игровой и самостоятельной деятельности детей).

1.4 Значимые характеристики особенностей развития детей.

1.4. Характеристика возрастных особенностей развития детей дошкольного возраста необходима для правильной организации образовательного процесса, как в условиях семьи, так и в условиях дошкольного образовательного учреждения.

Младший дошкольный возраст: от 3 до 4

К четырём годам средний вес ребёнка составляет 15,5 – 16, 0 кг, рост – 100см. Продолжается интенсивное развитие структуры и функций головного мозга. Большое место в жизни ребёнка занимает игра. Первоначально именно в игре, ребёнку становится доступным сравнительно длительное выполнение целенаправленных действий.

Четвёртый год жизни ребёнка характеризуется особенностью развития дыхательной системы и к 3 – 4 годам устанавливается лёгочный тип дыхания, но строение лёгочной ткани не завершено, поэтому лёгочная вентиляция ограничена. В 3 – 4 года у ребёнка многие движения резки и угловаты, низка выносливость мышечной системы. Из – за этого статическое напряжение мышц кратковременно, и малыш не может сидеть или стоять не меняя позы. Сила мышц кисти рук увеличивается с 3,5 кг – 4 в возрасте 3 – 4 лет.

На четвёртом году жизни ребёнок владеет большим объёмом двигательных навыков, способен совершать достаточно сложные двигательные действия, соблюдая определённую последовательность. Детей характеризует большая осознанность восприятия показа движений и словесного пояснения, что положительно сказывается на качестве выполнения упражнения. Однако, отмечается ещё недостаточная слаженность в работе разнообразных мышечных групп (плечевого пояса, туловища, ног), не сформированна произвольность движений.

Индивидуальные особенности детей второй младшей группы (2023-2024гг.)

№ группы	Фамилия, имя ребёнка	Группа здоровья	Индивидуальные особенности в здоровье	Противопоказания	Рекомендации
№ 10	Воронина Ульяна	II	АРХ в ОЖ , плоско-вальгусные стопы	Ходьба на пятках, ограничить прыжки	Ходьба босиком, следить за выработкой правильной походки
	Судник	II	Дисплазия т/б	Резкие подъёмы, бег на скорость,	Упражнения для усиления

	Миша		суставов	выносливость, прыжки	вдоха и выдоха, равномерный медленный бег, ОРУ на все группы мышц
	Вергинский Арсений	11	Пупочная грыжа	Ограничить силовые упражнения на брюшной пресс	Упражнения на пресс выполнять из облегченного исходного положения
	Шварцкопф Костя	11	ФСШ	Долгие нагрузки	ОФП на все группы мышц , дыхательные упражнения
	Довбня Милана	11	Кардиопатия		

Средний дошкольный возраст (от 4 до 5 лет)

Пятый год жизни является периодом интенсивного роста и развития ребёнка. К пяти годам средний вес ребёнка достигает 17,5 -19 кг, рост 107-110 см, окружность грудной клетки 54см.

В развитии основных движений детей происходят заметные качественные изменения: возрастает естественность и лёгкость их выполнения. На этом фоне особое внимание необходимо обращать на индивидуальные проявления детей к окружающей их действительности, воспитывать устойчивый интерес к различным видам движения, к выполнению элементов выразительного образа двигательного действия.

Вырабатывается и совершенствуется умения планировать свои действия, создавать и воплощать определённый замысел, который, в отличие от простого намерения, включает представления не только о цели действия, но и о способах их достижения. Вот почему так важно демонстрировать на занятиях целостную, законченную программу изучения движения с помощью взаимодействующих методов.

В подвижных играх у детей появляется чувство ответственности за порученное дело, результат, который важен для окружающих, формируется стремление быть полезным окружающим их взрослым, сверстникам.

Педагог может ускорить интеллектуальное развитие детей с помощью смыслового обогащения движений и двигательных действий.

Ребёнок быстро ориентируется в новых ситуациях, в состоянии выполнять ритмически согласованные простые движения, делает большие успехи в прыжках, метании и беге. Чтобы не отставать в развитии, ребёнок нуждается во всё более сложных занятиях.

Пятый год жизни ребёнка характеризуется дисбалансом в развитии дыхательного аппарата: при относительной мощности лёгких пока ещё узок просвет верхних воздухоносных путей (полости носа, гортани) и слабы дыхательные мышцы. Вместе с тем размах грудной клетки при вдохе и выдохе значительно шире, вследствие чего жизненная ёмкость лёгких у пятилетнего ребёнка значительно больше, чем у 3 – 4 летнего. Дыхательные пути сравнительно узки, что вызывает преобладание брюшного типа дыхания, при котором главной дыхательной мышцей является диафрагма. С четырёх лет у детей уже довольно хорошо развиты миндалины, и они легко гипертрофируются. В этом возрасте обычно учащаются ангины, и в миндалинах нередко формируется очаг хронической инфекции. Малыши страдают аденоидами, и дыхание их через нос затруднено.

Интенсивно развивается кровеносная система. Сердечно – сосудистая система, при условии соблюдения адекватности нагрузок, сравнительно лучше приспособлена к потребностям растущего организма, чем дыхательная.

В течение пятого года жизни происходит значительный сдвиг в развитии мускулатуры, в том числе - нервно-психической регуляции и её функциях, возрастают сила и работоспособность мышц. Мелкие мышцы (пальцев, кистей, стоп) ещё недостаточно развиты в сравнении с крупной мускулатурой, поэтому детям даются движения всей рукой, а не её мелкими мышечными группами. Кроме того, сила мышц-сгибателей больше силы мышц - разгибателей, что определяет особенности поз ребёнка – голова слегка наклонена вперёд, живот выпячен, ноги согнуты в коленных суставах.

Быстро вырабатываются условные рефлексы, но закрепляются не сразу, поэтому навыки ребенка, вначале непрочны и легко разрушаются. Процессы возбуждения и торможения в коре головного мозга легко распространяются, поэтому внимание детей неустойчиво, ответные реакции носят эмоциональный характер и дети быстро утомляются. Дошкольникам свойственна большая отвлекаемость внимания, им обычно трудно сконцентрироваться на решении какой – нибудь задачи.

Тем не менее, на пятом году жизни движения ребёнка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает всё более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятие, развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движения, выделять их элементы. У них появляется интерес к результатам движения, потребность выполнять его в соответствии с образом. Всё это позволяет педагогу приступить к обучению техники основных движений, отработке их качества. **Индивидуальные особенности детей средней группы (2023-2024гг.)**

№ группы	Фамилия, имя ребёнка	Группа здоровья	Индивидуальные особенности в здоровье	Противопоказания	Рекомендации
№ 9	Алексеевко Вика	11	Пупочная грыжа	Ограничить силовые упражнения на брюшной пресс	Щадящий режим Упражнения на пресс выполнять из облегчённого исходного положения
	Ишутинова Валерия	11	ВПС ДМЖП МПП		
	Логинова Галя	11	Плоско-вальгусные стопы	Прыжки, бег на длительные дистанции	Ходьба босиком, следить за выработкой правильной походки
	Кузьменко Анжелика	11	АРХ ЛЖ		Щадящий режим
№ 7	Гераскина Кира	11	Пупочная грыжа	Ограничить силовые упражнения на брюшной пресс	Упражнения на пресс выполнять из облегченного исходного положения
	Лесков Сергей	11	Плоско-вальгусные стопы	Бег на длинные дистанции, прыжки	ОФП на все группы мышц, ходьба босиком, массаж ног.

Старший дошкольный возраст (от 5 до 6 лет)

К шести годам рост детей достигает в среднем 116 см, масса тела 21,8; окружность грудной клетки 56-57 см. Педагогу необходимо знать средние антропометрические показатели, прежде всего для выявления признаков отставания в физическом развитии. Чаще отстают в физическом развитии дошкольники, перенёсшие в раннем возрасте рахит или дизентерию, а также имеющие близорукость и некоторые хронические заболевания. С

отставанием в физическом развитии связано и нарушение рече-произношение. Улучшить физическое состояние ребёнка в этом возрасте с помощью средств физической культуры вполне возможно, используя нетрадиционные методы обучения в процессе непосредственно образовательной деятельности, но при этом необходимо учитывать следующие особенности развития детей. Скелет ребёнка состоит преимущественно из хрящевой ткани, что обуславливает возможность дальнейшего роста. Однако мягкие и податливые кости под влиянием нагрузок изменяют форму. Избыточная и неравномерная нагрузка, связанная с длительным стоянием, хождением, переносом тяжестей, может отрицательно повлиять на развитие опорного скелета – изменить форму ног, позвоночника, свода стопы, вызвать нарушение осанки.

В этом возрасте сила мышц сгибателей больше силы мышц – разгибателей, что определяет особенности позы ребёнка: голова слегка наклонена вперёд, живот выпячен, ноги согнуты в коленных суставах. Вот почему так важны и необходимы упражнения для мышц удерживающих позу, и для мышц разгибателей.

Медленно развиваются мелкие мышцы кисти. Только к шести – семи годам ребёнок начинает овладевать более сложными и точными движениями кисти и пальцев. Этому способствуют упражнения с мячами.

В регуляции поведения детей шестилетнего возраста большую роль играет кора головного мозга. К шести – семи годам масса головного мозга приближается к массе головного мозга взрослого человека (1200-1300г). Большое значение имеют подвижные игры, эстафеты с элементами соревнований, целенаправленные физические упражнения. Они способствуют улучшению функционального состояния высшей нервной деятельности ребёнка, в основе которой лежит образование условных рефлексов.

Развитие дыхательной системы характеризуется увеличением объёма лёгких и совершенствованием функции внешнего дыхания. Положительная динамика функции дыхания в большей мере связана с влиянием физических упражнений.

Артериальное давление у детей ниже, чем у взрослых. Физические упражнения оказывают тренирующее воздействие на сердечно – сосудистую систему; под влиянием физических нагрузок начало увеличивается частота пульса, изменяется максимальное и минимальное кровяное давление, улучшается регуляция сердечной деятельности.

Пищеварительная система играет важную роль в физическом состоянии ребёнка. Физические нагрузки у большинства детей вызывают временное снижение секреции пищеварительных соков. У дошкольников обмен веществ отличается высокой активностью, чем у взрослых. При активной мышечной деятельности энергозатраты возрастают пропорционально интенсивности физических усилий.

У детей шестого года жизни значительно повышается уровень произвольного управления своим поведением. Умение управлять своим поведением оказывает воздействие на внимание, память, мышление. Формируются и интенсивно развиваются волевые качества у детей, а на их основе появляются новые потребности и интересы.

У детей продолжают совершенствоваться все стороны речи. Наиболее успешно развивается речь в играх, общении, движении. Шестой год жизни ребёнка характеризуется замедлением скорости роста тела. Тело растёт неравномерно – длина ног и верхней части тела растёт медленно, а скорость роста длины рук и диаметра тела увеличивается. Развитие опорно-двигательной системы ребёнка ещё незавершенно (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура).

Позвоночный столб ребёнка шестого года жизни чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, связок. При излишней массе тела, а также при неблагоприятных условиях, например при частом поднятии ребёнком тяжестей, нарушается осанка. У ребёнка преобладает тонус мышц – разгибателей, что не даёт возможности при длинном статическом положении долго удерживать спину прямой. Сердечно – сосудистая система ещё не достигает полного развития. Общее физическое развитие и динамика функциональной зрелости системы дыхания идёт неравномерно. У детей возрастает осознанность освоения более сложных основных движений. Это позволяет повысить требования к качеству их выполнения, больше внимания уделять развитию физических и морально – волевых качеств (быстрота, ловкость, выносливость, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений (умение приходить на помощь товарищу, сопереживать его успехам и неудачам, быть заботливым и внимательным друг к другу).

Индивидуальные особенности детей старшей группы (2023-2024гг.)

№ группы	Фамилия, имя ребёнка	Группа здоровья	Индивидуальные особенности в здоровье	Противопоказания	Рекомендации
№ 4	Суркова Варя	II	пуп. грыжа плоскостопие	Ограничить прыжки, наклоны, упр. на большие гр. мышц. Ограничить силовые упражнения на брюшной пресс	Медленный бег, дыхательная гимнастика. Упражнения на пресс выполнять из облегчённого исходного положения
	Павлова Ангелина	II	Миопия	Резкие наклоны, прыжки, натуживание	Выполнение упражнений в медленном темпе, без резких движений

№3 №5	Леонтьева Олеся	Ребенок - инвалид	АРХ ЗРР		Щадящий режим , индивидуальны й подход
	Третьяков Артем	II	Миопия	Резкие наклоны, прыжки, натуживание	Выполнение упражнений в медленном темпе, без резких движений
	Легеза Вика	11	Пупочная грыжа	Ограничение силовых упражнений на брюшной пресс	Упражнения на пресс выполнять в облегченном варианте
Запороже ц Арсений	II	Плоскостопие	Ходьба на пятках, ограничить прыжки	Ходьба босиком, следить за выработкой правильной походки	

Старший дошкольный возраст (6-7 лет)

Седьмой год жизни ребёнка характеризуется продолжением активного формирования осанки и свода стопы. Так как костная ткань богата органическими элементами, то скелет старших дошкольников всё ещё эластичен и подвержен деформации. Это может стать причиной травм не только конечностей, но и позвоночника. К семи годам у ребёнка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы. У детей ярко выражен грудной тип дыхания. Лёгочная ткань имеет большое количество лимфатических сосудов и респираторных бронхиол, поэтому для детей этого возраста характерны болезни, связанные с воспалительными процессами в лёгких.

Резервные возможности сердечно – сосудистой и дыхательной системы у детей достаточно высоки. Динамика нервной системы облегчает освоение детьми движений, физических упражнений, улучшается качество двигательной деятельности дошкольников. Движения ребёнка становятся более координированными и точными. Основой проявления двигательной деятельности является развитие устойчивого равновесия.

В двигательной деятельности формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля. Дети проявляют волевые усилия при выполнении заданий, для них важен

результат. Появляется возможность на основе закладываемой произвольности сформировать у детей потребность заниматься физическими упражнениями, развивать самостоятельность, инициативу в освоении новых видов движений.

Индивидуальные особенности детей подготовительной группы (2023-2024гг.)

№ группы	Фамилия, имя ребёнка	Группа здоровья	Индивидуальные особенности в здоровье	Противопоказания	Рекомендации
№ 11	Пустышев Илья	II	Миопия (зрение)	Резкие наклоны, прыжки, натуживание	Выполнение упражнений в медленном темпе, без резких движений
	Баранов Сева	III	Пилонефрит	Прыжки, резкие изменения положения тела	Выполнение упражнений в медленном темпе, без резких движений
	Шестакова Ева	II	Плоскостопие	Ходьба на пятках, ограничить прыжки	Ходьба босиком, следить за выработкой правильной походки
№ 6	Билецкий Ваня	II	Миопия, ИМВП	Резкие наклоны, прыжки, натуживание	Выполнение упражнений в медленном темпе, без резких движений
	Ильенко Андрей	II	Плоскостопие	Ходьба на пятках, ограничить прыжки	Ходьба босиком, следить за выработкой правильной походки

1.4. Планируемые результаты освоения программы.

Планируемые результаты освоения Программы – это целевые ориентиры дошкольного образования (п. 4.1.ФГОС ДО), которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования.

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного возраста и системные особенности ДО делают неправомерными требования от ребёнка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому планируемые результаты освоения Федеральной программы представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребёнка дошкольного возраста на разных возрастных этапах и к завершению ДО.

1.2.1. Планируемые результаты освоения Программы в каждой возрастной группе, конкретизирующие требования ФГОС к целевым ориентирам по ФОП.

Планируемые результаты в дошкольном возрасте.

К четырем годам:

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

ребёнок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;

ребёнок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;

ребёнок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и тому подобное, соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье;

ребёнок проявляет доверие к миру, положительно оценивает себя, говорит о себе в первом лице;

ребёнок откликается эмоционально на ярко выраженное состояние близких и сверстников по показу и побуждению взрослых; дружелюбно настроен в отношении других детей;

ребёнок владеет элементарными нормами и правилами поведения, связанными с определенными разрешениями и запретами («можно», «нельзя»), демонстрирует стремление к положительным поступкам;

ребёнок демонстрирует интерес к сверстникам в повседневном общении и бытовой деятельности, владеет элементарными средствами общения в процессе взаимодействия со сверстниками;

ребёнок проявляет интерес к правилам безопасного поведения; осваивает безопасные способы обращения со знакомыми предметами ближайшего окружения;

ребёнок охотно включается в совместную деятельность со взрослым, подражает его действиям, отвечает на вопросы взрослого и комментирует его действия в процессе совместной деятельности;

ребёнок произносит правильно в словах все гласные и согласные звуки, кроме шипящих и сонорных, согласовывает слова в предложении в роде, числе и падеже, повторяет за педагогическим работником (далее – педагог) рассказы из 3-4 предложений, пересказывает знакомые литературные произведения, использует речевые формы вежливого общения;

ребёнок понимает содержание литературных произведений и участвует в их драматизации, рассматривает иллюстрации в книгах, запоминает небольшие потешки, стихотворения, эмоционально откликается на них;

ребёнок демонстрирует умения вступать в речевое общение со знакомыми взрослыми: понимает обращенную к нему речь, отвечает на вопросы, используя простые распространенные предложения; проявляет речевую активность в общении со сверстником;

ребёнок совместно со взрослым пересказывает знакомые сказки, короткие стихи;

ребёнок демонстрирует познавательную активность в деятельности, проявляет эмоции удивления в процессе познания, отражает в общении и совместной деятельности со взрослыми и сверстниками полученные представления о предметах и объектах ближайшего окружения, задает вопросы констатирующего и проблемного характера;

ребёнок проявляет потребность в познавательном общении со взрослыми; демонстрирует стремление к наблюдению, сравнению, обследованию свойств и качеств предметов, к простейшему экспериментированию с предметами и материалами: проявляет элементарные представления о величине, форме и количестве предметов и умения сравнивать предметы по этим характеристикам;

ребёнок проявляет интерес к миру, к себе и окружающим людям;

ребёнок знает об объектах ближайшего окружения: о родном населенном пункте, его названии, достопримечательностях и традициях;

ребёнок имеет представление о разнообразных объектах живой и неживой природы ближайшего окружения, выделяет их отличительные особенности и свойства, различает времена года и характерные для них явления природы, имеет представление о сезонных изменениях в жизни животных, растений и человека, интересуется природой, положительно относится ко всем живым существам, знает о правилах поведения в природе, заботится о животных и растениях, не причиняет им вред;

ребёнок способен создавать простые образы в рисовании и аппликации, строить простую композицию с использованием нескольких цветов, создавать несложные формы из глины и теста, видоизменять их и украшать; использовать простые строительные детали для создания постройки с последующим её анализом;

ребёнок с интересом вслушивается в музыку, запоминает и узнает знакомые произведения, проявляет эмоциональную отзывчивость, различает музыкальные ритмы, передает их в движении;

ребёнок активно взаимодействует со сверстниками в игре, принимает на себя роль и действует от имени героя, строит ролевые высказывания, использует

предметы-заместители, разворачивает несложный игровой сюжет из нескольких эпизодов;

ребёнок в дидактических играх действует в рамках правил, в театрализованных играх разыгрывает отрывки из знакомых сказок, рассказов, передает интонацию и мимические движения.

15.3.2. К пяти годам:

ребёнок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности;

ребёнок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;

ребёнок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;

ребёнок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации;

ребёнок выполняет самостоятельно правила общения со взрослым, внимателен к его словам и мнению, стремится к познавательному, интеллектуальному общению со взрослыми: задает много вопросов поискового характера, стремится к одобряемым формам поведения, замечает ярко выраженное эмоциональное состояние окружающих людей, по примеру педагога проявляет сочувствие;

ребёнок без напоминания взрослого здоровается и прощается и говорит «спасибо» и «пожалуйста»;

ребёнок демонстрирует стремление к общению со сверстниками, по предложению педагога может договориться с детьми, стремится к самовыражению в деятельности, к признанию и уважению сверстников;

ребёнок познает правила безопасного поведения и стремится их выполнять в повседневной жизни;

ребёнок самостоятелен в самообслуживании;

ребёнок проявляет познавательный интерес к труду взрослых, профессиям, технике; отражает эти представления в играх;

ребёнок стремится к выполнению трудовых обязанностей, охотно включается в совместный труд со взрослыми или сверстниками;

ребёнок инициативен в разговоре, использует разные типы реплик и простые формы объяснительной речи, речевые контакты становятся более длительными и активными;

ребёнок большинство звуков произносит правильно, пользуется средствами эмоциональной и речевой выразительности;

ребёнок самостоятельно пересказывает знакомые сказки, с небольшой помощью взрослого составляет описательные рассказы и загадки;

ребёнок проявляет словотворчество, интерес к языку, с интересом слушает литературные тексты, воспроизводит текст;

ребёнок способен рассказать о предмете, его назначении и особенностях, о том, как он был создан;

ребёнок проявляет стремление к общению со сверстниками в процессе познавательной деятельности, осуществляет обмен информацией; охотно сотрудничает со взрослыми не только в совместной деятельности, но и в свободной самостоятельной; отличается высокой активностью и любознательностью;

ребёнок активно познает и называет свойства и качества предметов, особенности объектов природы, обследовательские действия; объединяет предметы и объекты в видовые категории с указанием характерных признаков;

ребёнок задает много вопросов поискового характера, включается в деятельность экспериментирования, использует исследовательские действия, предпринимает попытки сделать логические выводы;

ребёнок с удовольствием рассказывает о себе, своих желаниях, достижениях, семье, семейном быте, традициях; активно участвует в мероприятиях и праздниках готовящихся в группе, в ДОО, имеет представления о малой родине, названии населенного пункта, улицы, некоторых памятных местах;

ребёнок имеет представление о разнообразных представителях живой природы родного края, их особенностях, свойствах объектов неживой природы, сезонных изменениях в жизни природы, явлениях природы, интересуется природой, экспериментирует, положительно относится ко всем живым существам, знает правила поведения в природе, стремится самостоятельно ухаживать за растениями и животными, беречь их;

ребёнок владеет количественным и порядковым счетом в пределах пяти, умением непосредственно сравнивать предметы по форме и величине, различает части суток, знает их последовательность, понимает временную последовательность «вчера, сегодня, завтра», ориентируется от себя в движении;

использует математические представления для познания окружающей действительности;

ребёнок проявляет интерес к различным видам искусства, эмоционально откликается на отраженные в произведениях искусства действия, поступки, события;

ребёнок проявляет себя в разных видах музыкальной, изобразительной, театрализованной деятельности, используя выразительные и изобразительные средства;

ребёнок использует накопленный художественно-творческий опыт в самостоятельной деятельности, с желанием участвует в культурно-досуговой деятельности (праздниках, развлечениях и других видах культурно-досуговой деятельности);

ребёнок создает изображения и постройки в соответствии с темой, используя разнообразные материалы, владеет техническими и изобразительными умениями;

ребёнок называет роль до начала игры, обозначает новую роль по ходу игры, активно использует предметы-заместители, предлагает игровой замысел и проявляет инициативу в развитии сюжета, активно включается в ролевой диалог, проявляет творчество в создании игровой обстановки;

ребёнок принимает игровую задачу в играх с правилами, проявляет интерес к результату, выигрышу; ведет негромкий диалог с игрушками, комментирует их «действия» в режиссерских играх.

