

ПРИНЯТА

УТВЕРЖДАЮ

Решением Педагогического совета
Образовательного учреждения
Протокол от «___» № _____

Заведующий
_____/И.С. Лукина/
Приказ от « .» № _____

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
СМИРНОВОЙ ПОЛИНЫ ЮРЬЕВНЫ**

**ДЛЯ ГРУПП ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
ДЕТЕЙ 3 – 7 ЛЕТ
ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ДОШКОЛЬНОГО
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
ДЕТСКОГО САДА ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА № 12
С ПРИОРИТЕТНЫМ ОСУЩЕСТВЛЕНИЕМ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО
ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ ДЕТЕЙ
АДМИРАЛТЕЙСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

(ГБДОУ детский сад № 12 Адмиралтейского района Санкт-Петербурга)

Срок реализации: 1 учебный год.

Санкт-Петербург
2025

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

I. Целевой раздел.		№стр.
1.1	Пояснительная записка.	4
1.2	Цели и задачи рабочей программы.	4
1.3	Принципы построения рабочей программы.	5
1.4	Характеристика особенностей развития детей 3-7 лет.	5
1.5	Планируемые результаты освоения образовательной программы дошкольного образования.	11
1.6	Развивающий анализ качества дошкольного образования, реализуемого по образовательной программе	15
II. Содержательный раздел.		
2.1	Содержание образовательной деятельности по областям.	16
2.1.1	Образовательная деятельность по «Физическому развитию» в режимных моментах:	16
2.2	Реализации образовательной области «Физическое развитие» в группах дошкольного возраста	17
2.2.1	Младший дошкольный возраст	17
2.2.2	Средний дошкольный возраст	18
2.2.3	Старший дошкольный возраст	19
2.2.4	Подготовительный дошкольный возраст	20
2.3	Комплексно-тематическое планирование работы на 2025 - 2026 учебный год.	22
2.4	Планирование Образовательной деятельности по «физическому развитию» с детьми от 3 до 7 лет.	30
2.4.1	Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности детей от 3 до 4 лет.	30
2.4.2	Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности детей от 4 до 5 лет.	46
2.4.3	Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности детей от 5 до 6 лет.	64
2.4.4	Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности детей от 6 до 7 лет.	84
2.5	Циклограмма деятельности инструктора по физической культуре	101
2.6	Формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы.	103
2.7	Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников.	105
2.8.	Годовой план работы с родителями инструктора по физической культуре	106
III. Организационный раздел.		
3.1	Материально - техническое оснащение образовательного процесса.	107
3.2	Учебно-методическое обеспечение программы	108
3.3	Организация жизни детей при реализации программы организация развивающей предметно – пространственной среды в группах общеразвивающей направленности для детей от 3 до 7 лет.	112

3.4	Режим пребывания воспитанников в дошкольном образовательном учреждении	112
3.5	Система физкультурно-оздоровительной работы. Режим двигательной активности воспитанников.	114
3.6	Расписание занятий.	124
3.7	Учебный план по реализации рабочей программы.	126
3.8	Организация развивающей предметно-пространственной среды в группе общеразвивающей направленности для детей от 3 до 7 лет	126
IV.Дополнительный раздел		
4.1	Краткая презентация рабочей программы	129
4.2.	Приложение	131
4.2.1	Подборка электронных образовательных ресурсов для работы педагогов дошкольных образовательных учреждений	131
4.2.2	Организация образовательного процесса в особых условиях	138

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора по физической культуре (далее – Программа) разработана на основе образовательной программы дошкольного образования Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад общеразвивающего вида № 12 с приоритетным осуществлением деятельности по художественно-эстетическому развитию детей Адмиралтейского района Санкт-Петербурга.

При разработке Программы учитывался интегративный подход к отбору и организации содержания образования. Программа ориентирована на учет:

- интересов и потребностей потребителей образовательных услуг (воспитанников) и заказчиков образовательных услуг (родителей воспитанников, их законных представителей);
- сложившихся в практике детского сада культурно-образовательных традиций.

Программа является нормативным документом, регламентирующим образовательный процесс в ГБДОУ детский сад № 12 с учётом его специфики, учебно-методического, материально-технического и кадрового состава.

Программа включает четыре раздела: целевой, содержательный, организационный и дополнительный в каждом из которых отражается обязательная часть и часть, формируемая участниками образовательных отношений.

Программа подчеркивает особую роль семьи в сотрудничестве с детским садом, концептуальным подходом которой является – развитие субъективной позиции родителей в педагогическом процессе, то есть развитие ответственного, активного отношения к образовательной деятельности. Программа дошкольного образования может корректироваться в связи с изменениями нормативно-правовой базы дошкольного образования, образовательного запроса родителей, видовой структуры групп.

Содержание Программы включает совокупность образовательных областей, которые обеспечивают всестороннее развитие личности ребенка. Программа направлена на создание условий развития дошкольников, открывающих возможности для позитивной социализации ребёнка, его всестороннего личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками в соответствующих дошкольному возрасту видах деятельности.

Программа включает обязательную часть и часть, формируемую участниками образовательных отношений. Обе части являются взаимодополняющими и необходимыми с точки зрения реализации требований Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования.

1.2. Цель и задачи программы

Цель: создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, создание в детском саду индивидуальных возможностей для развития способностей, широкого взаимодействия с миром, активного включения дошкольника в разных видах деятельности, творческой самореализации.

Задачи:

1. Способствовать развитию физических качеств ребенка (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
2. Обогащать двигательный опыт детей за счет включения разнообразных игр спортивной направленности;
3. Пропагандировать работу по физкультурно-оздоровительному направлению среди воспитателей и родителей;

1.3. Принципы построения рабочей программы:

Программа построена на принципах лично-ориентированного подхода к каждому ребёнку и направлена на его всестороннее развитие, выявление и педагогическое сопровождение его индивидуальных способностей, формирование духовных и общечеловеческих ценностей. В основе реализации программы заложены основные принципы федерального государственного стандарта дошкольного образования, такие как:

- полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащения (амплификации) детского развития;
- индивидуализацию дошкольного образования (в том числе одарённых детей и детей с ограниченными возможностями здоровья);
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержку инициативы детей в различных видах деятельности;
- партнерство с семьей;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- возрастную адекватность (соответствия условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учёт этнокультурной ситуации развития детей.
- обеспечение преемственности дошкольного общего и начального общего образования.

1.4. Характеристика особенностей развития детей 3-7 лет

Возрастные особенности развития детей 3-4 лет

В возрасте 3–4 лет ребенок постепенно выходит за пределы семейного круга. Его общение становится внеситуативным. Взрослый становится для ребенка не только членом семьи, но и носителем определенной общественной функции. Желание ребенка выполнять такую же функцию приводит к противоречию с его реальными возможностями. Это противоречие разрешается через развитие игры, которая становится ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте.

Главной особенностью игры является ее условность: выполнение одних действий с одними предметами предполагает их отнесенность к другим действиям с другими предметами. Основным содержанием игры младших дошкольников являются действия с игрушками и предметами-заместителями. Продолжительность игры небольшая. Младшие дошкольники ограничиваются игрой с одной-двумя ролями и простыми, неразвернутыми сюжетами. Игры с правилами в этом возрасте только начинают формироваться.

Изобразительная деятельность ребенка зависит от его представлений о предмете. В этом возрасте они только начинают формироваться. Графические образы бедны. У одних детей в изображениях отсутствуют детали, у других рисунки могут быть более детализированы. Дети уже могут использовать цвет.

Большое значение для развития мелкой моторики имеет лепка. Младшие дошкольники способны под руководством взрослого вылепить простые предметы.

Известно, что аппликация оказывает положительное влияние на развитие восприятия. В этом возрасте детям доступны простейшие виды аппликации.

Конструктивная деятельность в младшем дошкольном возрасте ограничена возведением несложных построек по образцу и по замыслу.

В младшем дошкольном возрасте развивается перцептивная деятельность. Дети от использования прототипов — индивидуальных единиц восприятия, переходят к

сенсорным эталонам — культурно-выработанным средствам восприятия. К концу младшего дошкольного возраста дети могут воспринимать до 5 и более форм предметов и до 7 и более цветов, способны дифференцировать предметы по величине, ориентироваться в пространстве группы детского сада, а при определенной организации образовательного процесса — и в помещении всего дошкольного учреждения.

Развиваются память и внимание. По просьбе взрослого дети могут запомнить 3–4 слова и 5–6 названий предметов. К концу младшего дошкольного возраста они способны запомнить значительные отрывки из любимых произведений.

Продолжает развиваться наглядно-действенное мышление. При этом преобразования ситуаций в ряде случаев осуществляются на основе целенаправленных проб с учетом желаемого результата. Дошкольники способны установить некоторые скрытые связи и отношения между предметами.

В младшем дошкольном возрасте начинает развиваться воображение, которое особенно наглядно проявляется в игре, когда одни объекты выступают в качестве заместителей других.

Взаимоотношения детей обусловлены нормами и правилами. В результате целенаправленного воздействия они могут усвоить относительно большое количество норм, которые выступают основанием для оценки собственных действий и действий других детей.

Взаимоотношения детей ярко проявляются в игровой деятельности. Они скорее играют рядом, чем активно вступают во взаимодействие. Однако уже в этом возрасте могут наблюдаться устойчивые избирательные взаимоотношения. Конфликты между детьми возникают преимущественно по поводу игрушек. Положение ребенка в группе сверстников во многом определяется мнением воспитателя.

В младшем дошкольном возрасте можно наблюдать соподчинение мотивов поведения в относительно простых ситуациях. Сознательное управление поведением только начинает складываться; во многом поведение ребенка еще ситуативно. Вместе с тем можно наблюдать и случаи ограничения собственных побуждений самим ребенком, сопровождаемые словесными указаниями. Начинает развиваться самооценка, при этом дети в значительной мере ориентируются на оценку воспитателя. Продолжает развиваться также их половая идентификация, что проявляется в характере выбираемых игрушек и сюжетов.