15.3.3. К шести годам:

ребёнок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;

ребёнок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявить творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;

ребёнок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;

ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;

ребёнок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих;

ребёнок настроен положительно по отношению к окружающим, охотно вступает в общение со взрослыми и сверстниками, проявляет сдержанность по отношению к незнакомым людям, при общении со взрослыми и сверстниками ориентируется на общепринятые нормы и правила культуры поведения, проявляет в поведении уважение и привязанность к родителям (законным представителям), демонстрирует уважение к педагогам, интересуется жизнью семьи и ДОО;

ребёнок способен различать разные эмоциональные состояния взрослых и сверстников, учитывает их в своем поведении, откликается на просьбу помочь, в оценке поступков опирается на нравственные представления;

ребёнок проявляет активность в стремлении к познанию разных видов труда и профессий, бережно относится к предметному миру как результату труда взрослых, стремится участвовать в труде взрослых, самостоятелен, инициативен в самообслуживании, участвует со сверстниками в разных видах повседневного и ручного труда;

ребёнок владеет Представлениями о безопасном поведении, соблюдает правила безопасного поведения в разных видах деятельности, демонстрирует умения правильно и безопасно пользоваться под присмотром взрослого бытовыми предметами и приборами, безопасного общения с незнакомыми животными, владеет основными правилами безопасного поведения на улице;

ребёнок регулирует свою активность в деятельности, умеет соблюдать очередность и учитывать права других людей, проявляет инициативу в общении и деятельности, задает вопросы различной направленности, слушает и понимает взрослого, действует по правилу или образцу в разных видах деятельности, способен к произвольным действиям;

ребёнок проявляет инициативу и самостоятельность в процессе придумывания загадок, сказок, рассказов, владеет первичными приемами аргументации и доказательства, демонстрирует богатый словарный запас, безошибочно пользуется обобщающими словами и понятиями, самостоятельно пересказывает рассказы и сказки, проявляет избирательное отношение к произведениям определенной тематики и жанра;

ребёнок испытывает познавательный интерес к событиям, находящимся за рамками личного опыта, фантазирует, предлагает пути решения проблем, имеет представления о социальном, предметном и природном мире; ребёнок устанавливает закономерности причинно-следственного характера, приводит логические высказывания; проявляет любознательность;

ребёнок использует математические знания, способы и средства для познания окружающего мира; способен к произвольным умственным действиям; логическим операциям анализа, сравнения, обобщения, систематизации, классификации и

другим, оперируя предметами разными по величине, форме, количеству; владеет счетом, ориентировкой в пространстве и времени;

ребёнок знает о цифровых средствах познания окружающей действительности, использует некоторые из них, придерживаясь правил безопасного обращения с ними;

ребёнок проявляет познавательный интерес к населенному пункту, в котором живет, знает некоторые сведения о его достопримечательностях, событиях городской и сельской жизни; знает название своей страны, её государственные символы;

ребёнок имеет представление о живой природе разных регионов России, может классифицировать объекты по разным признакам; имеет представление об особенностях и потребностях живого организма, изменениях в жизни природы в разные сезоны года, соблюдает правила поведения в природе, ухаживает за растениями и животными, бережно относится к ним;

ребёнок проявляет интерес и (или) с желанием занимается музыкальной, изобразительной, театрализованной деятельностью; различает виды, жанры, формы в музыке, изобразительном и театральном искусстве; проявляет музыкальные и художественно-творческие способности;

ребёнок принимает активное участие в праздничных программах и их подготовке; взаимодействует со всеми участниками культурно-досуговых мероприятий;

ребёнок самостоятельно определяет замысел рисунка, аппликации, лепки, постройки, создает образы и композиционные изображения, интегрируя освоенные техники и средства выразительности, использует разнообразные материалы;

ребёнок согласовывает свои интересы с интересами партнеров в игровой деятельности, умеет предложить и объяснить замысел игры, комбинировать сюжеты на основе разных событий, создавать игровые образы, управлять персонажами в режиссерской игре;

ребёнок проявляет интерес к игровому экспериментированию, развивающим и познавательным играм, в играх с готовым содержанием и правилами действует в точном соответствии с игровой задачей и правилами.

Планируемые результаты на этапе завершения освоения Федеральной программы (к концу дошкольного возраста):

у ребёнка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества;

ребёнок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движение и управлять ими;

ребёнок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;

ребёнок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пеших прогулках, осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;

ребёнок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;

ребёнок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;

ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;

ребёнок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в

двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;

ребёнок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям;

ребёнок соблюдает элементарные социальные нормы и правила поведения в различных видах деятельности, взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками;

ребёнок владеет средствами общения и способами взаимодействия со взрослыми и сверстниками; способен понимать и учитывать интересы и чувства других; договариваться и дружить со сверстниками; старается разрешать возникающие конфликты конструктивными способами;

ребёнок способен понимать свои переживания и причины их возникновения, регулировать свое поведение и осуществлять выбор социально одобряемых действий в конкретных ситуациях, обосновывать свои ценностные ориентации;

ребёнок стремится сохранять позитивную самооценку;

ребёнок проявляет положительное отношение к миру, разным видам труда, другим людям и самому себе;

у ребёнка выражено стремление заниматься социально значимой деятельностью; ребёнок способен откликаться на эмоции близких людей, проявлять эмпатию (сочувствие, сопереживание, содействие);

ребёнок способен к осуществлению социальной навигации как ориентации в социуме и соблюдению правил безопасности в реальном и цифровом взаимодействии;

ребёнок способен решать адекватные возрасту интеллектуальные, творческие и личностные задачи; применять накопленный опыт для осуществления различных видов детской деятельности, принимать собственные решения и проявлять инициативу;

ребёнок владеет речью как средством коммуникации, ведет диалог со

взрослыми и сверстниками, использует формулы речевого этикета в соответствии с ситуацией общения, владеет коммуникативно-речевыми умениями;

ребёнок знает и осмысленно воспринимает литературные произведения различных жанров, имеет предпочтения в жанрах литературы, проявляет интерес к книгам познавательного характера, определяет характеры персонажей, мотивы их поведения, оценивает поступки литературных героев;

ребёнок обладает начальными знаниями о природном и социальном мире, в котором он живет: элементарными Представлениями из области естествознания, математики, истории, искусства и спорта, информатики и инженерии и тому подобное; о себе, собственной принадлежности и принадлежности других людей к определенному полу; составе семьи, родственных отношениях и взаимосвязях, семейных традициях; об обществе, его национально-культурных ценностях; государстве и принадлежности к нему;

ребёнок проявляет любознательность, активно задает вопросы взрослым и сверстникам; интересуется субъективно новым и неизвестным в окружающем мире; способен самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать; строить смысловую картину окружающей реальности, использует основные культурные способы деятельности;

ребёнок имеет представление о жизни людей в России, имеет некоторые

представления о важных исторических событиях Отечества; имеет представление о многообразии стран и народов мира;

ребёнок способен применять в жизненных и игровых ситуациях знания о количестве, форме, величине предметов, пространстве и времени, умения считать, измерять, сравнивать, вычислять и тому подобное;

ребёнок имеет разнообразные познавательные умения:
определяет

противоречия, формулирует задачу исследования, использует разные способы и средства проверки предположений: сравнение с эталонами, классификацию, систематизацию, некоторые цифровые средства и другое;

ребёнок имеет представление о некоторых наиболее ярких представителях живой природы России и планеты, их отличительных признаках, среде обитания, потребностях живой природы, росте и развитии живых существ; свойствах неживой природы, сезонных изменениях в природе, наблюдает за погодой, живыми объектами, имеет сформированный познавательный интерес к природе, осознанно соблюдает правила поведения в природе, знает способы охраны природы, демонстрирует заботливое отношение к ней;

ребёнок способен воспринимать и понимать произведения различных видов искусства, имеет предпочтения в области музыкальной, изобразительной, театрализованной деятельности;

ребёнок выражает интерес к культурным традициям народа в процессе знакомства с различными видами и жанрами искусства; обладает начальными знаниями об искусстве;

ребёнок владеет умениями, навыками и средствами художественной выразительности в **различных** видах деятельности и искусства; использует различные технические приемы в свободной художественной деятельности;

ребёнок участвует в создании индивидуальных и коллективных творческих работ, тематических композиций к праздничным утренникам и развлечениям, художественных проектах;

ребёнок самостоятельно выбирает технику и выразительные средства для наиболее точной передачи образа и своего замысла, способен создавать сложные объекты и композиции, преобразовывать и использовать с учётом игровой ситуации; ребёнок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, предлагает и объясняет замысел игры, комбинирует сюжеты на основе реальных, вымышленных событий, выполняет несколько ролей в одной игре, подбирает разные средства для создания игровых образов, согласовывает свои интересы с интересами партнеров по игре, управляет персонажами в режиссерской игре;

ребёнок проявляет интерес к игровому экспериментированию с предметами, к развивающим и познавательным играм, в играх с готовым содержанием и правилами может объяснить содержание и правила игры другим детям, в совместной игре следит за точным выполнением правил всеми участниками;

ребёнок способен планировать свои действия, направленные на достижение конкретной цели; демонстрирует сформированные предпосылки к учебной деятельности и элементы готовности к школьному обучению

• **1.2. Планируемые результаты освоения рабочей программы.**

<i>Четвертый год жизни</i>	<i>Пятый год жизни</i>	<i>Шестой год жизни</i>	<i>Седьмой год жизни</i>
<p>- Владеет соответствующими возрасту основными движениями;</p> <p>- Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности;</p> <p>- Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях;</p> <p>- Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время);</p> <p>- Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление;</p> <p>- Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями;</p> <p>- Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы;</p> <p>- Может ползать на четвереньках, лазать по лесенки – стремянки, гимнастической стенке произвольным способом;</p> <p>- Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см;</p> <p>- Может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мяч об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить;</p> <p>метать предметы правой и левой рукой на расстоянии не менее 5 м.</p> <p>Младший дошкольный возраст – возраст активного приобщения к воде, подготовка к занятиям плаванием.</p> <p><u>К концу года дети должны</u></p>	<p>- Владеет соответствующими возрасту основными движениями;</p> <p>- Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности;</p> <p>- Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях;</p> <p>- Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время);</p> <p>- Принимает правильное и.п. при метании; может метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивает мяч о пол не менее 5 раз подряд; Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1, 5 м;</p> <p>- Умеет строится в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу;</p> <p>- Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны;</p> <p>- Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.</p> <p>К средней группе дети уже достаточно освоились в воде. Начинается</p>	<p>- Владеет соответствующими возрасту основными движениями;</p> <p>- Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности;</p> <p>- Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях;</p> <p>- Проявляет желания участвовать в играх с элементами соревнования, в играх – эстафетах;</p> <p>- Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп;</p> <p>- Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа;</p> <p>- Может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80см), с разбега (не менее 100см), в высоту с разбега (не менее 40см), прыгать через короткую и длинную скакалку;</p> <p>- Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстоянии 5-9м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в</p>	<p>- Сформированы основные качества и потребность в двигательной активности;</p> <p>- Движения ребёнка в подвижных играх, беге и ходьбе уверенные и ловкие;</p> <p>- Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп;</p> <p>- Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье);</p> <p>- Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстоянии не менее 100см, с разбега 180см; в высоту с разбега- не менее 50см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами;</p> <p>- Может перебрасывать набивные мячи (вес 1кг);</p> <p>Бросать предметы в цель из разных и.п., попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 5м;</p> <p>- Метать предметы правой и левой рукой на расстоянии 5-12м, метать предметы в движущуюся цель;</p>

<p><u>уметь:</u></p> <p>-Погружать лицо в воду. -Свободно передвигаться в воде: ходить вперед и назад в воде глубиной до бедер с помощью рук; бегать (игра «Догони меня», «Бегом за мячом»); пытаться выполнять упражнение «Крокодилчик». -Дуть на воду, пытаться выполнять вдох над водой и выдох в воду. -Прыгать по бассейну с продвижением вперед. -Выпрыгивать вверх из приседа в воде глубиной до бедер. -Пытаться лежать на воде вытянувшись в положении на груди.</p>	<p>новый этап: приобретение навыков плавания, таких как ныряние, лежание, скольжение, прыжки в воду, контролируемое дыхание, которые помогают чувствовать себя в воде достаточно надежно. Обучение нацелено на формирование умения находиться в воде в без опорном положении. Двигательные навыки, приобретенные в младшем возрасте, закрепляются уже на большой глубине. Упражнения усложняются, начинается применение плавательных и физических упражнений в воде под музыку. Повышаются требования к самостоятельности, организованности.</p> <p><u>К концу года дети должны уметь:</u></p> <p>-Погружать лицо и голову в воду. -Пытаться проплыть тоннель, подныривать под гимнастическую палку. -Делать попытку доставать предметы со дна. -Выполнять вдох над водой и выдох в воду с неподвижной опорой. -Выполнять серию прыжков продвижением вперед. -Выпрыгивать вверх из приседа в воде глубиной до бедер или до груди. -Скользить на груди, выполнять</p>	<p>ходьбе (расстояние 6м); -Владеет школой мяча; -Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие; -Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом; -Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр.</p> <p>К старшей группе дети хорошо передвигаются в воде. Продолжается закрепление основных навыков плавания.</p> <p><u>К концу года дети должны уметь:</u></p> <p>-Погружать лицо и голову в воду с задержкой дыхания; -Нырять в обруч, проплывать тоннель, подныривать под гимнастическую палку. -Доставать предметы со дна, выполнять игровое упражнение «Ловец». -Выполнять вдох над водой и выдох в воду с неподвижной опорой. -Выполнять серии выдохов в воду, упражнение на задержку дыхания «Кто дольше». -Скользить на груди без доски; -Пытаться скользить на спине, лежать с плавательной доской. -Продвигаться с плавательной доской с работой ног на груди. -Выполнять упражнения «Звездочка» на груди, на спине. -Выполнять упражнение «Поплавок».</p>	<p>-Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в 2 шеренги после расчета на 1-2, соблюдать интервалы во время передвижения; -Выполняет физические упражнения из разных и .п.</p> <p>Чётко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции;</p> <p>-Следит за правильной осанкой;</p> <p>-Участвует в играх с элементами спорта;</p> <p>В подготовительной к школе группе завершается обучение в детском саду. Но это не означает, что дети полностью овладевают технически правильными способами плавания. Большинство из них осваивает плавание кролем на груди и на спине в общих чертах. Их движения еще недостаточно слитны и точны, наблюдается нарушение ритма. Конечной целью не является обучение спортивному плаванию. Дети должны освоиться с водой, преодолеть водобоязнь, получить азы техники плавания. Главное необходимо научить маленьких пловцов пользоваться приобретенными навыками в различных сочетаниях и в самых разнообразных упражнениях, заложив</p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>упражнения в паре «На буксире».</p> <p>-Пытаться выполнить упражнения «Звездочка», «Медуза».</p>	<p>прочную основу для дальнейших занятий, выработать привычку к навыкам здорового образа жизни. На этом этапе продолжается усвоение и совершенствование плавательных движений. В играх и упражнениях воспитывается самостоятельность, организованность, решительность, уверенность в своих силах, инициативность, умение творчески использовать приобретенные навыки.</p> <p><u>К концу года дети должны уметь:</u></p> <p>-Погружаться в воду с задержкой дыхания;</p> <p>-Поднимать со дна предметы;</p> <p>-Нырять в обруч, проплывать тоннель, мост.</p> <p>-Выполнять вдох над водой и выдох в воду—с неподвижной опорой многократно;</p> <p>-Выполнять серии выдохов в воду, ритмичный вдох - выдох в сочетании с движениями ног, дышать в положении лежа на груди с поворотом головы в сторону с неподвижной опорой</p> <p>-Скользить на груди и на спине с работой ног.</p> <p>-Пытаться скользить на спине, лежать с плавательной доской.</p> <p>-Продвигаться с плавательной доской с работой ног на груди и на спине.</p> <p>-Выполнять упражнения «Звездочка» на груди, на спине, Упражнение «Осьминожка» на</p>
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

			длительность лежания. -Плывать на груди с работой ног. -Пытаться плавать способом на груди и на спине.
--	--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------

- Планируемые результаты отслеживаются в процессе проведения педагогической диагностики методом наблюдения. Показатели (критерии) диагностики см.

Приложение №1

Перечень оценочных материалов (педагогическая диагностика индивидуального развития детей), с указанием методов и источников диагностики, ее авторов по каждому направлению развития детей в соответствии с ФГОС ДО и требованиями ФООП.

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

16.2. Цели педагогической диагностики, а также особенности её проведения определяются требованиями ФГОС ДОО. При реализации Программы может проводиться оценка индивидуального развития детей, которая осуществляется педагогом в рамках педагогической диагностики. Вопрос о её проведении для получения информации о динамике возрастного развития ребёнка и успешности освоения им Программы, формах организации и методах решается непосредственно ОО.

16.3. Специфика педагогической диагностики достижения планируемых образовательных результатов обусловлена следующими требованиями ФГОС ДО:

планируемые результаты освоения основной образовательной программы ДО заданы как целевые ориентиры ДО и представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка на разных этапах дошкольного детства;

целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе и в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей и основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестации и итоговой аттестации обучающихся.

Данные положения подчеркивают направленность педагогической диагностики на оценку индивидуального развития детей дошкольного возраста, на основе которой определяется эффективность педагогических действий и осуществляется их дальнейшее планирование.

16.4. Результаты педагогической диагностики (мониторинга) могут

использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребёнка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);

2) оптимизации работы с группой детей.

16.5. Периодичность проведения педагогической диагностики определяется ДОО. Оптимальным является её проведение на начальном этапе освоения ребёнком образовательной программы в зависимости от времени его поступления в дошкольную группу (стартовая диагностика) и на завершающем этапе освоения программы его возрастной группой (заключительная, финальная диагностика). При проведении диагностики на начальном этапе учитывается адаптационный период пребывания ребёнка в группе. Сравнение результатов стартовой и финальной диагностики позволяет выявить индивидуальную динамику развития ребёнка.

16.6. Педагогическая диагностика индивидуального развития детей проводится педагогом в произвольной форме на основе малоформализованных диагностических методов: наблюдения, свободных бесед с детьми, анализа продуктов детской деятельности (рисунков, работ по лепке, аппликации, построек, поделок и тому подобное), специальных диагностических ситуаций. При необходимости педагог может использовать специальные методики диагностики физического, коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического развития.

16.7. Основным методом педагогической диагностики является наблюдение. Ориентирами для наблюдения являются возрастные характеристики развития ребёнка. Они выступают как обобщенные показатели возможных достижений детей на разных этапах дошкольного детства в соответствующих образовательных областях. Педагог наблюдает за поведением ребёнка в деятельности (игровой, общении, познавательно-исследовательской, изобразительной, конструировании, двигательной), разных ситуациях (в режимных процессах, в группе и на прогулке, совместной и самостоятельной деятельности детей и других ситуациях). В процессе наблюдения педагог отмечает особенности проявления ребёнком личностных качеств, деятельностных умений, интересов, предпочтений, фиксирует реакции на успехи и неудачи, поведение в конфликтных ситуациях и тому подобное.

Наблюдая за поведением ребёнка, педагог обращает внимание на частоту проявления каждого показателя, самостоятельность и инициативность ребёнка в деятельности. Частота проявления указывает на периодичность и степень устойчивости показателя. Самостоятельность выполнения действия позволяет определить зону актуального и ближайшего развития ребёнка. Инициативность свидетельствует о проявлении субъектности ребёнка в деятельности и взаимодействии

Результаты наблюдения фиксируются, способ и форму их регистрации педагог выбирает самостоятельно. Оптимальной формой фиксации результатов наблюдения может являться карта развития ребёнка. Педагог может составить её самостоятельно, отразив показатели возрастного развития ребёнка и критерии их оценивания. Фиксация данных наблюдения позволит педагогу выявить и проанализировать динамику в развитии ребёнка на определенном возрастном этапе, а также скорректировать образовательную деятельность с учётом индивидуальных особенностей развития ребёнка и его потребностей.

Результаты наблюдения могут быть дополнены беседами с детьми в

свободной форме, что позволяет выявить причины поступков, наличие интереса к определенному виду деятельности, уточнить знания о предметах и явлениях окружающей действительности и другое.

16.8. Анализ продуктов детской деятельности может осуществляться на основе изучения материалов портфолио ребёнка (рисунков, работ по аппликации, фотографий работ по лепке, построек, поделок и другого). Полученные в процессе анализа качественные характеристики существенно дополняют результаты наблюдения за продуктивной деятельностью детей (изобразительной, конструктивной, музыкальной и другой деятельностью).

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

16.10. При необходимости используется психологическая диагностика

развития детей (выявление и изучение индивидуально-психологических особенностей детей, причин возникновения трудностей в освоении образовательной программы), которую проводят квалифицированные специалисты (педагоги-психологи, психологи). Участие ребёнка в психологической диагностике допускается только с согласия его родителей (законных представителей). Результаты психологической диагностики могут использоваться для решения задач психологического сопровождения и оказания адресной психологической помощи.

Содержание ключевых компетентностей ребенка дошкольного возраста соответствует целевым ориентирам ФГОС ДО:

1. Социальная компетентность - успешное (активное, результативное) установление отношений с разными людьми, понимание своих чувств, желаний, действий.
2. Коммуникативная компетентность - понимание ребенком чужой речи и стремление донести свою мысль собеседникам.
3. Деятельностная компетентность - умение самостоятельно выбирать, планировать, осуществлять, оценивать и при необходимости корректировать результаты своих действий.
4. Информационная компетентность - умение пользоваться знаниями и опытом, называть доступные источники.
5. Здоровьесберегающая - готовность самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием и укреплением здоровья.

Общая картина по группе позволит выделить детей, которые нуждаются в особом внимании педагога и в отношении которых необходимо скорректировать, изменить способы взаимодействия. Данные мониторинга должны отражать динамику становления показателей, которые развиваются у дошкольников на протяжении всего образовательного процесса.

Мониторинг образовательных условий (внутренняя, самооценка).

Оценке подлежат условия реализации образовательной программы дошкольного образования. В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования определены требования к условиям реализации

образовательной программы, которые и подлежат мониторингу. Это требования: к финансовым условиям; к материально-техническим условиям; к предметно-развивающей среде; к психолого-педагогическим условиям; к кадровым условиям.

Мониторинг финансовых условий осуществляет заведующий детским садом. Основная цель мониторинга: учет поступающих из разных источников и расходуемых для организации образовательного процесса финансовых средств. Владение такой информацией поможет рационально планировать финансовое обеспечение образовательной деятельности, соотносить финансовые возможности и потребности детского сада в процессе функционирования и развития, фактически обосновывать необходимость дополнительного финансирования с учетом потребностей образовательной программы детского сада. Учет финансов ведется постоянно, в конце года подводятся итоги.

Мониторинг материально-технических условий осуществляется заместителями заведующего по административно-хозяйственной части и воспитательно-методической работе. **Основная цель мониторинга:** оценка соответствия созданных в детском саду материально-технических условий заданным нормативам и правилам, выявление нужд для обеспечения образовательного процесса необходимым оборудованием и материалами. Постоянно ведется учет имеющегося оборудования, а также планируется приобретение нового необходимого оборудования и материалов для оснащения развивающей среды детского сада.

Мониторинг кадровых условий осуществляется заместителями заведующего по административно-хозяйственной части и учебно-воспитательной работе. Основная цель мониторинга: сбор информации о потенциале кадрового состава (педагогах и обслуживающем персонале).

Мониторинг предметно-развивающей среды осуществляется педагогическим составом. Цель мониторинга: оценка развивающего потенциала предметной среды в группах и других помещениях, а также прогулочного участка детского сада. Для оценки используются разные виды контроля, осуществляемого методистом в течение учебного года (тематический, смотр-конкурс, самоконтроль, взаимоконтроль и др.); результаты контроля отражаются в аналитических справках. В качестве дополнительных источников информации можно использовать беседы с детьми, наблюдение за их самостоятельной деятельностью в группе, анкетирование родителей. Это позволяет узнать их мнение о средовых условиях, созданных в детском саду.

Мониторинг психолого-педагогических условий осуществляется педагогами и администрацией детского сада в течение года. Цель мониторинга: оценка атмосферы детского сада, профессиональной компетентности его сотрудников при решении образовательных задач. Такая оценка осуществляется методистом в течение учебного года при использовании оперативного контроля; педагогами при проведении самоанализа и взаимопосещений; изучается мнение родителей (через анкетирование), детей (в беседах).

Система внутреннего мониторинга представлена (**Приложение № 1**).

2. Содержательный раздел

Образовательная область «Физическое развитие»

Федеральная программа определяет содержательные линии образовательной деятельности, реализуемые ДОО по основным направлениям развития детей дошкольного возраста (социально-коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического, физического развития).

В каждой образовательной области сформулированы задачи и содержание образовательной деятельности, предусмотренное для освоения в каждой возрастной группе детей в возрасте от двух месяцев до семи-восьми лет. Представлены задачи воспитания, направленные на приобщение детей к

ценностям российского народа, формирование у них ценностного отношения к окружающему миру.

Более конкретное и дифференцированное по возрастам описание воспитательных задач приводится в Программе воспитания.

Основные образовательной деятельности	задачи	Содержание образовательной деятельности
Физическое развитие		
3-4 года		
<p>Обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре; развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал; формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность; укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности; закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные</p>		<p>Педагог формирует умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях. Выполнять общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения по показу; создает условия для активной двигательной деятельности и положительного эмоционального состояния детей. Педагог воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания сообща, действуя в общем для всех темпе. Организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре. Педагог продумывает и организует активный отдых, приобщает детей к здоровому образу жизни, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки. 1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения). Основные движения: бросание, катание, ловля, метание: прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади; скатывание мяча по наклонной доске; катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях; прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя и одной рукой; произвольное прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от педагога; бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой; подбрасывание мяча вверх и ловля его; бросание мяча о землю и ловля его; бросание и ловля мяча в парах; бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребенка, с расстояния 1,5 м; метание вдаль; перебрасывание мяча через сетку; ползание, лазанье: ползание на четвереньках на расстоянии 4-5-6 м до кегли (взять её, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой); по гимнастической скамейке, за катящимся мячом; проползание на четвереньках под 3-4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м); ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске; влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее; подлезание под дугу, не касаясь руками пола; ходьба: ходьба в заданном направлении, небольшими группами, друг за другом по ориентирам (по прямой, по кругу, обходя предметы, вращаясь, «змейкой», с поворотом и сменой направления); на носках; высоко поднимая колени, перешагивая предметы, с остановкой по сигналу; парами друг за другом, в разных направлениях; с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше); по наклонной доске; в чередовании с бегом; бег: бег группами и по одному за направляющим, вращаясь, со сменой темпа; по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; убежание от ловящего, ловля убегающего; бег в течение 50-60 сек; быстрый бег 10-15 м; медленный бег 120-150 м; прыжки: прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону); в длину с места (не менее 40 см); через 2 линии (расстояние 25-30 см), из обруча в обруч (плоский) по прямой; через 4-6 параллельных линий (расстояние 15-20 см); спрыгивание (высота 10-15 см), перепрыгивание через веревку (высота 2-5 см); упражнения в равновесии: ходьба по прямой и извилистой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2- 2,5 м), обычным и приставным шагом; по гимнастической скамейке, по ребристой доске, наклонной доске; перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу; по шнуру, плоскому обручу, лежащему на полу, приставным шагом; с выполнением заданий (присесть, встать и продолжить движение); на носках, с остановкой. Общеразвивающие упражнения: упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого</p>

<p>привычки, приобщая к здоровому образу жизни.</p>	<p>пояса: поднимание и опускание прямых рук вперед, отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно); перекладывание предмета из одной руки в другую; хлопки над головой и перед собой; махи руками; упражнения для кистей рук; упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: потягивание, приседание, обхватив руками колени; наклоны вперед и в стороны; сгибание и разгибание ног из положения сидя; поднимание и опускание ног из положения лежа; повороты со спины на живот и обратно; упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: поднимание и опускание ног, согнутых в коленях; приседание с предметами, поднимание на носки; выставление ноги вперед, в сторону, назад; музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальных занятиях, педагог включает в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры: ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом; поочередное выставление ноги вперед, на пятку, притопывание, приседания «пружинки», кружение; имитационные движения - разнообразные упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и так далее). Строевые упражнения: педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам; перестроение в колонну по два, в рассыпную, смыкание и размыкание обычным шагом, повороты направо и налево переступанием. Педагог выполняет вместе с детьми упражнения из разных исходных положений (стоя, ноги слегка расставлены, ноги врозь, сидя, лежа на спине, животе, с заданным положением рук), с предметами (кубики двух цветов, флажки, кегли и другое). 2) Подвижные игры: педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры. Воспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает). 3) Спортивные упражнения: педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей. Катание на санках: по прямой, перевоза игрушки или друг друга, и самостоятельно с невысокой горки. Ходьба на лыжах: по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, с поворотами переступанием. Катание на трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево. 4) Формирование основ здорового образа жизни: педагог поддерживает стремление ребенка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками; формирует первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила). 5) Активный отдых. Физкультурные досуги: досуг проводится 1-2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения. Дни здоровья: в этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия). День здоровья проводится один раз в квартал</p>
4-5 лет	
<p>Обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения,</p>	<p>Педагог формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.</p>

<p>общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр; формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве; воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений; продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта; укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания; формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.</p>	<p>Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья. 1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения). Основные движения: бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см; прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога; прокатывание обруча друг другу в парах; подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол; бросание и ловля мяча в паре; перебрасывание мяча друг другу в круг; бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет; отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд; подбрасывание и ловля мяча не менее 3-4 раз подряд; бросание мяча двумя руками из-за головы сидя; бросание вдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2-2,5 м; ползание, лазанье: ползание на четвереньках «змейкой» между расставленными кеглями, по наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; проползание в обручи, под дуги; влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек; переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1-2 рейки, ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони; подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком; ходьба: ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг, «змейкой», с остановкой по сигналу, в противоположную сторону; со сменой ведущего; в чередовании с бегом, прыжками; приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте; с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной); бег: бег в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени; обегая предметы; на месте; бег в рассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; в парах; по кругу, держась за руки; со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; непрерывный бег 1-1,5 мин; пробегание 30-40 м в чередовании с ходьбой 2-3 раза; медленный бег 150-200 м; бег на скорость 20 м; челночный бег 2х5 м; перебежание подгруппами по 5-6 человек с одной стороны площадки на другую; бег в рассыпную с ловлей и увертыванием; прыжки: прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь, стараясь достать предмет, подвешенный над головой; подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м; перепрыгивание через шнур, плоский кубик (высота 5 см), через 4-6 линий (расстояние между линиями 40-50 см); выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; прыжки в длину с места; спрыгивание со скамейки; прямой галоп; попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой; упражнения в равновесии: ходьба по доске, по скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны); ходьба по доске до конца и обратно с поворотом; ходьба по наклонной доске вверх и вниз; стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе; пробегание по наклонной доске вверх и вниз; ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней; кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны. Педагог обучает разнообразным упражнениям, которые дети могут переносить в самостоятельную двигательную деятельность. Общеразвивающие упражнения: упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью); переключивание предмета из одной руки в другую; сгибание и разгибание рук, махи руками; сжимание и разжимание кистей рук, вращение кистями; выполнение упражнений пальчиковой гимнастики; повороты головы вправо и влево, наклоны головы; упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: наклоны вперед, вправо, влево, повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя; поочередное поднятие ног из положения лежа на спине, на животе, стоя на четвереньках; упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног; отведение</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

ноги вперед, в сторону, назад; выставление ноги на пятку (носок); приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны; поднимание на носки и опускание на всю ступню; захватывание стопами и перекладывание предметов с места на место. Повышаются требования к детям при выполнении общеразвивающих упражнений. Педагог предлагает выполнять общеразвивающие упражнения из разных исходных положений, в разном темпе (медленном, среднем, быстром) с предметами и без них. К предметам и пособиям, названным ранее, добавляются малые мячи, косички, палки, обручи и другое. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы. Ритмическая гимнастика: музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ритмичная ходьба под музыку в разном темпе; на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком, прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку; выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное «выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками. Строевые упражнения: педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, по два, по росту, в рассыпную; размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без; перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении; повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.

2) Подвижные игры: педагог продолжает закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх, поощряет желание выполнять роль водящего, развивает пространственную ориентировку, самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников; приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творчества (придумывание и комбинирование движений в игре), способности детей.

3) Спортивные упражнения: педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей. Катание на санках: подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга. Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью. Ходьба на лыжах: скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору «ступающим шагом» и «полуёлочкой».

4) Формирование основ здорового образа жизни: педагог уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и другое), способствует пониманию детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Формирует первичные представления об отдельных видах спорта.

5) Активный отдых. Физкультурные праздники и досуги: педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1-1,5 часов. Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения. Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, включать подвижные игры народов России. Дни здоровья проводятся 1 раз в три месяца. В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные

мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе	
5-6 лет	
<p>Обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки; развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде; воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха; продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов; укреплять здоровье</p>	<p>Педагог совершенствует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживает детскую инициативу. Закрепляет умение осуществлять самоконтроль и оценку качества выполнения упражнений другими детьми; создает условия для освоения элементов спортивных игр, использует игры-эстафеты; поощряет осознанное выполнение упражнений и соблюдение правил в подвижных играх; поддерживает предложенные детьми варианты их усложнения; поощряет проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками. Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образе жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности. Организует для детей и родителей (законных представителей) туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой. 1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения). Основные движения: бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой {правой и левой); прокатывание обруча, бег за ним и ловля; прокатывание набивного мяча; передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях; перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5-6 м; метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); перебрасывание мяча из одной руки в другую; подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд; перебрасывание мяча через сетку, забрасывание его в баскетбольную корзину; ползание, лазанье: ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени), ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м), «змейкой» между кеглями; переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле; ползание на животе; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по скамейке назад; проползание под скамейкой; лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом; ходьба: ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м; ходьба «змейкой» без ориентиров; в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты; бег: бег в колонне по одному, «змейкой», с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих; бег с пролезанием в обруч; с ловлей и увертыванием; высоко поднимая колени; между расставленными предметами; группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих; в заданном темпе, обегая предметы; мелким и широким шагом; непрерывный бег 1,5-2 мин; медленный бег 250-300 м; быстрый бег 10 м 2-3-4 раза; челночный бег 2x10 м, 3x10 м; пробегание на скорость 20 м; бег под вращающейся скакалкой; прыжки: подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь; на одной ноге; подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной; подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок; перепрыгивание с места предметы высотой 30 см; спрыгивание с высоты в обозначенное место; подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза; подпрыгивание на одной ноге 10-15 раз; прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3-4 м; на одной ноге (правой и левой) 2-2,5 м; перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами; прыжки в длину с места; в высоту с разбега; в длину с разбега; прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3-5 см); перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом; прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку; упражнения в равновесии: ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой; стойка на гимнастической скамье на одной ноге; поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; пробегание по скамье; ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); приседание после бега на носках, руки в стороны; кружение парами, держась за руки; «ласточка». Педагог</p>

<p>ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания; расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха; воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.</p>	<p>продолжает обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности. Общеразвивающие упражнения: упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно); махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя; переключивание предмета из одной руки в другую впереди и сзади себя; поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь); сжимание и разжимание кистей; упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: поднимание рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь её затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине; наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево; поднимание ног, сгибание и разгибание и скрепление их из исходного положения лежа на спине; упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: приседание, обхватывая колени руками; махи ногами; поочередное поднимание и опускание ног из положения лежа на спине, руки в упоре; захватывание предметов ступнями и пальцами ног и переключивание их с места на место. Педагог поддерживает стремление детей выполнять упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими). Подбирает упражнения из разнообразных исходных положений: сидя, лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги вместе, врозь; руки вниз, на поясе, перед грудью, за спиной). Педагог поддерживает инициативу, самостоятельность и поощряет комбинирование и придумывание детьми новых общеразвивающих упражнений. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики и другие формы физкультурно-оздоровительной работы. Ритмическая гимнастика: музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, некоторые из упражнений в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ходьба и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах, на носках, пружинящим, топающим шагом, «с каблука», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа легкой ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение); подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружение по одному и в парах, комбинации из двух-трех освоенных движений. Строевые упражнения: педагог продолжает обучение детей строевым упражнениям: построение по росту, поддерживая равнение в колонне, шеренге; построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по три, в две шеренги на месте и при передвижении; размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком; ходьба «змейкой», расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары.</p> <p>2) Подвижные игры: педагог продолжает закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах, оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность. Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.</p> <p>3) Спортивные игры: педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей. Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м); знание 3-4 фигур. Элементы баскетбола: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам.</p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом. Элементы футбола: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; ведение мяча ногой между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3-5 м); игра по упрощенным правилам. 4) Спортивные упражнения: педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от условий: наличия оборудования и климатических условий региона. Катание на санках: по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки. Ходьба на лыжах: по лыжне (на расстояние до 500 м); скользящим шагом; повороты на месте (направо и налево) с переступанием; подъем на склон прямо «ступающим шагом», «полуёлочкой» (прямо и наискось), соблюдая правила безопасного передвижения. Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с разворотом, с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила безопасного передвижения. 5) Формирование основ здорового образа жизни: педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья). 6) Активный отдых. Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры. Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 30-40 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания. Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, олимпиаде и другим спортивным событиям, включать подвижные игры народов России. Дни здоровья: педагог проводит 1 раз в квартал. В этот день проводятся оздоровительные мероприятия и туристские прогулки. Туристские прогулки и экскурсии. Педагог организует для детей непродолжительные пешие прогулки и экскурсии с постепенно удлиняющимися переходами - на стадион, в парк, на берег моря и другое. Время перехода в одну сторону составляет 30-40 минут, общая продолжительность не более 1,5-2 часов. Время непрерывного движения 20 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. Педагог формирует представления о туризме как виде активного отдыха и способе ознакомления с природой и культурой родного края; оказывает помощь в подборе снаряжения (необходимых вещей и одежды) для туристской прогулки, организует наблюдение за природой, обучает ориентироваться на местности, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения, осторожность в преодолении препятствий; организует с детьми разнообразные подвижные игры во время остановки.</p>
6-7 лет	
<p>Обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и</p>	<p>Педагог создает условия для дальнейшего совершенствования основных движений, развития психофизических качеств и способностей, закрепления общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений и их комбинаций, спортивных упражнений, освоения элементов спортивных игр, игр-эстафет. Поощряет стремление выполнять упражнения технично, рационально, экономно, выразительно, в соответствии с разнообразным характером музыки, ритмом, темпом, амплитудой. В процессе организации разных форм физкультурно-оздоровительной работы педагог обучает детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и давать оценку качества выполнения упражнений. Поддерживает стремление творчески использовать двигательный опыт в</p>

<p>выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки; развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество; поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде; воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха; формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта; сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления,</p>	<p>самостоятельной деятельности и на занятиях гимнастикой, самостоятельно организовывать и придумывать подвижные игры, общеразвивающие упражнения, комбинировать их элементы, импровизировать. Педагог продолжает приобщать детей к здоровому образу жизни: расширяет и уточняет представления о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, оздоровительных мероприятиях, поддерживает интерес к физической культуре, спорту и туризму, активному отдыху, воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих. 1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения). Основные движения: бросание, катание, ловля, метание: бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд, одной рукой не менее 10 раз; передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки, лежа на животе и на спине, в ходьбе; прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей; перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; одной рукой от плеча; передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую; метание в цель из положения стоя на коленях и сидя; метание вдаль, метание в движущуюся цель; забрасывание мяча в баскетбольную корзину; катание мяча правой и левой ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу; ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу; ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому). ползание, лазанье: ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад; на животе и на спине, отталкиваясь руками и ногами; влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименным и разноименным способом; перелезание с пролета на пролет по диагонали; пролезание в обруч разными способами; лазанье по веревочной лестнице; выполнение упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками); влезание по канату на доступную высоту; ходьба: ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед; выпадами, с закрытыми глазами, приставными шагами назад; в приседе, с различными движениями рук, в различных построениях; бег: бег в колонне по одному, враспынную, парами, тройками, четверками; с остановкой по сигналу, в сочетании с прыжками (с линии на линию, из кружка в кружок); высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук; с захлестыванием голени назад; выбрасывая прямые ноги вперед; бег 10 мс наименьшим числом шагов; медленный бег до 2-3 минут; быстрый бег 20 м 2-3 раза с перерывами; челночный бег 3x10 м; бег наперегонки; бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению, сидя по-турецки, лежа на спине, головой к направлению бега); бег со скакалкой, бег по пересеченной местности; прыжки: подпрыгивания на двух ногах 30 раз в чередовании с ходьбой, на месте и с поворотом кругом; смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук; впрыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага; подпрыгивания вверх из глубокого приседа; прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек; прыжки в длину и в высоту с места и с разбега на соревнование; прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них; прыжки с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через обруч, вращая его как скакалку; прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, прыжки через вращающуюся скакалку с места; вбегание под вращающуюся скакалку - прыжок - выбегание; пробегание под вращающейся скакалкой парами. упражнения в равновесии: подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя перед собой набивной мяч; стойка на носках; стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием посередине палки, пролезанием в обруч, приседанием и поворотом кругом; ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку скамейки; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком; ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колени другой ноги мешочек с песком; ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони; кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы; после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение «ласточки». Педагог способствует совершенствованию двигательных навыков детей, создает условия для поддержания инициативы и развития творчества, выполнения упражнений в различных условиях и комбинациях, использования двигательного опыта в игровой деятельности и повседневной жизни. Общеразвивающие</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий; воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям</p>	<p>упражнения: упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание и опускание рук (одновременное, поочередное и последовательное) вперед, в сторону, вверх, сгибание и разгибание рук; сжимание пальцев в кулак и разжимание; махи и рывки руками; круговые движения вперед и назад; упражнения пальчиковой гимнастики; упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений, наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя; поочередное поднимание и опускание ног лежа на спине; упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног, махи ногами из положения стоя, держась за опору, лежа на боку, сидя, стоя на четвереньках; выпады вперед и в сторону; приседания у стены (затылок, лопатки, ягодицы и пятки касаются стены); подошвенное и тыльное сгибание и разгибание стоп; захватывание предметов ступнями и пальцами ног, переключивание их с места на место. Педагог проводит с детьми разнообразные упражнения с акцентом на качестве выполнения движений, в том числе, в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с разным мышечным напряжением и амплитудой, с музыкальным сопровождением. Предлагает упражнения с разноименными движениями рук и ног, на ориентировку в пространстве, с усложнением исходных положений и техники выполнения (вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кистях рук, перед собой и сбоку и другое). Педагог поддерживает и поощряет инициативу, самостоятельность и творчество детей (придумать новое упражнение или комбинацию из знакомых движений). Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы. Ритмическая гимнастика: музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Могут быть использованы следующие упражнения, разученные на музыкальных занятиях: танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками, поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, на носок, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад а сторону, кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону на носок и на пятку, комбинации из двух-трех движений в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук, в сторону в такт и ритм музыки. Строевые упражнения: педагог совершенствует навыки детей в построении, перестроении, передвижении строем: быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному и по два, в круг, в шеренгу; равнение в колонне, шеренге; перестроение из одной колонны в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2- 3); расчет на первый - второй и перестроение из одной шеренги в две; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево кругом; повороты во время ходьбы на углах площадки. 2)Подвижные игры: педагог продолжает знакомить детей подвижным играм, поощряет использование детьми в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр (в том числе, игр с элементами соревнования, игр-эстафет), способствующих развитию психофизических и личностных качеств, координации движений, умению ориентироваться в пространстве. Педагог поддерживает стремление детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; побуждает проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность. Поощряет творчество детей, желание детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать. Продолжает воспитывать сплоченность, взаимопомощь, чувство ответственности за успехи и достижения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности. Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности. 3)Спортивные игры: педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей. Городки: бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение; знание 4-5 фигур, выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит. Элементы баскетбола: передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча); перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; ловля летящего мяча на</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и тому подобное) и с разных сторон; забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча; ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу. Элементы футбола: передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте; ведение мяча «змейкой» между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота, игра по упрощенным правилам. Элементы хоккея: (без коньков - на снегу, на траве): ведение шайбы клюшкой, не отрывая её от шайбы; прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживание шайбы клюшкой; ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними; забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева); попадание шайбой в ворота, ударяя по ней с места и после ведения. Бадминтон: перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку. Элементы настольного тенниса: подготовительные упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену); подача мяча через сетку после его отскока от стола. 4) Спортивные упражнения: педагог продолжает обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей. Катание на санках: игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость. Ходьба на лыжах: скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500-600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий; попеременным двухшажным ходом (с палками); повороты переступанием в движении; поднимание на горку «лесенкой», «ёлочкой». Катание на коньках: удержание равновесия и принятие исходного положения на коньках (на снегу, на льду); приседания из исходного положения; скольжение на двух ногах с разбега; повороты направо и налево во время скольжения, торможения; скольжение на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь. Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость. 5) Формирование основ здорового образа жизни: педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья; разных видах спорта (санный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и другие), спортивных событиях и достижениях отечественных спортсменов. Дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем, оборудованием), во время туристских прогулок и экскурсий. Приучает детей следить за своей осанкой, формирует представление о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей. 6) Активный отдых. Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников предусматривают сезонные спортивные упражнения, элементы соревнования, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнений. Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 40-45 минут. Содержание досуга включает: подвижные игры, в том числе, игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, творческие задания. Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, ярким спортивным событиям и достижениям выдающихся спортсменов. Дни здоровья: проводятся 1 раз в квартал. В этот день педагог организует оздоровительные мероприятия, в том числе физкультурные досуги, и туристские прогулки. Туристские прогулки и экскурсии организуются при наличии возможности дополнительного сопровождения и организации санитарных стоянок. Педагог организует пешеходные прогулки. Время перехода в одну сторону составляет 35-40 минут, общая продолжительность не более 2-2,5 часов. Время непрерывного движения 20-30 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. В ходе туристской прогулки с детьми проводятся подвижные игры и соревнования, наблюдения за

	природой родного края, ознакомление с памятниками истории, боевой и трудовой славы, трудом людей разных профессий. Для организации детского туризма педагог формирует представления о туризме, как форме активного отдыха, туристских маршрутах, видах туризма, правилах безопасности и ориентировки на местности: правильно по погоде одеваться для прогулки, знать содержимое походной аптечки, укладывать рюкзак весом от 500 гр. до 1 кг (более тяжелые вещи класть на дно, скручивать валиком и аккуратно укладывать запасные вещи и коврик, продукты, мелкие вещи, игрушки, регулировать лямки); преодолевать несложные препятствия на пути, наблюдать за природой и фиксировать результаты наблюдений, ориентироваться на местности, оказывать помощь товарищу, осуществлять страховку при преодолении препятствий, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения во время туристской прогулки.
--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Часть, формируемая участниками образовательных отношений

«МЫ – комсомольчане». Региональный компонент

Развивать эмоциональную свободу, физическую выносливость, смекалку, ловкость через традиционные игры и забавы Дальневосточного края.

Программа «Истоки» И.А. Кузьмин (подготовительная группа)

Развивать интерес к русским народным играм

Дополнительная образовательная услуга кружок (бесплатный) Рабочая программа «Ручной мяч» инструктор по физкультуре Дворная С.Н.

Познакомить и обучить детей правилам игры в ручной мяч;

Развивать координацию движений и мелкую моторику рук

Развивать глазомер, ловкость и меткость

Совершенствовать навыки передачи, ловли, ведения и бросков мяча через сетку и применять их в игровой ситуации.

Формировать умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом.

Воспитывать умение играть в команде, подчинять собственные интересы желаниям коллектива.

Путем различных коллективных действий содействовать воспитанию активности, самостоятельности, дисциплинированности.

Оптимизация двигательной деятельности детей 3-7 лет, за счёт включения в структуру ННОД по физическому развитию элементов фитбол-гимнастики, пальчиковой гимнастики, дыхательной гимнастики, стретчинга.

Фитбол-гимнастика	Дыхательная гимнастика	Пальчиковая гимнастика	Стретчинг
<p><i>Задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Развивать силу мышц, способствующих формированию правильной осанки; -Развивать двигательную сферу ребёнка и его физические качества; -Воспитывать потребность в физических упражнениях и играх. 	<p><i>Задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -укреплять дыхательную мускулатуру; -способствовать нормализации дыхания; -способствовать осуществлению профилактики простудных 	<p><i>Задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -укреплять мелкую моторику; -тренировать тонкие движения пальцев кистей рук. 	<p><i>Задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Развивать гибкость и подвижность в суставах, за счёт статических растяжек мышц тела и суставно-связочного аппарата рук, ног, позвоночника; -Способствовать оздоровительному воздействию на весь организм.

	заболеваний.		
Младший дошкольный возраст			
<i>Сентябрь-ноябрь</i>			
-Дать представления о форме и физических свойствах фитбол-мяча	«Регулировщик» «Цветок распускается»	«Осенние листья» «Домик» «За ягодами»	«Слоник» «Вафелька» «Змея» «Черепашка» «Солнечные лучики»
<i>Декабрь-февраль</i>			
-Научить правильной посадке на фит-бол-мяче	«Лес шумит» «Травушка колышится»	«Дружба» «В домике» «Снежок» «Мы во двор пошли гулять»	«Дереvence» «Звезда» «Лягушка» «Колобок» «Цветок»
<i>Март-май</i>			
-Учить базовым положениям при выполнении упражнений (сидя, лёжа, стоя на коленях)	«Травушка растёт» «Волны шумят»	«Стирали платочки» «Капель» «Ласточка» «Кормушка»	«Морская звезда» «Крылья» «Цапля» «Слоник» «Верблюды» «Кошечка»
Средний дошкольный возраст			
<i>Сентябрь-ноябрь</i>			
-Учить сохранять правильную осанку при выполнении упражнений на разные группы мышц в сочетании с покачиванием на фитбол мяче.	«Нырание» «Шарик»	«Осенние листья» «Домик» «За ягодами»	«Колобок» «Смешной клоун» «Звезда» «Солнечные лучики» «Вафелька» «Самолёт»
<i>Декабрь-январь</i>			
-Развивать равновесие и координацию при выполнении простейших упражнений на фит-бол мяче.	«Хлопушка» «Здравствуй солнышко»	«Дружба» «В домике» «Снежок» «Мы во двор пошли гулять»	«Коробочка» «Лисичка» «Цветочек» «Черепашка»

		гулять»	«Веточка» «Морская звезда»
<i>Март-май</i>			
-Развивать равновесие и правильную осанку при выполнении упражнений с разными положениями на мячи	«Помашем крыльями, как петушок» «Каша кипит» «1-2-3-4-5!»	«Стирали платочки» «Капель» «Ласточка» «Кормушка»	«Змея» «Жучок» «Волна» «Гора» «Волк» «Ручей»
Старший дошкольный возраст			
<i>Сентябрь-ноябрь</i>			
-Учить выполнять комплекс ОРУ с фит-болом в едином для всей группы темпе	«Регулировщик» «Цветок распускается» «Лес шумит»	«Осенние листья» «Дружба» «Засолка капусты» «Кормушка»	«Дуб» «Вафелька» «Самолёт» «Лисичка» «Колобок» «Собачка» «Солнышко садится за горизонт» «Журавль»
<i>Декабрь-февраль</i>			
-Учить выполнению упражнений на растягивание с фит-болом	«Травушка колышится» «Травушка растёт» «Волны шумят»	«Ёлочка» «Замок» «Петушок»	«Вторая поза воина» «Кузнечик» «Фонарик» «Черепашка» «Паучок» «Матрёшка» «Ракета» «Павлин»
<i>Март-май</i>			

-Учить выполнению упражнений на расслабление с фитболом	«Ныряние» «Шарик» «Хлопушка»	«Компот» «Флажок» «5 пальчиков»	«Кустик» «Бабочка» «Сундучок» «Ёлка» «Сорванный цветок» «Пушка» «Тигр» «Павлин» «Ковшик»
Подготовительная группа			
<i>Сентябрь-ноябрь</i>			
-Совершенствовать качество выполнения упражнений в равновесии	«Вырасти большой» «Ветер» «Гуси летят» «Поворот»	«Осенние листья» «Дружба» «Засолка капусты» «Кормушка»	«Звезда» «Пушка» «Паучок» «Замок» «Жучок» «Поза воина» «Качели» «Кузнечик» «Тигр»
<i>Декабрь-февраль</i>			
-Совершенствовать технику выполнения ОРУ с фит-болом	«Дыхание» «Ёжик» «Задувание свечи» «Регулировщик»	«Ёлочка» «Замок» «Петушок»	«Верблюды» «Черепашка» «Вторая поза воина» «Лебедь» «Русалочка» «Фонарик» «Гора» «Ласточка» «Пенёк»

<i>Март-май</i>			
- Совершенствовать технику выполнения упражнений из разных и.п.	«Маятник» «Насос» «Петух» «Светофор»	«Компот» «Флажок» «5 пальчиков»	«Месяц» «Скамейка» «Жираф» «Колобок» «Окошко» «Бабочка полетела» «Ручей» «Маленькая ёлочка» «Червячок»
Планируемые результаты			
-Ребёнок знает, что такое фит-бол, может применять его в самостоятельной двигательной деятельности; -у ребёнка формируется представление о пользе выполнения упражнений с фитболом для укрепления здоровья; -воспитывается чувство ответственности за правильное выполнение упражнений с фитболом.	-Дети выполняют вдох через нос, не поднимая плечи; -выдох выполняют длительным и плавным, не надувая щёки.	-У ребёнка, кисти рук становятся более развитыми, подвижными, активными при выполнении движений, связанных с катанием, ловлей, бросанием, лазаньем, прыжков через скакалку и др.	-Дети гораздо меньше болеют, становятся более открытыми для общения не только для взрослых, но и между собой; -развивается эластичность мышц, координация движения; -воспитываются выносливость и старательность.

Планируемые результаты в части, формируемой участниками образовательных отношений.

3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
-Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания; -Проявляет умения самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием и укреплением здоровья; -С удовольствием делает зарядку,	-Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания; -Проявляет умения самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием и укреплением здоровья; -С удовольствием делает зарядку,	-Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания. Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений; -Имеет начальные представления о составляющих здорового образа жизни и о факторах, разрушающих	-Соблюдает элементарные правила здорового образа жизни; -Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений; -Всегда следит за правильной осанкой; -Имеет сформированные представления о

ленивую гимнастику.	ленивую гимнастику.	здоровье; -Знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня; -Начинает проявлять умения заботиться о своём здоровье.	здоровом образе жизни; -Имеет представления о значении двигательной активности, о пользе и видах закаливающих процедур.
---------------------	---------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Основные направления организации партнерской деятельности взрослого с детьми:

включенность воспитателя в деятельность наравне с детьми;
добровольное присоединение детей к деятельности (без психического и дисциплинарного принуждения);

свободное общение и перемещение детей во время деятельности (при соответствии организации развивающей среды в группе);

открытый временной конец образовательной деятельности (каждый ребенок работает в своем темпе).

Формы совместной деятельности взрослого и детей:

- игры, игровые упражнения, чтение, ситуации: естественные и специально- созданные (морального выбора, игровые, проблемные, общения и взаимодействия), викторины, конкурсы, проектная деятельность, экспериментирование (практическое экспериментирование и исследовательские действия направлены на постижение всего многообразия окружающего мира посредством реальных опытов с реальными предметами и их свойствами. Благодаря практическому экспериментированию дети могут определять плавучесть предметов, свойства воды и луча света, свойства магнита и пр.; умственное экспериментирование в отличие от практической формы осуществляется только в мысленном плане (в уме). Умственные исследования осуществляются с помощью поиска ответов на поставленные вопросы, разбора и решения проблемных ситуаций; социальное экспериментирование: объект изучения и эксперимента — отношения ребёнка с его социальным окружением: сверстниками, другими детьми (более младшими или более старшими), детьми противоположного пола, со взрослыми (педагогами и близкими).

Цель: поиск новых эффективных форм и способов общения, удовлетворение потребности в самоутверждении, «поиск себя» в разных видах детской деятельности: конструировании, музыке, изобразительной деятельности и пр.) и исследование, коллекционирование, беседы, загадки, рассказы, мастерские, формы совместной музыкально- художественной деятельности.

Формы работы по образовательным областям

Формы организации совместно деятельности младшего дошкольного возраста

	1 половина дня	2 половина дня
--	----------------	----------------

Физическое развитие (физическая культура, здоровье)	утренняя гимнастика (в теплое время года на улице) физкультурные занятия физкультминутки на занятиях Ситуативный разговор, беседы игры валеологической направленности гигиенические процедуры ежедневное закаливание детей в (пребывание ребенка в облегченной одежде при комфортной температуре в помещении, одежда по сезону на прогулке, обширное умывание, воздушные ванны) Подвижные, спортивные игры, физические упражнения и другие виды двигательной активности (в помещении) Прогулка в первой половине дня	Дневной сон без маек Физические упражнения после дневного сна (сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями) Закаливание после дневного сна (воздушная ванна и водные процедуры) упражнения на дыхание массаж точечный игры с тренажерами для глаз Прогулка в первой и второй половине дня физкультурные досуги, игры, развлечения (в теплое время года на улице) самостоятельная двигательная активность кружок «Здоровячок»
-----------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Старший дошкольный возраст

	1 половина дня	2 половина дня
Физическое развитие	утренняя гимнастика (в теплое время года на улице) физкультурные занятия (в теплое время года на улице) физкультминутки на занятиях беседы, игры валеологической направленности гигиенические процедуры ежедневное закаливание детей в (обширное умывание, полоскание рта, воздушные ванны) закаливание в повседневной жизни Подвижные, спортивные игры, физические упражнения и другие виды двигательной активности Прогулка в первой половине дня	Дневной сон без маек Физические упражнения после дневного сна (сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями) Закаливание после дневного сна (воздушные и водные процедуры, ходьба босиком, ходьба по дорожкам, точечный массаж, самомассаж.) упражнения на дыхание игры с тренажерами для глаз Прогулка (индивидуальная работа по развитию движений) физ-ые досуги, игры, развлечения (в теплое время года на улице), самостоятельная двигательная активность

2.2 Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы

ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

Наряду с базовым дошкольным образованием в МДОУ осуществляется дополнительное образование с учетом возможностей и пожеланий родителей(законных представителей) Дополнительный компонент реализуется на основе следующего программно-методического обеспечения:

Кружковая работа – Спортивный кружок «Школа мяча»

Формы, способы, методы и средства физического развития

Методы физического развития:

Наглядный	Словесный	Практический
-наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры); -наглядно-слуховые приемы (музыка, песни); -тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя);	-объяснения, пояснения, указания; -подача команд, распоряжений, сигналов; - вопросы к детям; -образный сюжетный рассказ, беседа; - словесная инструкция;	- повторение упражнений без изменения и с изменениями; - проведение упражнений в игровой форме; - проведение упражнений в соревновательной форме.
<i>Средства физического развития:</i>		<i>Формы физического развития:</i>
- двигательная активность, занятия		- физкультурная непосредственно образовательная

<p>физкультурой; -эколого-природные факторы (солнце, воздух, вода); -психогигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий).</p>	<p>деятельность; - занятия по плаванию; - закаливающие процедуры; - утренняя гимнастика; - подвижные игры; - корригирующая гимнастика; - физкультминутки; - гимнастика пробуждения; - физкультурные упражнения на прогулке; - спортивные игры, развлечения, праздники и соревнования; - ритмика; - кружки, секции; -музыкальная непосредственно образовательная деятельность; - самостоятельная двигательно-игровая деятельность детей.</p>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Виды здоровьесберегающих технологий

- Технологии сохранения и стимулирования здоровья (ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, различные гимнастики).
- Технологии обучения здоровому образу жизни (физкультурная непосредственно образовательная деятельность, проблемно-игровая непосредственно образовательная деятельность, коммуникативные игры, непосредственно образовательная деятельность из серии «Здоровье», самомассаж.)
- Коррекционные технологии (арттерапия, технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, цветотерапия, психогимнастика, фонетическая ритмика).

• Часть, формируемая участниками образовательных отношений

Региональный компонент

Реализация проектного метода в процессе ознакомления дошкольников с малой Родиной (Дальним Востоком, Комсомольском-на-Амуре)

Задачи:

-формирование первичных представлений о малой родине (Дальний Восток, Приамурская земля), об особенностях ее природы (природы Дальнего Востока), малых народов Приамурья (нанайцы, удегейцы, нивхи, орочи и др.), ознакомление с социальным миром (представления о городе, основных его достопримечательностях, истории возникновения и развитии Комсомольска-на-Амуре);

Традиции дошкольного учреждения

За многолетнюю практику в дошкольном учреждении сложились свои традиции, такие как осенний спортивный праздник для всех дошкольных групп; в зимние каникулы – Зимние Олимпийские игры; летом- Летние Олимпийские игры. Также стали традиционными проведение Недели здоровья. В феврале проводится спортивный праздник, посвященный «Дню Защитника Отечества», в марте физкультурно-музыкальный праздник «Масленица» (народные игры). В конце учебного года турнир между воспитанниками детского сада «Пионербол». К 9 мая военно-спортивный праздник, посвященный 9 мая.

Способы и направления поддержки детской инициативы

Детская инициатива проявляется в **свободной самостоятельной деятельности детей по выбору и интересам**. Самостоятельная деятельность детей протекает преимущественно в утренний отрезок времени и во второй половине дня. Под «инициативой» понимается внутреннее побуждение к новым формам деятельности, руководящая роль в каком-либо действии. Инициативность характеризует себя как черту детской личности, которая включает в себя способность и склонность к активным и самостоятельным действиям.

Особенности проявления самостоятельности и инициативы детей

Субъективность новизны и открытий. Дети вкладывают в процесс деятельности свой субъективный взгляд на вещи, который выражается в проявлении инициативы и самостоятельности. Инициативность заключается в стремлении искать различные способы решения и проявлении эмоциональности, которые присущи конкретному ребенку.

Целенаправленная и увлекательная деятельность. Проявляя инициативу, ребенок с легкостью управляет своей деятельностью. Она увлекает его поиском и часто приводит к положительным результатам.

Развитие творческого мышления. Именно в самостоятельной деятельности ребенок дошкольного возраста в силу несовершенства психических процессов добивается успехов. Особая роль в этом процессе отводится развитию воображения. Процесс воображения носит сугубо личностный характер, и его результатом является формирование особой внутренней позиции и возникновение личностных новообразований: стремления изменить ситуацию соответственно своему видению, уметь находить новое в уже известном, игрового отношения к действительности.

Все виды детской деятельности, направленные на развитие творческих способностей предполагают развитие у ребенка определенной доли самостоятельности, инициативы, а также произвольности. Произвольность представляет собой умение ребенка ставить цель и добиваться ее. Самостоятельность позволяет ребенку использовать обнаруженные в ходе игровой или экспериментальной деятельности различные свойства объектов, побуждая к дальнейшему их изучению.

Взаимодействие с семьями воспитанников.

Большое внимание уделяется установлению тесного и постоянного сотрудничества МДОУ и семьи, позволяющее помочь родителям наладить партнерский диалог со своим ребенком на основе полученных знаний о возрастных психологических закономерностях и индивидуальных особенностях детей. Основной целью установления взаимоотношений МДОУ и семьи является создание единого пространства семья – детский сад, в котором всем участникам педагогического процесса будет комфортно, интересно, безопасно, полезно и эмоционально благополучно. Взаимоотношения с родителями строятся на основе добровольности, демократичности, личной заинтересованности. Материал, отобранный для изучения (консультации, папки-передвижки), доступен родительскому восприятию, соответствует интересам родителей и возрастным особенностям дошкольников.

План работы с родителями.

Сроки	Содержание работы	Форма	Ответственные
Февраль	«Нетрадиционные методы работы с детьми»	Консультация	Инструктор по физической культуре
Март	«Геокейпинг – туристическая игра как средство развития дошкольников»	Консультация Фотовыставка на сайте.	Инструктор по физической культуре
Апрель	«Развитие двигательной активности у детей»	Консультация	Инструктор по физической культуре.

3.Организационный раздел

3.1. Описание материально-технического обеспечения Программы

Для организации воспитательно-образовательной работы по физическому развитию воспитанников имеется:

- **Плавательный бассейн**

Функциональное использование Обучение детей плаванию, проведение закаливающих процедур, спортивных праздников и развлечений на воде.

Оборудование: оборудование для занятий плаванием

- **Физкультурный зал.**

Функциональное использование Проведение физкультурных занятий, спортивных праздников, развлечений.

Оборудование шведская стенка, спортивный комплекс, гимнастические скамейки, мячи, кегли, оборудование для спортивных игр.

Материально техническое оснащение.

№	Наименование	Количество
1	Гимнастическая стенка	9
2	Приставные лестницы к стенке	2
3	Приставные доски	3
4	Веревочная лестница	2
5	Гимнастическая скамейка	1
6	Аудио-магнитола PHILIPS	1
7	Гимнастический мат	10
8	Кубы	4
9	Батут	2
10	Дуги для под-лезания выс.50см	4
11	Обручи диам.50 см , 70 см	10
12	Палки гимнастические	20
13	Кубики цветные	40
14	Баскетбольный щит	3
15	Волейбольная сетка	1
16	Тоннель	2

17	Мед-бол мячи	8
18	Мягкие модули	2 комплекта
19	Мячи резиновые	20
20	Мячи хо-пы	4
21	Пластмассовые ориентиры	8
22	Сухой бассейн	1
23	Пластмассовые шарики	50
24	Коврики гимнастические	10
25	Корзина	4
26	Массажные мячики	5
27	Горка	1
28	Гимнастические кольца	2
29	Канат	2
30	Гантели маленькие	10
	Плавательный бассейн	1
32	Массажные коврики	8
33	Круги плавательные	10
34	Палочки для дыхания	20
35	Резиновые игрушки	10
36	Пластмассовые игрушки	10
37	Наборы игрушек для ныряния	5
38	Мяч надувной	1
39	Шарики пластмассовые	20
40	Доски плавательные	14
41	Лейки	5
42	Стойка-сетка для мяча	1
43	Большие плавательные средства «Пальма»	2

44	Плавательное средство «Бабочка»	1
45	Обруч средний	2
46	Игрушки надувные	10
47	Фен	2
48	Сушуары	2
49	Резиновые коврики	10
50	Дорожки пластиковые	3
51	Дорожки	4
52	Самовар	1
53	Скамейки	2
54	Стол	1
55	Вешалки	2

- **Физкультурная площадка** со стационарным физкультурно-игровым оборудованием для обучения детей элементам спортивных игр и развития двигательной активности: гимнастическая стенка, рукоходы и перекладины, гимнастическая скамейка. Снаряды на площадке расположены по периметру, образуя, таким образом полосу препятствий, предусматривающих упражнения для разных групп мышц. Имеется футбольное поле.

Расписание занятий

Понедельник 9-00 группа №1 (2-я младшая)

9-15 группа №10(2-младшая)

9-30 группа №7 (средняя)

10-00 группа №9 (средняя)

10-30 группа №11(старшая)

11-00 группа №8 (старшая)

Физкультурный Зал

Вторник 9-00 группа №5(старшая)

9-30 группа №4 (старшая)

10-00 группа №6 (подготовительная)

10-30 группа №3 (старшая)

Физкультурный зал

Среда 8-00 группа №3 (старшая)

9-00 группа №5 (старшая)

10-00 группа №6 (подготовительная)

бассейн

11-00 группа №8 (подготовительная)

Плавательный

<p>Четверг</p> <p>бассейн</p>	<p>8-00 группа №11 (подготовительная)</p> <p>9-00 группа № 9 (средняя)</p> <p>10-00 группа № 7 (средняя)</p>	<p>Плавательный</p>
<p>Пятница</p> <p>бассейн</p>	<p>8-00 группа №4 (старшая)</p> <p>9-00 группа №1 (2-я младшая)</p> <p>10-00 группа №10 (2-я младшая)</p>	<p>Плавательный</p>

Программно-методическое обеспечение

ОО	Методические пособия	средства
<p>Физическое развитие</p>	<p>комплексная образовательная программа дошкольного образования: «Детство» под редакцией Т.И. Бабаевой, А.Г.Гогоберидзе, Солнцева О.В. Спб ООО «Издательство «Детство-Пресс» 2014год</p> <p>Грядкина Т.С. "Образовательная область "Физическое развитие". Методический комплект программы "Детство". – СПб: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2012 год</p> <p>Анисимова М.С. "Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста". – СПб: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2014.</p> <p>Т.И. Осокина, Т.Л. Богина Обучение плаванию в детском саду.-М: Просвещение, 1991.</p> <p>Харченко Т.Е. Бодрящая гимнастика для дошкольников. – СПб: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2015.</p> <p>Змановский Ю.Ф. Здоровый дошкольник. – М.: АРКТИ, 2001.</p> <p>Казин Э.М., Блинова Н.Г., Литвинова Н.А. Основы индивидуального здоровья человека. – М.: ВЛАДОС, 2000.</p> <p>Ковалько В.И. Азбука физкультминуток для дошкольников. – М.: «Вако», 2006.</p> <p>Козырева О.В. Если ребенок часто болеет. – М.: Просвещение, 2008.</p> <p>Козырева О.В. Оздоровительно-развивающие игры для дошкольников. – М.: Просвещение, 2008.</p> <p>Соколова Л.А. Комплексы сюжетных утренних гимнастик. - СПб: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2016.</p> <p>Маханёва М.Д. Воспитание здорового ребёнка: пособие для практических работников детских дошкольных учреждений. – М.: АРКТИ, 1997.</p> <p>Нестерюк Т.В. Игровой самомассаж. – М.: Книголюб, 2007.</p> <p>Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия с детьми». – М.: «Просвещение» 2014 .</p> <p>Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии. – М.: АРКТИ, 2003.</p> <p>Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье. Методическое пособие. – М.: ТЦ СФЕРА, 2007.</p> <p>С.Я. Лайзане «Физическая культура для малышей» М.:</p>	<p>- физкультурные центры;</p> <p>- нестандартное физкультурное оборудование (тренажеры)</p> <p>- оборудование для проведения физ занятий:</p> <p>мячи (резиновые разного диаметра), обручи, кегли, кубики, скамейки разной высоты, стойки, мишени, канаты, лесенки, ленточки, ребристые доски, мешочки для метания, маты, мячи-прыгунки малого размера, мягкие модели, воротики для подлезания разной высоты.</p> <p>- схемы выполнения упражнений, ОВД</p> <p>- картотеки подвижных игр, утренних гимнастик</p> <p>- корригирующие дорожки для профилактики плоскостопия</p> <p>- дидактический обруч</p>

	<p>Просвещение 1985г В.А.Шишкина «Движение+движение» М.: 1992г И. Литвинова «Физкультурные занятия для детей раннего возраста» В.Г.Алямовская «Ясли – это серьезно» Линка-пресс.: М. 1999 И. Литвинова «Физкультурные занятия в детском саду» Л.И.Пензулаева «Подвижные игры и игровые упр для детей» М.: Владос 2001г «Физкультура дошкольникам» Л.Д.Глазырина М. Владос 1999г Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» М.: Владос 2001г М.Ю. Картушина «Сценарии оздоровительных досугов для дошкольников» 2004г Фролов В.Г. Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке. – М.: «Просвещение» 1986. Фролов В.Г., Юрко Г.П. Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста. – М.: «Просвещение» 1983 «Здоровье» Алямовская В.Г. М., Линка-Пресс 1993. В.Т.Кудрявцев, Б.Б.Егоров «Развивающая педагогика оздоровления» Линка-Пресс М.: 2000 «Первые шаги» Смирнова Е. О., Галигузова Л. Н., Мещерякова С. Ю. (физическое развитие) «Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет» Л.В. Яковлева, Р.А. Юдина: В 3 ч.- М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2003. «Занимательная физкультура в детском саду» К.К Утробина – М.: Издательство ГНОМ и Д. 2003 «Как учить детей плавать» Осокина Т.И. . Пособие для воспитателей детского сада –М.: Просвещение, 1985.-80с. «Обучение плавания в детском саду» Осокина Т.И., Тимофеева Е.Ф., Богина Т.Л. . Книга для воспитателей детского сада и родителей.- М.:Просвещение, 1991.-158</p>	<ul style="list-style-type: none"> - картотека потешек, стихов - Султанчики, вертушки, ленточки для дыхательной гимнастики. - картотека упражнений на дыхание - валеологические игры - Плакаты
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Приложение 2

Комплексно-тематическое планирование от 3 до 4 лет.

СЕНТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может бросать мяч от груди; проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками.				
Вводная часть	Развивать ориентировку в пространстве, при ходьбе в разных направлениях; учить ходить по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие; прыжки на двух ногах на месте; умение действовать по сигналу воспитателя.			

ОРУ	Без предметов Л.И. Утробина стр. 23	Без предметов Л. И. Утробина стр. 24	С мячом Л. И. Утробина стр. 25	С кубиком Л. И. Утробина стр. 26
Основные виды движений	Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (ширина 25см).	Прыжки на двух ногах на месте (2-3 раза).	Прокатывание мячей.	Ползание с опорой на ладони и колени.
Подвижные игры	«Бегите ко мне», «Пойдём в гости»	«Птички»	«Кот и воробьишки»	«Быстро в домик»
Малоподвижные игры	«Ходьба стайкой за воспитателем в обход зала».	«Найдем птичку»	«Сорви яблоко»	«Найдем жучка»

ОКТАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч двумя руками, проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в детском саду.				
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба враспынную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках			
ОРУ	Без предметов Л. И. Утробина стр. 28	Без предметов Л. И. Утробина стр.29	Л. И. Утробина стр. 30	На стульчиках Л. И. Утробина стр. 31-32
Основные виды движений	1. Упражнения в сохранении равновесия «Пойдем по мостику»; 2. Прыжки.	1. Прыжки из обруча в обруч; 2. Прокатывание мяча друг другу (игра «Прокати мяч»)4 3. бег по залу в разных направлениях.	1 Прокатывание мячей в прямом направлении; 2. Ползание между предметами не задевая их	1Ползание «Крокодилычки» (ползание под перекладиной поставленной на высоте 50 см. от пола); 3. Упражнение в равновесии «Пробеги - не задень»
Подвижные игры	«Догони мяч»	«Ловкий шофер»	«Зайка серый умывается»	«Кот и воробушки»
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному с мячом в руках.	«Машины поехали в гараж»	Ходьба с осенними листочками и положением рук: за спиной, в стороны, за головой	Имитация «Деревья и кустарники» (низкий, высокий)

НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности		
Темы	1 - 2-я неделя	3 - 4-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично отталкиваться в прыжках на двух		

ногах, имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, умеет взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков.				
Вводная часть	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			
ОРУ	С ленточками Л. И. Утробина стр. 33	С обручем Л. И. Утробина стр. 34	Без предметов Л. И. Утробина стр. 36	С флажками Л. И. Утробина стр. 37
Основные виды движений	1 Упражнение в сохранении равновесия (ходьба в умеренном темпе сначала по одной доске, затем по другой, положенным параллельно друг другу (ш- 25 см., д- 2-3 м.)); 2. Прыжки на двух ногах «Воробышки»	1. Прыжки через «болото»; 2. прокати мяч «точный пас»;	1. Игровое задание с мячом «прокати – не задень» (между предметов); 2. Игровое задание «проползи - не задень» (ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени) между предметами не задевая их. 3. Игровое задание «быстрые жучки» (ползание).	1. Игровое задание «Паучки» (ползание); 2. Упражнение в сохранении равновесия.
Подвижные игры	«Птички»	«Кот и воробышки»	«По ровненькой дорожке»	«Поймай комара»
Малоподвижные игры	«Найдем птичку»	«Где спрятался цыпленок»	«Назови одежду и обувь» (игры с мячом)	Ходьба в колонне по одному за комаром.

ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1 - 2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре.				
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными врассыпную), по гимнастической скамейке. Ходьба с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег врассыпную с нахождением своего места в колонне			
ОРУ	С кубиками Л. И. Утробина стр. 39	С мячом Л. И. Утробина стр. 40	С кубиками Л. И. Утробина стр. 41	На стульчиках Л. И. Утробина стр. 42-43

Основные виды движений	1. Игровое упражнение в сохранении равновесия «Пройди не задень» (ходьба между кубиками); 2. Игровое упражнение «Лягушки попрыгушки» (прыжки на двух ногах).	1. Прыжки со скамейке (высота 20 см.) на мат. 2. Прокатывание мячей друг другу	1. Прокатывание мяча между предметами, расположенными в 50-60 см. друг от друга; 2. Ползание под дугу «Проползи – не задень» (высота 50 см.).	1. Ползание под доске с опорой на ладони и колени (игровое упражнение « Жучки на бревнышке»); 2. Упражнение в сохранении равновесии. Ходьба по доске в умеренном темпе боком приставным шагом (игровое упражнение «Пойдем по мостику»)
Подвижные игры	«Коршун и птенчики»	«Котята и щенята»	«Снежинки-пушинки»	«Птица и птенчики»
Малоподвижные игры	«Найдем птенчика»	«Кошечка крадется»	«Найдем Снегурочку»	«Найдем птенчика»

ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я/5-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет бегать, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, владеет соответствующими возрасту основными движениями, стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой.				
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, между предметами на носках. Бег между предметами, в рассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; со сменой ведущего, с выполнением заданий			
ОРУ	Л. И. Утробина стр. 44	С обручем Л. И. Утробина стр. 45	С кубиком Л. И. Утробина а стр. 46	Без предметов Л. И. Утробина стр. 47-48
Основные виды движений	1. упражнения в сохранении равновесия «Пройди не упади» (ходьба по доске ш-15 см. в умеренном темпе, свободно балансируя руками); 2. прыжки на двух ногах с приземлением на полусогнутые ноги «Из ямки в ямку».	1. прыжки на двух ногах между предметами, расположенными на расстоянии 50 см друг от друга; 2. прокатывание мяча между предметами «Зайки-прыгуны».	1. прокатывание мяча друг другу «Прокати – поймай»; 2. ползание на четвереньках с опорой на ладони и стопы «Медвежата».	1. ползание под дугу, не касаясь руками пола; 2. упражнение в сохранении равновесия « По тропинке» (ходьба по доскам – «тропинкам», ширина – 20 см.), свободно балансируя руками.
Подвижные игры	«Коршун и цыплята»	«Птица и птенчики»	«Найди свой цвет»	«лохматый пес»
Малоподвижные игры	«Найдем птенчика».	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	«Цветочек», (имитация «Как распускается цветочек»)

ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1 - 2-я неделя		3 - 4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы, может ползать на четвереньках, произвольным способом, энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, может катать мяч в заданном направлении; проявляет положительные эмоции при физической активности, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, понимает, что надо жить дружно, помогать друг другу.</p>				
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий, на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег между мячами. Бег врассыпную с остановкой, перестроение в звеня			
ОРУ	С кольцом Л. И. Утробина стр. 50	С малым обручем Л. И. Утробина стр. 51	С мячом Л. И. Утробина стр. 52	Без предметов Л. И. Утробина стр. 53
Основные виды движений	1. упражнения в сохранении равновесия «Перешагни не - наступи» (перешагивание через шнуры, расстояние между шнурами 30 см.); 2. прыжки из обруча в обруч без паузы (игровые упражнения «С пенька на пенек»).	1. прыжки на полусогнутых ногах «Веселые воробушки»; 2. прокатывание мяча между предметами, подталкивая его двумя руками «Ловко и быстро!»	1. бросание мяча через шнур двумя руками подлезание под шнур в группировке, не касаясь руками пола;	1. лазание под дугу в группировке «Под дугу»; 2. упражнение в сохранении равновесии (ходьба по доске).
Подвижные игры	«Найди свой цвет»	«К куклам в гости»	«Воробушки и кот»	«Лягушки»
Малоподвижные игры	Упражнения «Назови и покажи», (какие спортивные атрибуты есть в группе и как мы играем в них)	«По тропинке в лес». Ходьба в колонне по одному	«Доктора»	«Назови, кем работают родители» (игра с мячом)

МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности			
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3 - 4-я неделя
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке произвольным способом, энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгает в длину, может катать мяч, ударять мячом об пол и ловить; проявляет положительные в самостоятельной двигательной деятельности, имеет элементарные представления о ценности здоровья, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения.</p>			
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному; на носках, пятках, подскоком, врассыпную. Ходьба и бег парами «Лошадки» (по кругу); с выполнением заданий по сигналу; перестроение в колонну по три		

ОРУ	С кубиком Л. И. Утробина стр. 55	Без предметов Л. И. Утробина стр. 56	С мячом Л. И. Утробина стр. 57-58	Без предметов Л. И. Утробина стр. 58-59
Основные виды движений	1. ходьба по доске боком приставным шагом (игровое упражнение «Ровным шагом»); 2. прыжки между предметами змейкой, продвигаясь вперед на двух ногах.	1. прыжки в длину с места (игровое упражнение «В канавку») 2. катание мячей друг другу «Точно в руки»	1. Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками «Брось и поймай»; 2. ползание по скамейке «Муравьишки».	1. ползание на четвереньках в прямом направлении «Медвежата»; 2. упражнение в сохранении равновесия (ходьба по гимнастической скамейке (высота – 25 см.) в умеренном темпе, свободно балансируя руками.
Подвижные игры	Эстафетная игра «Собери набор»	«Подарки»	«Зайка серый умывается»	«Солнечный зайчик»
Малоподвижные игры	«Пузыри в стакане»	«Эхо»	«Найди зайку»	«Воздушный шар»

АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1 - 2-я неделя	3-я неделя	4-я/5 -я неделя	
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить двумя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами, обращается по имени и отчеству.				
Вводная часть	Ходьба и бег: по кругу, 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			
ОРУ	На скамейке с кубиками Л. И. Утробина стр. 60	Л. И. Утробина стр. 61	Без предметов Л. И. Утробина стр. 62	С обручем Л. И. Утробина стр.63-64
Основные виды движений	1.упражнения в сохранении равновесия (ходьба боком приставным шагом, по гимнастической скамейке (высота 25 см.)); 2. прыжки на двух ногах через шнуры «Через канавку».	1. прыжки из кружка в кружок с приземлением на полусогнутые ноги; 2. прокатывание мячей «Точный пас»	1. бросание мяча вверх и ловля его двумя руками; 2. ползание по гимнастической скамейке «Медвежата».	1. ползание на четвереньках между предметами (расстояние между ними 1 м.), не задевая их. 2. упражнение в сохранении равновесия «По мостику» (ходьба по гимнастической скамейке свободно балансируя руками.
Подвижные игры	«Тишина»	«По ровненькой дорожке»	«Мы потопаем ногами»	«Огуречик, огуречик»

Малоподвижные игры	Пальчиковая гимнастика «Семья»	Пальчиковая гимнастика «Семья»	Ходьба в колонне по одному	«Поезд»
---------------------------	--------------------------------	--------------------------------	----------------------------	---------

МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3 - 4-я неделя	
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, катать мяч в заданном направлении, бросать его двумя руками, ударять об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, доброту, дружелюбие по отношению к окружающим.				
Вводная часть	Ходьба и бег: со сменой ведущего; между предметами; с высоко поднятыми коленями; в полу-приседе; бег «Лошадка»			
ОРУ	С кольцом от кольцеброса Л. И. Утробина стр.65	С мячом Л. И. Утробина а стр. 66	С флажками Л. И. Утробина стр. 67	Без предметов Л. И. Утробина а стр. 68
Основные виды движений	1. упражнения в сохранении равновесия (ходьба боком приставным шагом, по гимнастической скамейке (высота 30 см.); 2. прыжки на двух ногах через шнуры (расстояние между ними 30-40см.	1. прыжки со скамейке на полусогнутые ноги «Парашютисты»; 2. прокатывание мяча друг другу.	1. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками 2. ползание по скамейке на четвереньках.	1. лазание на наклонную лесенку; 2. ходьба по доске руки на пояс
Подвижные игры	«Поймай комара»	«Воробышки и кот»	«Пятнашки с ленточками»	«У медведя во бору»
Малоподвижные игры	Пальчиковая гимнастика «Семья»	«Давайте вместе с нами»	«Солнышко лучистое»	«Воздушный шар»

Перспективное планирование от 3 до 4 лет.

Месяц неделя	Тема ООД	ООД (различные виды деятельности)	Использованная литература
Сентябрь (1неделя)	Ходьба. Равновесие. Ходьба. Ориентировка в пространстве.	Приучать детей ходить и бегать небольшими группами за воспитателем. Учить ходить между двумя линиями сохраняя равновесие. Воспитывать смелость. Закрепить умение ходить по уменьшенной площади опоры сохраняя равновесие: умение ориентироваться в	Утробина Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Младшая группа.

	Ходьба. Прыжки на двух ногах на месте. (на воздухе)	пространстве при ходьбе в разных направлениях. Воспитывать умение играть вместе. Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; в прыжках на двух ногах на месте. Воспитывать сдержанность.	
Сентябрь <i>(2неделя)</i>	Прокатывание мяча. Прокатывание мяча. Прыжки. Равновесие. Прокатывание мяча. Прыжки. (на воздухе)	Развивать умение действовать по сигналу: энергично отталкивать мяч при прокатывании. Воспитывать интерес к совместным играм. Закреплять умение действовать по сигналу; энергично отталкивать мяч при прокатывании его друг другу. Учить прыжкам на двух ногах вокруг предмета. Воспитывать любовь к физической культуре. Повторить ходьбу и бег в колонне по одному небольшими подгруппами. Упражнять в равновесии, прокатывании мяча и прыжках. Воспитывать дружелюбие.	
Сентябрь <i>(3неделя)</i>	Ползание. Ходьба. Бег в колонне по одному. Ползание. Ходьба между предметами «змейкой». Прыжки, прокатывание мяча.	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени. Продолжать упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ползании на четвереньках с опорой на ладони и колени. Упражнять в ходьбе между предметами «змейкой». Воспитывать смелость. Учить во время ходьбы и бега останавливаться на сигнал воспитателя. Повторить упражнения с прыжками. Упражнять в прокатывании мячей. Воспитывать любовь к физической культуре.	
Сентябрь <i>(4неделя)</i>	Ходьба и бег. Ходьба и бег между двумя параллельными линиями. Игровые упражнения с бегом. Упражнения в равновесии. (на воздухе)	Продолжать упражнять в ходьбе и беге в заданном направлении. Развивать умение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади опоры. Воспитывать доброжелательность. Закрепить умение в ходьбе и беге между двумя параллельными линиями. Воспитывать любовь к физической культуре. Повторить игровые упражнения с бегом и упражнения с прыжками. Развивать ловкость. Воспитывать смелость в подвижной игре.	
Октябрь <i>(1неделя)</i>	Равновесие. Прыжки через шнур. Равновесие. Прыжки из обруча в обруч. Ловля мяча двумя руками. Ходьба и	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры, развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках. Воспитывать смелость. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры. Упражнять в прыжках на	

	бег по кругу. (на воздухе)	полусогнутые ноги. Воспитывать любовь к физической культуре. Упражнять в ходьбе и беге по кругу. Учить ловить мяч брошенный воспитателем. Воспитывать отзывчивость.	
Октябрь (2неделя)	Прыжки из обруча в обруч. Прокатывание мяча. Прыжки из обруча в обруч. Проталкивание мяча до ориентира. Ходьба и бег. Прыжки. Равновесие. (на воздухе)	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги, в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу. Воспитывать бережное отношение к физическому оборудованию. Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги, в энергичном отталкивании мяча, при проталкивании до ориентира в прямом направлении. Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в прыжках и равновесии учить сохранять правильную осанку. Воспитывать представление о дружбе.	
Октябрь (3неделя)	Прокатывание мяча. Ползание. Прокатывание мяча. Равновесие. Повторение игровых упражнений с бегом, прыжками. (на воздухе)	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу, в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом. Воспитывать бережное отношение к игрушкам. Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу. Развивать ловкость в игровом задании с мячом. Упражнять в равновесии. Воспитывать трудолюбие. Закрепить навыки упражнений с бегом, прыжками и в равновесии. Учить играть дружно. Воспитывать смелость, доброту.	
Октябрь (4неделя)	Ползание. Упражнение в равновесии. Ползание. Равновесие. Ходьба. Бег. Равновесие. (на воздухе)	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с поворотами в другую сторону по сигналу воспитателя. Развивать координацию движений. Воспитывать интерес к труду. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с поворотами в другую сторону по сигналу. Развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии. Воспитывать смелость в подвижной игре. Повторить игровые упражнения с ходьбой и бегом, в прыжках и равновесии. Воспитывать любовь к физической культуре.	
Октябрь (5неделя)	Катание мячей. Игровые упражнения с мячом. Равновесие. Прыжки.	Продолжать закреплять навыки в катании мячей. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по ограниченному пространству. Воспитывать дружелюбие. Повторять игровые упражнения с мячом. Закрепить навыки в прыжках. Учить играть дружно. Воспитывать трудолюбие. Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади	

		опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках. Воспитывать любовь к физической культуре.	
Ноябрь (1неделя)	<p>Ходьба. Прыжки на двух ногах с продвижением.</p> <p>Прыжки. Прокатывание мяча друг другу.</p> <p>Прыжки. Прокатывание мяча до ориентира.</p>	<p>Упражнять в беге, равновесии и прыжках. Развивать ловкость в игровых упражнениях «Огуречик». Воспитывать дружеские взаимоотношения.</p> <p>Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий, прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги, Упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер. Воспитывать смелость в подвижной игре «Мыши в кладовой».</p> <p>Закрепить упражнения в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий, прыжках из обруча в обруч , учить приземляться на полусогнутые ноги. Упражнять в прокатывании мяча до ориентира. Воспитывать смелость.</p>	
Ноябрь (2неделя)	<p>Игровые упражнения с прыжками и бегом. (на воздухе)</p> <p>Прокатывание мяча между предметами. Ползание между предметами.</p> <p>Прокатывание мяча между предметами. Ползание до предмета.</p>	<p>Повторить игровые упражнения с прыжками и бегом. Учить быстро, становиться в круг. Воспитывать внимание, умение слушать воспитателя.</p> <p>Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами, упражнять в ползании. Воспитывать дружеские взаимоотношения.</p> <p>Закрепить умения действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами. Упражнять в ползании. Воспитывать дружеские взаимоотношения.</p>	
Ноябрь (3неделя)	<p>Игровые упражнения с прыжками, бегом, равновесие. (на воздухе)</p> <p>Ползание. Равновесие (ходьба по мостику).</p> <p>Ползание. Равновесие (ходьба по тропинке).</p>	<p>Повторить игровые упражнения с прыжками, бегом, в равновесии. Учить ходьбе в колонне по одному между предметами. Воспитывать быстроту реакции , смелость в подвижных играх.</p> <p>Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя, ползании, развивая координацию движений в равновесии. Воспитывать любовь к физической культуре.</p> <p>Закреплять упражнения в ходьбе с выполнением задания. Развивать внимание, реакцию на сигнал воспитателя, в ползании , развивая координацию движения в равновесии.</p>	

		Воспитывать трудолюбие.	
Ноябрь (4неделя)	<p>Равновесие. Прыжки с продвижением.</p> <p>Равновесие. Прыжки на месте.</p> <p>Ходьба между предметами.</p> <p>Метание на дальность. (на воздухе)</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве, в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.</p> <p>Воспитывать смелость в подвижной игре «Коршун и птенчики».</p> <p>Закрепить упражнения в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве и прыжках на месте.</p> <p>Воспитывать смелость.</p> <p>Упражнять в ходьбе и беге враспынную, в ходьбе между предметами; развивать глазомер при бросании снежков на дальность.</p> <p>Воспитывать дружелюбие.</p>	
Декабрь (1неделя)	<p>Прокатывание мяча.</p> <p>Ползание под дугу.</p> <p>Прокатывание мяча.</p> <p>Ползание под шнур.</p> <p>Равновесие.</p> <p>Метание. (на воздухе)</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мячей между предметами, умение группироваться при лазании под дугу. Воспитывать любовь к физической культуре и спорту.</p> <p>Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мячей между предметами, умение группироваться при лазании под шнур. Воспитывать дружеские взаимоотношения.</p> <p>Повторить ходьбу и бег по кругу, игровые упражнения на равновесие и метание. Воспитывать доброжелательное отношение.</p>	
Декабрь (2неделя)	<p>Ползание по доске.</p> <p>Равновесие (ходьба по доске).</p> <p>Ползание по доске.</p> <p>Равновесие (ходьба по узкой дорожке).</p> <p>Игровые упражнения с метанием.</p> <p>Равновесие. (на воздухе)</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре и сохранении равновесия при ходьбе по доске.</p> <p>Воспитывать смелость в подвижной игре.</p> <p>Закрепить упражнения в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре и сохранении равновесия при ходьбе по узкой дорожке. Воспитывать смелость, доброту.</p> <p>Повторить игровые упражнения с метанием, в равновесии. Повторить игру «Зайка беленький». Воспитывать любовь к физической культуре и спорту.</p>	
Декабрь (3неделя)	<p>Равновесие.</p> <p>Прыжки.</p> <p>Ходьба и бег по кругу. Метание.</p>	<p>Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры, прыжки на двух ногах продвигаясь вперед. Воспитывать смелость в подвижной игре.</p> <p>Упражнять в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения, в</p>	

	<p>Прыжки. Прокатывание мяча.</p>	<p>метании. Воспитывать активность в игровых упражнениях. Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге враспынную; в прокатывании мяча, развивать ловкость и глазомер. Воспитывать дружеские взаимоотношения.</p>	
Январь (2неделя)	<p>Прыжки. Прокатывания мяча вокруг предмета.</p> <p>Прыжки через линии. Метание в вертикальную цель. (на воздухе)</p> <p>Прокатывание мяча друг другу. Ползание до предмета.</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча вокруг предмета, развивать координацию движения. Воспитывать смелость в игре «Птица птенчики».</p> <p>Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в прыжках через линии, в метании в цель, Воспитывать бережное отношение к физкультурному оборудованию.</p> <p>Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений. Воспитывать желание заниматься физической культурой.</p>	
Январь (3неделя)	<p>Прокатывание мяча друг другу. Ползание под дугу.</p> <p>Метание на дальность. Катание на санках. (на воздухе)</p> <p>Ползание под дугу. Равновесие.</p>	<p>Закрепить умение действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании под дугу, развивая координацию движений. Воспитывать дружелюбие.</p> <p>Упражнять в метании снежков на дальность, в быстроте и ловкости при катании друг друга на санках. Воспитывать положительное отношение к ЗОЖ.</p> <p>Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Воспитывать смелость в подвижной игре «Лохматый пёс».</p>	
Январь (4неделя)	<p>Ползание. Равновесие</p> <p>Метание в вертикальную цель. Катание на санках. (на воздухе) Равновесие. Прыжки.</p>	<p>Закрепить умение действовать по сигналу, ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу. В сохранении устойчивого равновесия при ходьбе с перешагиванием через предметы. Воспитывать желание заниматься физической культурой.</p> <p>Упражнять в метании снежков в вертикальную цель; развивать выносливость при катании друг друга на санках. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.</p> <p>Упражнять в ходьбе и беге вокруг</p>	

		предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом. Повторить прыжки с продвижением вперёд. Воспитывать любовь к физической культуре.	
Январь (5неделя)	Равновесие. Прыжки с продвижением вперёд. Игровые упражнения с ходьбой и бегом. (на воздухе) Прыжки с высоты. Прокатывание мяча между предметами.	Закреплять навыки ходьбы и бега вокруг предметов; упражнять в равновесии и прыжках. Воспитывать дружелюбие. Повторить игровые упражнения «Веселые снежинки», «Зайка беленький». Воспитывать представление о здоровом образе жизни. Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом. Воспитывать трудолюбие.	
Февраль (1неделя)	Прыжки с высоты. Прокатывание мяча друг другу. Игровые упражнения с прыжками и бегом. (на воздухе) Бросание мяча. Ползание под шнур.	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя; продолжать учить приземляться при прыжках на полусогнутые ноги; учить отталкивать мяч при прокатывании его друг другу. Упражнять в игровых упражнениях с прыжками и бегом. Воспитывать самостоятельность. Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола. Воспитывать смелость.	
Февраль (2неделя)	Бросание мяча. Ползание под шнур. Игровые упражнения в равновесии, беге и прыжках . (на воздухе) Лазание под дугу. Равновесие.	Упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы, в ползании под шнур; закрепить умение перебрасывать мяч через шнур. Воспитывать желание заниматься физкультурой. Повторить игровые упражнения в равновесии беге и прыжках. Воспитывать дружеские взаимоотношения. Развивать ловкость. Упражнять в ходьбе и беге враспынную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнения в равновесии. Воспитывать дружелюбие.	
Февраль (3 неделя)	Лазание под дугу. Равновесие. Равновесие. Прыжки между предметами. Равновесие. Прыжки через шнур.	Закрепить навыки ходьбы и бега с выполнением заданий по сигналу воспитателя; упражнять в лазании под дугу; в равновесии при ходьбе между кубиками. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.	

		<p>Воспитывать любовь к физкультуре. Закреплять навыки ходьбы и бега по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперед через шнуры.</p>	
Февраль (4неделя)	<p>Игровые упражнения с ходьбой, прыжками и бегом. (на воздухе) Прыжки. Катание мячей друг другу.</p> <p>Прыжки. Катание мячей друг другу.</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге между предметами, развивая ловкость, В прыжках на двух ногах и беге врассыпную. Воспитывать смелость.</p> <p>Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча. Воспитывать умение играть дружно. Закрепить умение прыгать в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча друг другу.</p>	
Февраль (5 неделя)	<p>Игровые упражнения с прыжками, бегом и на равновесие. (на воздухе) Бросание мяча. Ползание по доске.</p> <p>Бросание мяча. Ползание по скамейке.</p>	<p>Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками и на равновесие. Воспитывать основы собственной безопасности.</p> <p>Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча об пол и ловля его двумя руками, в ползании по доске. Воспитывать вежливость. Закрепить навыки ходьбы и бега по кругу. Упражнять в бросании мяча об пол и ловля его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.</p>	
Март (1 неделя)	<p>Игровые упражнения с прыжками. Игровые задания с бегом. (на воздухе) Ползание. Ходьба на повышенной опоре.</p> <p>Ползание. Ходьба с перешагиванием через шнуры.</p>	<p>Разучить игровые упражнения с прыжками. Повторить игровые задания с бегом; развивать ловкость в игре с мячом. Воспитывать самостоятельность.</p> <p>Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами. Повторить упражнения в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. Закрепить ходьбу и бег между предметами. Упражнять в ходьбе с перешагиванием через шнуры. Воспитывать любовь к физкультуре.</p>	
Март (2 неделя)	<p>Игровые упражнения с бегом и прыжками. (на воздухе) Равновесие. Прыжки через шнуры.</p> <p>Равновесие. Прыжки в длину с места.</p>	<p>Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. Воспитывать смелость.</p> <p>Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре. Воспитывать смелость. Упражнять в ходьбе и беге вокруг</p>	

		предметов, в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке, в прыжках в длину с места.	
Март <i>(3 неделя)</i>	Упражнения с бегом, прыжками и равновесием. (на воздухе) Прыжки. Прокатывание мячей. Прыжки. Бросание мяча об пол.	Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками и равновесием. Воспитывать дружелюбие. Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом. Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом. Воспитывать смелость.	
Март <i>(4 неделя)</i>	Игровые упражнения с прыжками и бегом. (на воздухе) Бросание мяча вверх. Ползание по гимнастической скамейке. Бросание мяча вверх. Ползание по доске.	Повторить игровые упражнения с прыжками и бегом. Воспитывать понятие о здоровом образе жизни. Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий. Развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях. Воспитывать доброжелательность. Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками; повторить ползание по доске.	
Апрель <i>(1 неделя)</i>	Игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием в цель. (на воздухе) Ползание. Равновесие. Ползание. Равновесие.	Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием в цель. Воспитывать чувство собственной безопасности. Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по доске. Воспитывать самостоятельность.	
Апрель <i>(2 неделя)</i>	Игровые упражнения с бегом, прыжками, метанием. (на воздухе) Равновесие. Прыжки через шнуры. Равновесие. Прыжки из обруча в обруч.	Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками, метанием. Воспитывать дружеские взаимоотношения. Повторить ходьбу и бег враспынную, ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках. Воспитывать любовь к физкультуре. Повторить ходьбу и бег враспынную, ориентировку в пространстве;	

		повторить задание в равновесии и прыжках. Воспитывать любовь к физкультуре и спорту.	
Апрель <i>(3 неделя)</i>	Ходьба. Игровые упражнения с бегом и прыжками. (на воздухе) Прыжки. Прокатывание мячей друг другу. Прыжки. Прокатывание мячей.	Упражнять в ходьбе по уменьшенной площади опоры: повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. Воспитывать любовь к подвижным играм. Упражнять в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу. Воспитывать дружелюбие. Упражнять в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу. Воспитывать смелость.	
Апрель <i>(4 неделя)</i>	Игровые упражнения с бегом, прыжками, метанием. (на воздухе) Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Ползание по скамейке. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Ползание по доске.	Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками, метанием. Развивать ловкость. Воспитывать самостоятельность. Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя; упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке. Воспитывать желание заниматься спортом. Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя; упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по доске. Воспитывать культуру поведения.	
Май <i>(1 неделя)</i>	Ходьба и бег врассыпную. Прыжки. (на воздухе) Лазание. Равновесие. Лазание. Равновесие.	Повторить ходьбу и бег врассыпную с использованием всей площадки. Упражнять в беге, прыжках. Воспитывать доброжелательность. Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке. Повторить задания в равновесии. Воспитывать смелость. Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по гимнастической стенке. Повторить задания в равновесии. Воспитывать смелость.	
Май <i>(2 неделя)</i>	Игровые упражнения с бегом, прыжками, метанием. (на воздухе)	Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками, метанием (по выбору детей). Воспитывать дружеские взаимоотношения.	
Май <i>(3 неделя)</i>	Игровые упражнения с бегом, прыжками, метанием. (на воздухе)	Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками, метанием (по выбору детей). Воспитывать дружеские взаимоотношения.	

Май (4 неделя)	Игровые упражнения с бегом, прыжками, метанием. (на воздухе)	Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками, метанием (по выбору детей). Воспитывать дружеские взаимоотношения.	
--------------------------	--------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

Приложение 3

Комплексно-тематическое планирование от 4 до 5 лет

СЕНТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; аккуратно одевается и раздевается, соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в подвижных играх; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку.				
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, на носках, пятках, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, врассыпную с высоким подниманием коленей, бег до 1 мин перестроение в три звена			
ОРУ	Без предметов Утробина Л. И. ст. гр. стр. 16	Без предметов Утробина Л. И. ст. гр. стр. 23	С мячом Утробина Л. И. ст. гр. стр. 20	С гимнастической палкой Утробина Л. И. ст. гр. стр. 26
Основные виды движений	1. Ходьба с перешагиванием через кубики, через мячи. 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, змейкой между предметами. 3. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, после удара мяча об пол подбрасывать вверх двумя руками (не прижимая к груди). 4. Бег в среднем темпе до 1 минуты в чередовании с ходьбой, ползанием на четвереньках	1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета». 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка 3. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, на предплечьях и коленях. 4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе, с мешочком на голове 5. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы	1. Подлезание в обруч в группировке, боком, прямо 2. Перешагивание через бруки с мешочком на голове 3. Ходьба с мешочком на голове. 4. Прыжки на двух ногах между кеглями с мешочком между колен. 5. Ходьба «Пингвин»	1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе. 3. Ходьба по скамейке (высота – 15см), перешагивая через кубики, руки на поясе. 4. Игровое упражнение с прыжками на месте на двух ногах
Подвижные игры	«Запрещенное движение»	«Удочка»	«Мы веселые ребята»	«Ловишки с ленточками»

Малоподвижные игры	«Тише едешь – дальше будешь»	«Гуси идут домой» Спокойная ходьба в колонне по одному	Ходьба с выполнением заданий дыхательные упражнения	«Подойди не слышно»
---------------------------	------------------------------	-----------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------	---------------------

ОКТАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я/ неделя
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку.</p>				
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег враспынную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.			
ОРУ	Без предметов Утробина Л.И. ст. гр. стр.29	С гимнастической палкой Утробина Л.И. ст. гр. стр.31-32	С малым мячом Утробина Л.И. ст. гр. стр.34-35	С обручем Утробина Л.И. ст. гр. стр.37
Основные виды движений	1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги.. 2. Переползание через препятствие 3 Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой. 4. Ползание на четвереньках, подлезание под дугу прямо и боком	1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики. 2. Прыжки на двух ногах ч/з шнуры, прямо, боком 3 Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы. 4. Ходьба по скамейке, на середине приседание, встать и пройти дальше	1. Пролезание через три обруча (прямо, боком). 2 Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком.. 3. Перелезание с преодолением препятствия. 4. Ходьба по скамейке, на середине порот, перешагивание через мяч	1.Ходьба по скамейке на носках в руках веревочка 2..Прыжки через предметы, чередуя на двух ногах, на одной ноге, продвигаясь вперед 3.Перебрасывание мяча друг другу, сидя по-турецки 4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед, ноги на вису
Подвижные игры	«Перелет птиц»	«Зайцы в огороде»	«Гуси-гуси»	«Мы – весёлые ребята»
Малоподвижные игры	Упражнение «Кто перепрыгнет ручеек в самом широком месте»	«Овощи и фрукты»	«Вершки и корешки»	«Летает-не летает».

НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физ.упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции</p>				

(радость, удовольствие), слушая поэтические и музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упр. ритм. гимн. и п/и.				
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег враспынную, с остановкой на сигнал			
ОРУ	С малым мячом Утробина Л.И. ст. гр. стр.40-41	Без предмета Утробина Л.И. ст. гр. стр.43	С мячом большого диаметра Утробина Л.И. ст. гр. стр.45	На гимнастической скамейке Утробина Л.И. ст. гр. стр.47
Основные виды движений	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягивание двумя руками 2. Ведение мяча с продвижением вперед 3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч 4. Бег по наклонной доске	1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета» 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, предплечьях и коленях 4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе мешочек на голове 5. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы	1. Подлезание под шнур боком, прямо не касаясь руками пола 2. Ходьба с мешочком на голове по гимнастической скамейке, руки на поясе 3. Прыжки с места на мат, прыжки на правой и левой ноге между предметами 4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо	1. Ходьба по гимнастической скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками 2. Спрыгивание со скамейки на мат. 3. Ползание до флажка прокатывая мяч впереди себя 4. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом
Подвижные игры	«Не оставайся на полу»	«Круговая лапта»	«Платочек»	«Эстафета парами»
Малоподвижные игры	«Угадай по голосу»	«Пропащие ручки»	«Найди, где спрятано»	«Две ладошки». (музыкальная)

ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям.				
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом в другую сторону, ходьба в полуприседе, широким шагом, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасывании ног назад. Дыхательные упражнения			
ОРУ	С обручем Утробина Л.И. ст. гр. стр.50	С флажками Утробина Л.И. ст. гр. стр.52	Без предметов Утробина Л.И. ст. гр. стр.54	Без предметов Утробина Л.И. ст. гр. стр.56

Основные виды движений	1. Прыжки со скамейки (20см) на мат 2. Ходьба по наклонной доске, закрепленной на гимнастической стенке 3. Перешагивание через бруски, справа и слева от него 4. Прокатывание мячей между предметами. 5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см)	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей 4. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 5. Прыжки на двух ногах через шнур (две ноги по бокам-одна нога в середине)	1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом(вверх, вниз). 2. Метание мешочков вдаль. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	1. Ходьба по гимн. скамейке с перекатом мяча по талии 2. Прыжки с разбега на мат 3. Метание вдаль 4. Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь(кошечка)
Подвижные игры	«Мороз Красный нос»	«Уголки»	«Ключи»	«Два Мороза»
Малоподвижные игры	Ходьба «Конькобежцы»	«Береги мебель»	«Назови предметы» (назвать мелкий физкультурный домашний инвентарь)	Игровое упражнение «Снежная королева»

ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я - 2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать; владеет навыком самомассажа, умеет рассказать о пользе ходьбы по ребристой поверхности босиком; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх				
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, враспынную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; по кругу держась за шнур, с выполнением заданий, челночный бег			
ОРУ	С кубиками Утробина Л.И. ст. гр. стр 60	Со шнуром Утробина Л.И. ст. гр. стр.62	На гимнастической скамейке Утробина Л.И. ст. гр. стр.65	С обручем Утробина Л.И. ст. гр. стр.66

Основные виды движений	1. Ходьба по наклонной доске(40см). 2. Прыжки на правой и левой ногах между кубиками. 3. Попади в обруч (правой и левой) 4. Ходьба по гимна. скамейке с перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую	1. Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове. 2. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед – ноги на вису 3. Прыжки в длину с места 4. Метание в цель	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени, по гимна. скамейке, на середине – приседание, встать и пройти дальше, спрыгнуть. 3. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета» 4. Метание в даль	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть, с перешагиванием через рейки 2. Прыжки в длину с места. 3. Метание мяча в вертикальную цель 4. Пролезание в обруч правым и левым боком
Подвижные игры	«Ловишка с мячом»	«Мышеловка»	«Совушка»	«Звериная зарядка»
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	«Зимушка-зима».	Игровое упражнение «Веселые воробышки»	«Почта»

ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учетом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперед, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры				
Вводная часть	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком(правое-левое плечо вперед) , перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий			
ОРУ	С гимнастической палкой Утробина Л.И. ст. гр. стр.69	С большим мячом Утробина Л.И. ст. гр. стр.71	На гимнастической скамейке Утробина Л.И. ст. гр. стр.73	Без предметов Утробина Л.И. ст. гр. стр.74
Основные виды движений	1. Ходьба по скамейке раскладывая и собирая мелкие кубики 2. Прыжки через скакалку (неподвижную). 3. Прокатывание мяча между кеглями 4. Ползание по пластунски до	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Ходьба по	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прыжки через бруски правым боком 3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками. 3. Прыжки через скамейку 4. Лазание по гимнастической стенке

	обозначенного места	гимнастической скамейке с поворотом на середине. 4. Прыжки на двух ногах до кубика (расстояние 3м)	ней	
Подвижные игры	«Автомобили»	«Охотники и зайцы»	«У солдат порядок строгий»	«Запрещенное движение»
Малоподвижные игры	«Поезд»	«Четыре стихии».	Игровое упражнение: «Снайперы»	«Светофор»

МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учетом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперед, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p>				
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег в рассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы			
ОРУ	С малым мячом Утробина Л.И. ст. гр. стр.78	Без предметов Утробина Л.И. ст. гр. стр.80	С кубиками Утробина Л.И. ст. гр. стр.82	С обручем Утробина Л.И. ст. гр. стр.84
Основные виды движений	1. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове 2. Перебрасывание мячей двумя руками с отскоком от пола(расстояние 1,5м). 3. Прыжки из обруча в обруч 4. Ползание по-пластунски в сочетании с перебежками	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой 2. Метание мешочков в цель правой и левой рукой. 3. Пролезание в обручи 4. Прыжок в высоту с разбега	1. Ходьба по ограниченной поверхности боком, с хлопками перед собой 2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола 3. Ползание по скамейке по-медвежьему 4. Прыжки через шнур две ноги в середине одна. 5. Подлезание под дугу	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом 2. Метание в горизонтальную цель 3. Прыжки со скамейки на мат 4. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом
Подвижные игры	Эстафета «Собери цветы»	«Собери ручейки в речку»	«Пожарные на ученье»	«Зайка серый умывается»
Малоподвижные игры	Психогимнастика «Ласкушенька»	«Солнышко, заборчик, камешки»	«Маляры»	Упражнение «Лучистые глазки»

АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности

Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я/5-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры				
Вводная часть	Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу прыжок, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево			
ОРУ	С гимнастической палкой Утробина Л.И. ст. гр. стр.87	С короткой скакалкой Утробина Л.И. ст. гр. стр.89	С малым мячом Утробина Л.И. ст. гр. стр.91	Без предметов Утробина Л.И. ст. гр. стр.93
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на кругом и передачей мяча перед собой на каждый шаг 2. Прыжки из обруча в обруч. 3. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой 4. Вис на гимнастической стенке	1. Ходьба по ограниченной опоре с перебрасыванием малого мяча перед собой 2. Пролезание в обруч боком 3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями 4. Прыжки в высоту	1. Ходьба по скамейке спиной вперед 2. Прыжки через скакалку 3. Метание вдаль набивного мяча 4. Ползание по туннелю. 5. Прокатывание обручей друг другу	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками. 3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 4. Прыжки через длинную скакалку
Подвижные игры	«Медведи и пчелы»	«Полет»	Эстафета «Картошка в ложке»	«Ловишка с ленточками»
Малоподвижные игры	Забавное упражнение «Березка»	«Кто на чем полетит»	Дыхательное упражнение «Буря в стакане»	Народная игра «12 палочек»

МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры				
Вводная часть	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед			
ОРУ	Без предметов Утробина гр. стр.96	Утробина Л.И. ст. гр. стр.97	С мячом Утробина Л.И. ст. гр. стр.99	С обручем Утробина Л.И. ст. гр. стр.101

Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание набивного мяча. 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы. 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прыжки через бруски. 4. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию	1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед 4. Лазание по гимнастической стенке
Подвижные игры	«Разведчики»	«Парашют» (с бегом)	«Медведь и пчелы»	Эстафета «Дружба»
Малоподвижные игры	Игровое упражнение «Меткие стрелки»	«Море волнуется»	Игровое упражнение «Муравьи»	Игра с парашютом

Перспективное планирование от 4 до 5 лет

Месяц, неделя	Тема ООД	ООД (различные виды деятельности)	Использованная литература
Сентябрь 1 неделя	Ходьба. Равновесие.	<p>1. Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному. Развивать умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании на месте.</p> <p>2. Развивать умение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади; закреплять умение прокатывать мяч в определённом направлении, подбрасывать и ловить мяч, не прижимая его к груди; развивать навыки выполнения упражнений с мячами.</p> <p>3. (на воздухе) Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному и в рассыпную; в умении действовать по сигналу; развивать ловкость и глазомер при прокатывании мяча двумя руками</p>	<p>Утробина Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа с. 20 (N1).</p> <p>Подольская Е. И. Физическое развитие детей 2-7 лет. Сюжетно-ролевые занятия с. 41 (N1)</p> <p>Утробина Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа с. 22 (N3).</p>
2 неделя	Ходьба. Прыжки на двух ногах на месте.	<p>1. Учить детей энергичному отталкиванию от пола и приземлению на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета. Упражнять в прокатывании мяча.</p>	<p>Утробина Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа с. 22 (N4).</p> <p>Подольская Е. И.</p>

		<p>2. Развивать умение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади; имитировать повадки птиц; закреплять умение прыгать на двух ногах; совершенствовать навыки ходьбы и бега.</p> <p>3. Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, на носках; упражнять в прыжках.</p>	<p>Физическое развитие детей 2-7 лет. Сюжетно-ролевые занятия с. 43 (N2)</p> <p>Утробина Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа с. 24 (N6).</p>
3 неделя	Прыжки. Равновесие.	<p>1. Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную. Развивать умение катать обруч друг другу. Упражнять в лазанье под шнур.</p> <p>2. Развивать умение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади; закреплять умение прыгать на обеих ногах с продвижением вперед; совершенствовать навыки действий с обручами.</p> <p>3. Упражнять в ходьбе в обход предметов, поставленных по углам площадки; повторить подбрасывание и ловлю мяча двумя руками; упражнять в прыжках, развивая точность приземления</p>	<p>Утробина Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа с. 25 (N7).</p> <p>Подольская Е. И. Физическое развитие детей 2-7 лет. Сюжетно-ролевые занятия с. 46 (N3)</p> <p>Утробина Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа с. 27 (N9).</p>
4 неделя	Ходьба, бег.	<p>1. Продолжать развивать умение детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы и бега. Учить умению группироваться при лазанье под шнур. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.</p> <p>2. Развивать умение сохранять равновесие на ограниченной и приподнятой площади; закреплять умение спрыгивать с высоты 30-50см. совершенствовать навыки подлезания под дуги правым и левым боком, не касаясь руками пола.</p> <p>3. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер; Упражнять в прыжках.</p>	<p>Утробина Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа с. 28 (N10).</p> <p>Подольская Е. И. Физическое развитие детей 2-7 лет. Сюжетно-ролевые занятия с. 48 (N4)</p> <p>Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа с. 30 (N12).</p>
Октябрь 1 неделя	Ходьба, прыжки с места.	<p>1. Развивать умение детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед.</p> <p>2. Развивать умение прыгать в длину с места; правильно занимать исходное положение и правильно выполнять замах при метании вдаль из свободной стойки (рука поднимается вверх и назад); совершенствовать навыки сохранения равновесия при ходьбе по ограниченной площади.</p> <p>3. Упражнять в перебрасывании мяча через сетку, развивая ловкость и глазомер; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры.</p>	<p>Утробина Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа с. 32 (N13).</p> <p>Подольская Е. И. Физическое развитие детей 2-7 лет. Сюжетно-ролевые занятия с. 52 (N5)</p> <p>Утробина Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа с. 33 (N15).</p>

2 неделя	Ходьба, прыжки с места.	<p>1. Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега. Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч. Закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения.</p> <p>2. Упражнять прыжком в длину с активным взмахом руками вперед и вверх; закреплять умение сохранять равновесие в ходьбе по шесту, по узкой доске; совершенствовать навыки ползания; развивать фантазию.</p> <p>3. Упражнять детей в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу.</p>	<p>Утробина Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа с. 34 (N16).</p> <p>Подольская Е. И. Физическое развитие детей 2-7 лет. Сюжетно-ролевые занятия с. 55 (N6)</p> <p>Утробина Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа с. 35 (N18).</p>
3 неделя	Ходьба, прыжки с места.	<p>1. Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу.</p> <p>2. Упражнять в ходьбе по ограниченной площади, сохраняя равновесие; закреплять навыки ползания, прыжков на двух ногах через гимнастические палки; развивать умение разгадывать загадки.</p> <p>3. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, поставленными произвольно по всей площадке; в прокатывании обручей, в прыжках на двух ногах.</p>	<p>Утробина Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа с. 36 (N19).</p> <p>Подольская Е. И. Физическое развитие детей 2-7 лет. Сюжетно-ролевые занятия с. 58 (N7)</p> <p>Утробина Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа с. 37 (N21).</p>
5 неделя	Ходьба, прыжки с места.	<p>1. Развивать умение детей находить свое место в колонне после ходьбы и бега. Повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении устойчивого равновесия.</p> <p>2. Развивать умение метать шишки на дальность, разгадывать загадки; развивать глазомер, фантазию; закреплять умение сохранять равновесие при ходьбе между кубиками.</p> <p>3. Повторить ходьбу и бег колонной по одному; упражнять в бросании мяча в корзину, развивая ловкость и глазомер.</p>	<p>Утробина Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа с. 37 (N22).</p> <p>Подольская Е. И. Физическое развитие детей 2-7 лет. Сюжетно-ролевые занятия с. 60 (N8)</p> <p>Утробина Л.И. с. 39 (N24).</p>
Ноябрь 1 неделя	Ходьба и бег с изменением направления.	<p>1. Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения, ходьбе и беге между предметами. Закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Упражнять в прыжках на двух ногах.</p> <p>2. Закреплять умение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади; закреплять навыки лазания по гимнастической стенке; совершенствовать навыки ходьбы и бега.</p> <p>3. Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения;</p>	<p>Утробина Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа с. 40 (N25).</p> <p>Подольская Е. И. Физическое развитие детей 2-7 лет. Сюжетно-ролевые занятия с. 63 (N9)</p> <p>Утробина Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя</p>

		ходьбе и беге «змейкой» между предметами; сохранении равновесия на уменьшенной площади опоры; повторить упражнение в прыжках.	группа с. 41 (N27).
2 неделя	Ходьба и бег с изменением направления.	1. Учить детей ходить и бегать по кругу, взявшись за руки. Упражнять в ходьбе и беге на носках. Продолжать учить приземляться на полусогнутые ноги. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу 2. Закреплять умение подлезать под препятствие ограниченной высоты (в приседе, в положении лежа); совершенствовать навыки сохранения равновесия при ходьбе по ограниченной площади. 3. Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, выполняя задания для рук, беге с перешагиванием через шнуры. Закреплять умение детей действовать с мячом по сигналу воспитателя.	Утробина Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа с. 42 (N28). Подольская Е. И. Физическое развитие детей 2-7 лет. Сюжетно-ролевые занятия с. 68 (N10) Утробина Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа с. 44 (N30).
3 неделя	Ходьба и бег с изменением направления.	1. Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках. 2. Закреплять умение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади, прыгать на двух ногах, пролезать в обруч, не задевая верхний край спиной и пол – руками; совершенствовать навыки выполнения упражнений с обручами. 3. Упражнять детей в ходьбе между предметами, не задевая их; упражнять в прыжках и беге с ускорением.	Утробина Л.И. с. 44 (N31). Подольская Е. И. Физическое развитие детей 2-7 лет. Сюжетно-ролевые занятия с. 69 (N11) Утробина Пензулаева Л.И. с. 46 (N33).
4 неделя	Ходьба и бег с изменением направления.	1. Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; закреплять умение сохранять устойчивое равновесие и правильную осанку в ходьбе. 2. Учить разнообразным видам ходьбы; совершенствовать навыки ползания и прыжков на двух ногах с продвижением вперед. 3. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки (из колонны); Повторять ходьбу и бег с установкой по сигналу воспитателя; развивать глазомер и силу броска при метании на дальность, упражнять в прыжках	Утробина Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа с. 46 (N34). Подольская Е. И. Физическое развитие детей 2-7 лет. Сюжетно-ролевые занятия с. 71 (N12) Утробина Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа с. 48 (N36).
Декабрь 1 неделя	Ходьба, лазание	1. Закреплять умение сохранять устойчивое равновесие и правильную осанку в ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие. 2. Закреплять умение подлезать под дугу; совершенствовать навыки прыжков в длину.	Утробина Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа с. 49 (N1). Подольская Е. И. с. 86 (N18)

		3. Упражнять в ходьбе и беге между сооружениями из снега; в умении действовать по сигналу воспитателя.	Утробина Л.И. с. 50 (N3).
2 неделя	Прокатывание мячей.	1. Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в мягком приземлении на полусогнутые ноги; закреплять умение прокатывать мяч, развивая глазомер. 2. Закреплять умение прокатывать мяч, развивая глазомер. 3. Развивать умение брать лопатки для снега и переносить их к месту занятий; упражнять в ходьбе ступающим шагом.	Утробина Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа с. 51 (N4). Подольская Е. И. с. 83 (N17) Утробина Л.И. с. 52 (N6).
3 неделя	Ходьба, метание.	1. Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному; развивать умение ловить мяч, брошенный товарищем. Упражнять в ползании на четвереньках на повышенной опоре. 2. Закреплять умение прыгать на двух ногах; навыки выполнения упражнений с обручами. 3. Упражнять в метании на дальность снежков, развивая силу броска.	Утробина Л.И. с. 53 (N7). Подольская Е. И. с. 79 (N15) Утробина Л.И. с. 55 (N9).
4 неделя	Перестроение, метание.	1. Закреплять умение детей перестраиваться в пары из колонны по одному. Уметь находить свое место в колонне. Учить правильному хвату рук за края доски при ползании на животе; упражнять в умении сохранять равновесие в ходьбе на повышенной опоре. 2. Закреплять навыки ходьбы между предметами, сохраняя равновесие. 3. Упражнять в метании на дальность снежков, развивая силу броска.	Утробина Л.И. с. 55 (N10). Подольская Е. И. с. 89 (N19) Утробина Л.И. с. 57 (N12).
Январь 1 неделя	Ходьба, прокатывание мяча.	1. Продолжать учить детей ходьбе и бегу между предметами; развивать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу; учить забрасывать мяч в кольцо; 2. Закреплять умение прокатывать мяч ногой между предметами; развивать глазомер. 3. Повторение игровых упражнений на закрепление.	Утробина Л.И. с. 58 (N13). Подольская Е. И. с. 81 (N16) Утробина Л.И. с. 60 (N15).
2 неделя	Ходьба, бег.	1 – 2. Продолжать учить ходьбе и бегу между предметами; развивать умение перебрасывать мяч друг другу; повторить задание в равновесии; воспитывать целеустремленность. 3. Упражнять в беге и прыжках вокруг снеговика.	Утробина Л.И. с. 60 (N16-17). Утробина Л.И. с. 61 (N18).
3 неделя	Прокатывание мяча.	1-2. Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом. 3. Упражнять в прыжках между предметами, в прокатывании мячей	Утробина Л.И. с. 62 (N19-20). Утробина Л.И. с. 63 (N21).

		между предметами, в бросании мяча вверх и о землю и ловля его 2-мя руками.	
4 неделя	Ползание.	1-2. Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен, В равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке. 3. Упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни «медвежата», в отбивании мяча о пол и ловля его 2-мя руками.	Утробина Л.И. с. 64 (N22-23). Утробина Л.И. с. 65 (N24).
Февраль 1 неделя	Лазание.	1-2. Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в равновесии, в прыжках. 3. Упражнять в лазании под рейку (40 см от пола) прямо и боком, в прыжках на 2 ногах с продвижением вперед между предметами (3 м)	Утробина Л.И. с. 66 (N25-26). Утробина Л.И. с. 68 (N27).
2 неделя	Прыжки.	1-2. Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя, в прыжках из обруча в обруч, развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами. 3. Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.	Утробина Л.И. с. 68 (N28-29). Утробина Л.И. с. 69 (N30).
3 неделя	Метание.	1-2. Упражнять в ходьбе и беге в рассыпную между предметами, в ловле мяча 2-мя руками, в ползании на четвереньках 3. Упражнять в метании на дальность. Игровые упражнения: «Кто дальше бросит», Найдем снегурочку», Подвижная игра «Мороз –Красный Нос»	Утробина Л.И. с. 70 (N31-32). Утробина Л.И. с. 71 (N33).
4 неделя	Метание.	1-2. Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, в ползании в прямом направлении, прыжках между предметами. 3. Развивать ловкость и глазомер при метании мешочков.	Утробина Л.И. с. 71 (N34-35). Утробина Л.И. с. 73 (N36).
Март 1 неделя	Спрыгивания на мягкую поверхность.	1. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге в рассыпную, в равновесии и прыжках. 2. Закреплять навыки спрыгивания на мягкую поверхность; совершенствовать навыки ползанья 3. Развивать ловкость и глазомер, Упражнять в беге; Закреплять умение действовать по сигналу воспитателя.	Утробина Л.И. с. 73 (N1-2). Подольская Е. И. с. 93 (N20) Утробина Л.И. с. 74 (N3).
2 неделя	Бег с препятствиями.	1-2. Упражнять: - в ходьбе с выполнением заданий воспитателя по команде, - в прыжках в длину с места, - в бросании мячей через сетку. 3. Упражнять в ходьбе и беге по кругу с выполнением задания, в ползании на животе по гимнастической скамейке. Повторить прокатывание мяча между предметами.	Утробина Л.И. с. 75 (N4-5). Утробина Л.И. с. 77 (N6).

3 неделя	Ходьба, бег.	1-2. Упражнять: – в ходьбе и беге по кругу; – с выполнением задания, – в прокатывании мяча между предметами, в ползании на животе по гимнастической скамейке. 3. Упражнять детей в беге на выносливость, – в ходьбе и беге между предметами, – в прыжках на одной ноге попеременно.	Утробина Л.И. с. 77 (N7-8). Утробина Л.И. с. 78 (N9).
4 неделя	Ходьба, бег.	1-2. Упражнять: – в ходьбе и беге в рассыпную, – с остановкой по сигналу воспитателя, – ползание по скамейке «по-медвежьи», – в равновесии и прыжках. 3. Упражнять в ходьбе попеременно широким и коротким шагом, – с мячом, – в равновесии и в прыжках.	Утробина Л.И. с. 79 (N10-11). Утробина Л.И. с. 80 (N12).
Апрель 1 неделя	Ходьба, бег.	1-2. Упражнять – в ходьбе и беге колонной по одному, в рассыпную; – в равновесии и в прыжках. 3. Упражнять в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне, – в прокатывании обручей, – в упражнениях с мячами.	Утробина Л.И. с. 81 (N13-14). Утробина Л.И. с. 83 (N15).
2 неделя	Ходьба, бег, прыжки.	1-2. Упражнять – в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в ходьбе и беге в рассыпную, в метании мешочков в горизонтальную цель, в умении занимать правильное и.п., в прыжках в длину с места. 3. Повторить ходьбу и бег; упражнения в прыжках и подлезании.	Утробина Л.И. с. 83 (N16-17). Утробина Л.И. с. 85 (N18).
3 неделя	Ходьба, бег, прыжки, перебрасывание мяча.	1-2. Упражнять: – в ходьбе с выполнением задания по сигналу воспитателя, – в ползании на четвереньках. Развивать: – ловкость и глазомер при метании на дальность. 3. Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя, в перебрасывании мячей друг другу, развивая ловкость и глазомер.	Утробина Л.И. с. 85 (N19-20). Утробина Л.И. с. 86 (N21).
4 неделя	Равновесие.	1-2. Упражнять: – в ходьбе и беге в рассыпную, – в равновесии и прыжках. 3. Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в равновесии, в перебрасывании мяча.	Утробина Л.И. с. 87 (N22-23). Утробина Л.И. с. 88 (N24).
Май 1 неделя	Ходьба, прыжки, равновесие.	1-2. Упражнять: – в ходьбе парами, – в сохранении устойчивого равновесия по уменьшенной площади опоры, – в прыжках в длину с места. 3. Упражнять детей в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками,	Утробина Л.И. с. 89 (N25-26). Утробина Л.И. с. 90 (N27).
2 неделя	Ходьба, прыжки,	1-2. Повторить ходьбу со сменой ведущего, упражнять в прыжках в длину	Утробина Л.И. с. 90 (N28-29).

	равновесие	с места, развивать ловкость в упражнении с мячом. 3. Упражнять детей в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя, ходьбе и беге по кругу.	Утробина Л.И. с. 91 (N30).
3 неделя	Ходьба, прыжки, равновесие, метание.	1-2.Упражнять: -в ходьбе с высоким подниманием колена; -в беге враспынную; - в ползании по скамейке на животе; - в метании предметов в вертикальную цель. 3. Упражнять детей в ходьбе и беге парами, закреплять прыжки через короткую скакалку, умение перестраиваться по ходу движения.	Утробина Л.И. с. 92 (N31-32). Утробина Л.И. с. 93 (N33).
4 неделя	Ходьба, прыжки, равновесие, метание.	1-2.Упражнять: – в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры прыжках. Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий. 3. Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения, в подбрасывании и ловле мяча. Повторить игры с мячом, прыжками и бегом.	Утробина Л.И. с. 93 (N34-35). Утробина Л.И. с. 94 (N36).

Приложение 4

Комплексно-тематическое планирование от 5 до 6 лет СЕНТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: ходьба и бег в колонне по одному с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняют равновесие на повышенной опоре, ходьба по скамейке прямо с мешочком на голове; правильно выполняют все виды основных движений; прыгают на 2х ногах из обруча в обруч, перебрасывают мяч друг другу.: 2мя руками снизу, из-за головы 3м.; самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности сверстников, в том числе п/и, уверенно анализируют их				
Вводная часть	Построение в колонну по одному, расчет на первый второй, перестроение из одной в две колонны, ходьба на носках, пятках, с разным положением рук, бег в колонне, на носках, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасыванием их назад, челночный бег, с высоким подниманием колен.			
ОРУ	С малым мячом	На гимнастических скамейках	С осенними листочками	С обручем
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием (боком приставным шагом). 2. Прыжки с места на мат (через набивные мячи) 3.Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя	1.Прыжки с поворотом «кругом» , доставанием до предмета. 2. Метание в горизонтальную цель, в вертикальную цель 3 Пролезание в обруч	1. Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа 2. Перебрасывание мяча через сетку 3. Ходьба по гимнастической скамейке, с приседанием на одной ноге другой	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе с подтягиванием руками 2.Ходьба по наклонной доске и спуск по гимн стенке 3.Прыжки с места вдаль 4. Перебрасывание мяча из одной руки в другую 5. Упражнение

	руками снизу, (из-за головы) 4. Ползание на животе по гимнастической скамейке	разноименными способами, пол шнур 4. Ходьба по гимнастической скамейке с перекачиванием перед собой мяча двумя руками, с мешочком на голове	махом вперед, сбоку скамейки 4. Прыжки через скакалку с вращением перед собой.	«крокодил»
Подвижные игры	«Совушка»	«Перемени предмет»	«Ловишка, бери ленту»	«Горелки»
Малоподвижные игры	«Найди и промолчи».	«Дует, дует ветерок» Ходьба с выполнением заданий дыхательные упражнения	Ходьба с выполнением заданий дыхательные упражнения «Дует, дует ветерок»	«Дерево, кустик, травка»

ОКТАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я/5-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание ,прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений .ритмической гимнастики под музыку.				
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег враспынную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.			
ОРУ	С малым мячом	Без предметов	С веревочкой	С султанчиками (под музыку)
Основные виды движений	1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги.. 2. Ходьба по скамейке с высоким подниманием прямой ноги и хлопок под ней 3.Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой. 4. Ползание на	1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики. 2. Прыжки на двух ногах с мешочком зажатом между ног 3.Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы.	1. Пролезание через три обруча (прямо, боком). 2. Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком. 3. Перелезание с преодолением препятствия. 4. Ходьба по скамейке, на середине порот, перешагивание через мяч	1.Ходьба по узкой скамейке 2..Прыжки через веревочку на одной ноге, продвигаясь вперед 3.Перебрасывание мяча друг другу на ходу 4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед, ноги на вису

	четвереньках, подлезание под дугу прямо и боком	4.Лазание по гимн стенке		
Подвижные игры	«Удочка»	«Жмурки»	Эстафета «Сбор урожая»	«Перелет птиц»
Малоподвижные игры	«Съедобное – не съедобное»	«Затейники»	«Съедобное – не съедобное»	«Летает-не летает»

НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая поэтические и музыкальные произведения, сопровождающие выполнением упражнений ритмической гимнастики и п/и.</p>				
Вводная часть	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег враспынную, с остановкой на сигнал			
ОРУ	Со скакалкой	С обручем	Без предметов	Парами с палкой
Основные виды движений	1. Прыжки через скамейку 2. Ведение мяча с продвижением вперед 3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч 4. Бег по наклонной доске	1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета» 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка с кружением вокруг себя 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, предплечьях и коленях 4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе мешочек на голове	1. Подлезание под шнур боком, прямо не касаясь руками пола 2. Ходьба с мешочком на голове по гимнастической скамейке, руки на поясе 3. Прыжки с места на мат, 4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо	1. Ходьба по гимн. скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками 2. Спрыгивание со скамейки на мат. 3. Ползание до флажка прокатывая мяч впереди себя 4. Лазание по гимн. стенке разноименным способом
Подвижные игры	«Быстро возьми, быстро положи»	«Лошади»	«Хитрая лиса»	«Круговая лапта»
Малоподвижные игры	«Самомассаж» ног мячами ежиками	«Затейники»	«У жирафов»	«Две ладошки». (музыкальная)

ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет техникой выполнения дыхательных упражнений и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям</p>				
Вводная часть	<p>Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени. Дыхательные упражнения</p>			
ОРУ	Без предметов	С мячом	С обручами	С султанчиками под музыку
Основные виды движений	<p>1. Прыжки из глубокого приседа 2. Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием 3. Метание набивного мяча вдаль 4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед</p>	<p>1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей 4. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 5. Прыжки на двух ногах через шнур (две ноги по бокам- одна нога в середине)</p>	<p>1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом (вверх, вниз). 2. Метание мешочков вдаль правой и левой рукой. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с отбиванием мяча о пол 2. Прыжки с разбега на мат 3. Метание в цель 4. Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь (кошечка) и с мешочком на спине</p>
Подвижные игры	«Мороз красный нос»	«Охотники и зайцы»	«Уголки»	«Два мороза»
Малоподвижные игры	Ходьба «Конькобежцы»	«Звериная зарядка»	«Береги мебель»	Игровое упражнение «Снежная королева»

ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я/5-я неделя
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега; владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и,.; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к</p>				

участию в музыкальных играх				
Вводная часть	Построение в колонну , перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени с выполнением заданий, челночный бег			
ОРУ	С палкой	С мячом	С гириями	С султанчиками под музыку
Основные виды движений	1. Ходьба по наклонной доске(40см). 2. Прыжки в длину с места 3. Метание в обруч из положения стоя на коленях (правой и левой) 4. Ходьба по гимн. скамейке с перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую	1. Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове. 2. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед – ноги на вису 3. Прыжки через веревочку (две ноги с боку – одна в середине) 4. Ведение мяча на ходу (баскетбольный вариант)	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по узенькой рейке прямо и боком 3. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета» 4. Перебрасывание мяча снизу друг другу 5. Кружение парами	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть, с перешагиванием через рейки 2. Прыжки в длину с места. 3. Метание мяча в вертикальную цель 4. Пролезание в обруч правым и левым боком
Подвижные игры	«Ловишка с мячом»	«Догони свою пару»	«Ловля обезьян»	«Ловля обезьян»»
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	«Четыре стихии».	«У жирафов»

ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры				
Вводная часть	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком(правое-левое плечо вперед) , перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий			
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С палками парами	С султанчиками под музыку
Основные виды движений	1. Ходьба по скамейке боком приставным шагом 2. Прыжки в длину с разбега	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прыжки через бруски правым боком 3. Забрасывание мяча	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Отбивание мяча

	3. Отбивание мяча правой и левой рукой 4. Ползание по пластунские до обозначенного места	скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Лазание по гимнастической стенке с использованием перекрестного движения рук и ног 4. Прыжки в высоту	в баскетбольное кольцо 4 Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней 5. Перебрасывание набивных мячей	правой и левой рукой поочередно на месте и в движении 3. Прыжки через скамейку 4. Лазание по гимнастической стенке
Подвижные игры	«Ключи»	«Удочка»	«У солдат порядок строгий»	«Цветные автомобили»
Малоподвижные игры	«Самомассаж» лица, шеи, рук	«Море волнуется»	Игровое упражнение: «Снайперы»	«Светофор»

МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперед, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры				
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег в рассыпную, бег до 2 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы			
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С обручем	С султанчиками под музыку
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги и хлопка под ней 2. Метание в цель из разных исходных положений 3. Прыжки из обруча в обруч 4. Подлезание в обруч разными способами	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой 2. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы. 3. Ползание на спине по гимнастической скамейке 4. Прыжки на одной ноге через шнур	1. Ходьба по узкой поверхности боком, с хлопками над головой 2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола 3. Ползание по скамейке по-медвежьи 4. Прыжки через шнур две ноги в середине одна.	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с хлопками за спиной 2 Прыжки со скамейки на мат 3. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом
Подвижные игры	Эстафета «Собери цветы»	«Собери ручейки в речку»	«Гуси-лебеди»	«Медведь и дети»
Малоподвижные игры	Психогимнастика «Ласкушенька»	«Море волнуется»	«Воздушный шар»	«Самомассаж» лица, шеи, рук

АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя

Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры				
Вводная часть	Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево			
ОРУ	Без предметов	С обручем	С кольцом	С мешочками
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой на каждый шаг и за спиной 2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура 3. Переброска мячей в шеренгах 4. Вис на гимнастической стенке	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове 2. Пролезание в обруч боком 3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями 4. Прыжки через короткую скакалку	1. Ходьба по скамейке спиной вперед 2. Прыжки в длину с разбега 3. Метание вдаль набивного мяча 4. Прокатывание обручей друг другу	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе через предметы 2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками. 3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 4. Прыжки через длинную скакалку
Подвижные игры	«Догони свою пару»	«Удочка»	«Мышеловка»	«Ловишка с ленточками»
Малоподвижные игры	«Стоп»	«Найди и промолчи»	«Парашют»	«Кто ушел»

МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры				
Вводная часть	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед			
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С палками	С обручами под музыку

Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание набивного мяча. 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы. 4. Прыжки на одной ноге через скакалку	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прыжки через бруски. 4. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию	1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед 4. Лазание по гимнастической стенке
Подвижные игры	«Разведчики»	«Парашют» (с бегом)	Эстафета «Собери портфель»	Эстафета «Дружба»
Малоподвижные игры	Игровое упражнение «Меткие стрелки»	«Море волнуется»	«Релаксация» «В лесу»	Игра с парашотом

Перспективное планирование от 5 до 6 лет

Месяц, неделя	Тема ООД	ООД (различные виды деятельности)	Использованная литература
	Диагностическая обследование	-выявление умений и навыков	
	Диагностическая обследование	-выявление умений и навыков	
	«Ходьба и бег колонной по одному, бег враспынную, прыжки, перебрасывание мяча.»	- продолжать учить детей ходьбе и беге колонной по одному, беге враспынную; -развивать прыжки с продвижением вперед, умение перебрасывать мяч друг другу; -воспитывать интерес к подвижным играм	Л.И Утробина «Физкультурные занятия в детском саду» Стр.14
	«Ходьба и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя, пролезание в обруч боком. Упражнение на равновесие и прыжки»	-учить ходьбе и бегу с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; -продолжать учить пролезать в обруч боком, не задевая за его край; -развивать умение держать равновесие и выполнять прыжки; -воспитывать любовь к физическому развитию.	Л.И. Утробина Стр.23
	«Поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному, бег с преодолением препятствий, прыжки с высоты, перебрасывание мяча»	-разучить поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; -повторить бег с преодолением препятствий; -развивать координацию движений при перебрасывании мяча;	Л.И Утробина Стр.29

		-воспитывать у детей усердность	
	«Ходьба парами; лазанье в обруч; прыжки»	-продолжать учить ходьбе парами; -повторить лазанье в обруч; -развивать умение держать равновесие и выполнять прыжки; -воспитывать целеустремленность	Л.И. Утробина Стр.34
	«Ходьба с изменением направления движения, прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперед; ползание по гимнастической скамейке ;ведение мяча между предметами»	-учить ходьбе с изменением направления движения, бегу между предметами; -повторить прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперед; -развивать умение ползать по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами; -воспитывать интерес к подвижным играм	Л.И Утробина Стр.41
	«Ходьба с выполнении действий по сигналу воспитателя; прыжки»	-продолжать учить выполнять ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя; -развивать умение держать равновесие и выполнять прыжки; -воспитывать целеустремленность	Л.И Утробина Стр.45
	«Бег и ходьба по кругу, взявшись за руки , с поворотом в другую сторону; прыжки на правой и левой ноге; игры с мячом»	-учить в ходьбе и беге по кругу , взявшись за руки с поворотом в другую сторону; -развивать прыжки на правой и левой ноге, с продвижением вперед; -упражнять в ползании и переброске мяча; -воспитывать интерес к играм с мячом	Л.И. Утробина Стр.50
	«Ходьба и бег враспынную; упражнения с мячом; ползание по гимнастической скамейке; упражнения на сохранения устойчивого равновесия»	-продолжать учить детей ходьбе и беге враспынную; -учить ловить мяч; -развивать ловкость и глазомер; -повторить ползание по гимнастической скамейке; -упражнять в сохранении устойчивого равновесия; -воспитывать любовь к физическому развитию	Л.И. Утробина Стр.52
	«Ходьба и бег между предметами; ходьба и бег по наклонной доске; прыжки с ноги на ногу; забрасывание мяча в кольцо»	-продолжать учить детей ходьбе и бегу между предметами; -развивать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; -упражнять в прыжках с ноги на ногу; -учить забрасывать мяч в кольцо;	Л.И. Утробина Стр.58
	«Ходьба и бег между предметами; перебрасывание мяча друг другу; задание в равновесии»	-продолжать учить ходьбе и бегу между предметами; -развивать умение перебрасывать мяч друг другу; -повторить задание в равновесии; -воспитывать целеустремленность	Л.И. Утробина Стр.62
	«Непрерывный бег; лазанье на гимнастическую стенку; ходьба на повышенной опоре; задания в прыжках и с мячом»	-упражнять детей в непрерывном беге; -учить в лазанье на гимнастическую стенку, не	Л.И. Утробина Стр.72

		пропуская реек; Развивать сохранять равновесие при ходьбе на повышенной опоре; -повторить задания в прыжках и с мячом; -воспитывать любовь к физическому развитию	
	«Ходьба колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; ходьба по канату(шнур)с мешочком на голове; прыжки и перебрасывание мяча»	-продолжать учить детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; -разучить ходьбу по канату (шнур) с мешочком на голове; -упражнять в прыжках и перебрасывании мяча; -развивать ловкость и глазомер; -воспитывать целеустремленность	Л.И. Утробина Стр.75
	«Ходьба и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную; прыжки в высоту с разбега; метание мешочков в цель; ползание между предметами»	- повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную; -разучить прыжок в высоту с разбега; -развивать метание мешочков в цель, в ползании между предметами; - воспитывать интерес к подвижным играм	Л.И. Утробина Стр.78
	«Ходьба и бег по кругу; ходьба по повышенной опоре; прыжки; метание»	-повторить ходьбу и бег по кругу; -учить сохранять равновесие при ходьбе по повышенной опоре; -развивать прыжки и метание в цель; - воспитывать целеустремленность	Л.И. Утробина Стр.85
	«Ходьба и бег между предметами ;прыжки с короткой скакалкой; упражнения в прокатывание обручей»	-повторить ходьбу и бег между предметами; -разучить прыжки с короткой скакалкой; -развивать и упражнять в прокатывании обручей; - воспитывать любовь к физическому развитию	Л.И.Утробина Стр.87
	«Ходьба и бег в колонне по одному с перешагиванием через предметы; прыжок в длину с разбега; упражнения в перебрасывании мяча»	-упражнять детей ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; -разучить прыжок в длину с разбега; -развивать и упражнять в перебрасывании мяча; - воспитывать интерес к подвижным играм	Л.И Утробина Стр.95
	«Ходьба с изменением темпа движения ;ползание по гимнастической скамейке на животе; прыжки между предметами»	-продолжать учить ходьбе с изменением темпа движения; -развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; -повторить прыжки между предметами; -воспитывать любовь к физическому развитию	Л.И.Утробина Стр.99.
	Диагностическая обследование	-выявление умений и навыков	
	Диагностическая обследование	-выявление умений и навыков	

Приложение 5

Комплексно-тематическое планирование от 6 до 7 лет СЕНТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: ходьба и бег в колонне по одному с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняют равновесие на повышенной опоре, ходьба по скамейке прямо с мешочком на голове; правильно выполняют все виды основных движений; прыгают на 2х ногах из обруча в обруч, перебрасывают мяч друг другу.: 2мя руками снизу, из-за головы 3м.; самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности сверстников, в том числе п/и, уверенно анализируют их</p>				
Вводная часть	<p>Построение в колонну по одному, расчет на первый второй, перестроение из одной в две колонны, ходьба на носках, пятках, с разным положением рук, бег в колонне, на носках, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасыванием их назад, челночный бег, с высоким подниманием колен.</p>			
ОРУ	С малым мячом	На гимнастических скамейках	С осенними листочками	С обручем
Основные виды движений	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием (боком приставным шагом).</p> <p>2. Прыжки с места на мат (через набивные мячи)</p> <p>3.Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, (из-за головы)</p> <p>4. Ползание на животе по гимнастической скамейке</p>	<p>1.Прыжки с поворотом «кругом» , доставанием до предмета.</p> <p>2. Метание в горизонтальную цель, в вертикальную цель</p> <p>3 Пролезание в обруч разноименными способами, пол шнур</p> <p>4. Ходьба по гимнастической скамейке с перекатыванием перед собой мяча двумя руками, с мешочком на голове</p>	<p>1. Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа</p> <p>2. Перебрасывание мяча через сетку</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке, с приседанием на одной ноге другой махом вперед, сбоку скамейки</p> <p>4. Прыжки через скакалку с вращением перед собой.</p>	<p>1. Ползание по гимнастической скамейке на животе с подтягиванием руками</p> <p>2.Ходьба по наклонной доске и спуск по гимн стенке</p> <p>3.Прыжки с места вдаль</p> <p>4. Перебрасывание мяча из одной руки в другую</p> <p>5. Упражнение «крокодил»</p>
Подвижные игры	«Совушка»	«Перемени предмет»	«Ловишка, бери ленту»	«Горелки»
Малоподвижные игры	«Найди и промолчи».	«Дует, дует ветерок» Ходьба с выполнением заданий дыхательные упражнения	Ходьба с выполнением заданий дыхательные упражнения «Дует, дует ветерок»	«Дерево, кустик, травка»

ОКТАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я/5-я неделя
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку.</p>				
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег враспынную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.			
ОРУ	С малым мячом	Без предметов	С веревочкой	С султанчиками (под музыку)
Основные виды движений	1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги. 2. Ходьба по скамейке с высоким подниманием прямой ноги и хлопок под ней 3. Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой. 4. Ползание на четвереньках, подлезание под дугу прямо и боком	1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики. 2. Прыжки на двух ногах с мешочком зажатом между ног 3. Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы. 4. Лазание по гимн стенке	1. Пролезание через три обруча (прямо, боком). 2. Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком. 3. Перелезание с преодолением препятствия. 4. Ходьба по скамейке, на середине порот, перешагивание через мяч	1. Ходьба по узкой скамейке 2. Прыжки через веревочку на одной ноге, продвигаясь вперед 3. Перебрасывание мяча друг другу на ходу 4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед, ноги на вису
Подвижные игры	«Удочка»	«Жмурки»	Эстафета «Сбор урожая»	«Перелет птиц»
Малоподвижные игры	«Съедобное – не съедобное»	«Затейники»	«Съедобное – не съедобное»	«Летает-не летает»

НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции</p>				

(радость, удовольствие), слушая поэтические и музыкальные произведения, сопровождающие выполнением упражнений ритмической гимнастики и п/и.				
Вводная часть	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег враспынную, с остановкой на сигнал			
ОРУ	Со скакалкой	С обручем	Без предметов	Парами с палкой
Основные виды движений	1. Прыжки через скамейку 2. Ведение мяча с продвижением вперед 3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч 4. Бег по наклонной доске	1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета» 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка с кружением вокруг себя 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, предплечьях и коленях 4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе мешочек на голове	1. Подлезание под шнур боком, прямо не касаясь руками пола 2. Ходьба с мешочком на голове по гимнастической скамейке, руки на поясе 3. Прыжки с места на мат, 4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо	1. Ходьба по гимнастической скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками 2. Спрыгивание со скамейки на мат. 3. Ползание до флажка прокатывая мяч впереди себя 4. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом
Подвижные игры	«Быстро возьми, быстро положи»	«Лошади»	«Хитрая лиса»	«Круговая лапта»
Малоподвижные игры	«Самомассаж» ног мячами ежиками	«Затейники»	«У жирафов»	«Две ладошки». (музыкальная)

ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет техникой выполнения дыхательных упражнений и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям				
Вводная часть	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени. Дыхательные упражнения			
ОРУ	Без предметов	С мячом	С обручами	С султанчиками под музыку
Основные виды движений	1. Прыжки из глубокого приседа 2. Ходьба по гимнастической скамейке с	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2. Ползание по гимнастической	1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом (вверх, вниз). 2. Метание мешочков	1. Ходьба по гимнастической скамейке с отбиванием мяча о пол 2. Прыжки с разбега на мат

	приседанием 3.Метание набивного мяча вдаль 4.Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед	скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей 4. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 5. Прыжки на двух ногах через шнур (две ноги по бокам- одна нога в середине)	вдаль правой и левой рукой. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	3. Метание в цель 4.Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь(кошечка) и с мешочком на спине
Подвижные игры	«Мороз красный нос»	«Охотники и зайцы»	«Уголки»	«Два мороза»
Малоподвижные игры	Ходьба «Конькобежцы»	«Звериная зарядка»	«Береги мебель»	Игровое упражнение «Снежная королева»

ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я/5-я неделя
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега; владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и,.; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх</p>				
Вводная часть	Построение в колонну , перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени с выполнением заданий, челночный бег			
ОРУ	С палкой	С мячом	С гириями	С султанчиками под музыку
Основные виды движений	1.Ходьба по наклонной доске(40см). 2. Прыжки в длину с места 3. Метание в обруч из положения стоя на коленях (правой и левой) 4. Ходьба по гимн. скамейке с перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую	1. Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове. 2. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед – ноги на вису 3. Прыжки через веревочку (две ноги с боку – одна в середине) 4.Ведение мяча на ходу (баскетбольный вариант)	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по узенькой рейке прямо и боком 3. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета» 4.Перебрасывание мяча снизу друг другу 5. Кружение парами	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть, с перешагиванием через рейки 2.Прыжки в длину с места. 3. Метание мяча в вертикальную цель 4. Пролезание в обруч правым и левым боком

Подвижные игры	«Ловишка с мячом»	«Догони свою пару»	«Ловля обезьян»	«Ловля обезьян»»
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	«Четыре стихии».	«У жирафов»

ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры				
Вводная часть	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком(правое-левое плечо вперед) , перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий			
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С палками парами	С султанчиками под музыку
Основные виды движений	1. Ходьба по скамейке боком приставным шагом 2. Прыжки в длину с разбега 3. Отбивание мяча правой и левой рукой 4. Ползание по пластунские до обозначенного места	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Лазание по гимнастической стенке с использованием перекрестного движения рук и ног 4. Прыжки в высоту	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прыжки через бруски правым боком 3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо 4 Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней 5. Перебрасывание набивных мячей	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении 3. Прыжки через скамейку 4. Лазание по гимнастической стенке
Подвижные игры	«Ключи»	«Удочка»	«У солдат порядок строгий»	«Цветные автомобили»
Малоподвижные игры	«Самомассаж» лица, шеи, рук	«Море волнуется»	Игровое упражнение: «Снайперы»	«Светофор»

МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры				
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег враспынную, бег до 2			

	мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы			
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С обручем	С султанчиками под музыку
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги и хлопка под ней 2. Метание в цель из разных исходных положений 3. Прыжки из обруча в обруч 4. Подлезание в обруч разными способами	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой 2. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы. 3. Ползание на спине по гимнастической скамейке 4. Прыжки на одной ноге через шнур	1. Ходьба по узкой поверхности боком, с хлопками над головой 2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола 3. Ползание по скамейке по-медвежьи 4. Прыжки через шнур две ноги в середине одна.	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с хлопками за спиной 2. Прыжки со скамейки на мат 3. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом
Подвижные игры	Эстафета «Собери цветы»	«Собери ручейки в речку»	«Гуси-лебеди»	«Медведь и дети»
Малоподвижные игры	Психогимнастика «Ласкушенька»	«Море волнуется»	«Воздушный шар»	«Самомассаж» лица, шеи, рук

АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учетом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперед, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры				
Вводная часть	Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево			
ОРУ	Без предметов	С обручем	С кольцом	С мешочками
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой на каждый шаг и за спиной 2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура 3. Переброска мячей в шеренгах 4. Вис на гимнастической стенке	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове 2. Пролезание в обруч боком 3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями 4. Прыжки через короткую скакалку	1. Ходьба по скамейке спиной вперед 2. Прыжки в длину с разбега 3. Метание вдаль набивного мяча 4. Прокатывание обручей друг другу	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе через предметы 2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками. 3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 4. Прыжки через длинную скакалку

Подвижные игры	«Догони свою пару»	«Удочка»	«Мышеловка»	«Ловишка с ленточками»
Малоподвижные игры	«Стоп»	«Найди и промолчи»	«Парашют»	«Кто ушел»

МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p>				
Вводная часть	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед			
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С палками	С обручами под музыку
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание набивного мяча. 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы. 4. Прыжки на одной ноге через скакалку	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прыжки через бруски. 4. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию	1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед 4. Лазание по гимнастической стенке
Подвижные игры	«Разведчики»	«Парашют» (с бегом)	Эстафета «Собери портфель»	Эстафета «Дружба»
Малоподвижные игры	Игровое упражнение «Меткие стрелки»	«Море волнуется»	«Релаксация» «В лесу»	Игра с парашютом

Перспективное планирование

Месяц, неделя	Тема ООД	ООД (различные виды деятельности)	Использованная литература
	Диагностическая обследование	-выявление умений и навыков	
	Диагностическая обследование	-выявление умений и навыков	
	«Ходьба и бег колонной по одному, бег враспынную, прыжки, перебрасывание мяча.»	- продолжать учить детей ходьбе и беге колонной по одному, беге враспынную; -развивать прыжки с продвижением вперед, умение перебрасывать мяч друг другу; -воспитывать интерес к подвижным играм	Л.И Утробина «Физкультурные занятия в детском саду» Стр.14
	«Ходьба и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя, пролезание в обруч боком. Упражнение на равновесие и прыжки»	-учить ходьбе и бегу с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; -продолжать учить пролезать в обруч боком, не задевая за его край; -развивать умение держать равновесие и выполнять прыжки; -воспитывать любовь к физическому развитию.	Л.И. Утробина Стр.23
	«Поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному, бег с преодолением препятствий, прыжки с высоты, перебрасывание мяча»	-разучить поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; -повторить бег с преодолением препятствий; -развивать координацию движений при перебрасывании мяча; -воспитывать у детей усердность	Л.И. Утробина Стр.29
	«Ходьба парами; лазанье в обруч; прыжки»	-продолжать учить ходьбе парами; -повторить лазанье в обруч; -развивать умение держать равновесие и выполнять прыжки; -воспитывать целеустремленность	Л.И. Утробина Стр.34
	«Ходьба с изменением направления движения, прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперед; ползание по гимнастической скамейке; ведение мяча между предметами»	-учить ходьбе с изменением направления движения, бегу между предметами; -повторить прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперед; -развивать умение ползать по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами; -воспитывать интерес к подвижным играм	Л.И.Утробина Стр.41
	«Ходьба с выполнением действий по сигналу воспитателя; прыжки»	-продолжать учить выполнять ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя; -развивать умение держать равновесие и выполнять прыжки; -воспитывать целеустремленность	Л.И. Утробина Стр.45
	«Бег и ходьба по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; прыжки на правой и левой»	-учить в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки с поворотом в другую сторону; -развивать прыжки на правой и	Л.И. Утробина Стр.50

	ноге; игры с мячом»	левой ноге, с продвижением вперед; -упражнять в ползании и переброске мяча; -воспитывать интерес к играм с мячом	
	«Ходьба и бег врассыпную; упражнения с мячом; ползание по гимнастической скамейке; упражнения на сохранения устойчивого равновесия»	-продолжать учить детей ходьбе и беге врассыпную; -учить ловить мяч; -развивать ловкость и глазомер; -повторить ползание по гимнастической скамейке; -упражнять в сохранении устойчивого равновесия; -воспитывать любовь к физическому развитию	Л.И. Утробина Стр.52
	«Ходьба и бег между предметами; ходьба и бег по наклонной доске; прыжки с ноги на ногу; забрасывание мяча в кольцо»	-продолжать учить детей ходьбе и бегу между предметами; -развивать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; -упражнять в прыжках с ноги на ногу; -учить забрасывать мяч в кольцо;	Л.И. Утробина Стр.58
	«Ходьба и бег между предметами; перебрасывание мяча друг другу; задание в равновесии»	- продолжать учить ходьбе и бегу между предметами; -развивать умение перебрасывать мяч друг другу; -повторить задание в равновесии; -воспитывать целеустремленность	Л.И. Утробина а Стр.62
	«Непрерывный бег; лазанье на гимнастическую стенку; ходьба на повышенной опоре; задания в прыжках и с мячом»	-упражнять детей в непрерывном беге; -учить в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; Развивать сохранять равновесие при ходьбе на повышенной опоре; -повторить задания в прыжках и с мячом; -воспитывать любовь к физическому развитию	Л.И Утробина Стр.72
	«Ходьба колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; ходьба по канату(шнуру)с мешочком на голове; прыжки и перебрасывание мяча»	-продолжать учить детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; -разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; -упражнять в прыжках и перебрасывании мяча; -развивать ловкость и глазомер; -воспитывать целеустремленность	Л.И.Утробина Стр.75
	«Ходьба и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную; прыжки в высоту с разбега; метание мешочков в цель; ползание между предметами»	- повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную; -разучить прыжок в высоту с разбега; -развивать метание мешочков в цель, в ползании между предметами; - воспитывать интерес к подвижным играм	Л.И Утробина Стр.78
	«Ходьба и бег по кругу; ходьба по повышенной опоре; прыжки; метание»	-повторить ходьбу и бег по кругу; -учить сохранять равновесие при ходьбе по повышенной опоре;	Л.И. Утробина Стр.85

		-развивать прыжки и метание в цель; - воспитывать целеустремленность	
	«Ходьба и бег между предметами ;прыжки с короткой скакалкой; упражнения в прокатывание обручей»	-повторить ходьбу и бег7 между предметами; -разучить прыжки с короткой скакалкой; -развивать и упражнять в прокатывании обручей; - воспитывать любовь к физическому развитию	Л.И. Утробин а Стр.87
	«Ходьба и бег в колонне по одному с перешагиванием через предметы; прыжок в длину с разбега; упражнения в перебрасывании мяча»	-упражнять детей ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; -разучить прыжок в длину с разбега; -развивать и упражнять в перебрасывании мяча; - воспитывать интерес к подвижным играм	Л.И. Утробина Стр.95
	«Ходьба с изменением темпа движения ;ползание по гимнастической скамейке на животе; прыжки между предметами»	-продолжать учить ходьбе с изменением темпа движения; -развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; -повторить прыжки между предметами; -воспитывать любовь к физическому развитию	Л.И. Утробина Стр.99.
	Диагностическая обследование	-выявление умений и навыков	
	Диагностическая обследование	-выявление умений и навыков	