Возрастные особенности развития детей 4-5 лет

В игровой деятельности детей среднего дошкольного возраста появляются ролевые взаимодействия. Они указывают на то, что дошкольники начинают отделять себя от принятой роли. в процессе игры роли могут меняться. игровые действия начинают выполняться не ради них самих, а ради смысла игры. Происходит разделение игровых и реальных взаимодействий детей.

Развивается изобразительная деятельность. Рисунок становится предметным и детализированным. Графическое изображение человека характеризуется наличием туловища, глаз, рта, носа, волос, иногда одежды и ее деталей. Совершенствуется техническая сторона изобразительной деятельности. Дети могут рисовать основные геометрические фигуры, вырезать ножницами, наклеивать изображения на бумагу и т. д.

Усложняется конструирование. Постройки могут включать 5–6 деталей. Формируются навыки конструирования по собственному замыслу, а также планирование последовательности действий.

Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений. Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники, удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Усложняются игры с мячом.

К концу среднего дошкольного возраста восприятие детей становится более развитым. Они оказываются способными назвать форму, на которую похож тот или иной предмет.

Могут вычленять в сложных объектах простые формы и из простых форм воссоздавать сложные объекты. Дети способны упорядочить группы предметов по сенсорному признаку — величине, цвету; выделить такие параметры, как высота, длина и ширина. Совершенствуется ориентация в пространстве.

Возрастает объем памяти. Дети запоминают до 7–8 названий предметов. Начинает складываться произвольное запоминание: дети способны принять задачу на запоминание, помнят поручения взрослых, могут выучить небольшое стихотворение и т. д.

Начинает развиваться образное мышление. Дети способны использовать простые схематизированные изображения для решения несложных задач. Дошкольники могут строить по схеме, решать лабиринтные задачи. Развивается предвосхищение. На основе пространственного расположения объектов дети могут сказать, что произойдет в результате их взаимодействия. Однако при этом им трудно встать на позицию другого наблюдателя и во внутреннем плане совершить мысленное преобразование образа.

Для детей этого возраста особенно характерны известные феномены Ж. Пиаже: сохранение количества, объема и величины. Например, если им предъявить три черных кружка и семь белых кружков из бумаги и спросить: «Каких кружков больше — черных или белых?», большинство ответят, что белых больше. Но если спросить: «Каких больше — белых или бумажных?», ответ будет таким же — больше белых.

Продолжает развиваться воображение. Формируются такие его особенности, как оригинальность и произвольность. Дети могут самостоятельно придумать небольшую сказку на заданную тему.

Увеличивается устойчивость внимания. Ребенку оказывается доступной сосредоточенная деятельность в течение 15–20 минут. Он способен удерживать в памяти при выполнении каких-либо действий несложное условие.

В среднем дошкольном возрасте улучшается произношение звуков и дикция. Речь становится предметом активности детей. Они удачно имитируют голоса животных, интонационно выделяют речь тех или иных персонажей. Интерес вызывают ритмическая структура речи, рифмы.

Развивается грамматическая сторона речи. Дошкольники занимаются словотворчеством на основе грамматических правил. Речь детей при взаимодействии друг с другом носит ситуативный характер, а при общении с взрослым становится внеситуативной.

Изменяется содержание общения ребенка и взрослого. Оно выходит за пределы конкретной ситуации, в которой оказывается ребенок. Ведущим становится познавательный мотив. Информация, которую ребенок получает в процессе общения, может быть сложной и трудной для понимания, но она вызывает у него интерес.

У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к их повышенной обидчивости на замечания. Повышенная обидчивость представляет собой возрастной феномен.

Взаимоотношения со сверстниками характеризуются избирательностью, которая выражается в предпочтении одних детей другим. Появляются постоянные партнеры по играм. В группах начинают выделяться лидеры. Появляются конкурентность, соревновательность. Последняя важна для сравнения себя с другим, что ведет к развитию образа Я ребенка, его детализации.

Основные достижения возраста связаны с развитием игровой деятельности; появлением ролевых и реальных взаимодействий; с развитием изобразительной деятельности; конструированием по замыслу, планированием; совершенствованием восприятия, развитием образного мышления и воображения, эгоцентричностью познавательной позиции; развитием памяти, внимания, речи, познавательной мотивации; формированием потребности в уважении со стороны взрослого, появлением обидчивости,

конкурентности, соревновательности со сверстниками; дальнейшим развитием образа Я ребенка, его детализацией.

Возрастные особенности развития детей 5-6 лет

Дети шестого года жизни уже могут распределять роли до начала игры и строить свое поведение, придерживаясь роли. игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей и по содержанию, и интонационно взятой роли. Речь, сопровождающая реальные отношения детей, отличается от ролевой речи.

Дети начинают осваивать социальные отношения и понимать подчиненность позиций в различных видах деятельности взрослых, одни роли становятся для них более привлекательными, чем другие. При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные с субординацией ролевого поведения. Наблюдается организация игрового пространства, в котором выделяются смысловой «центр» и «периферия». (В игре «Больница» таким центром оказывается кабинет врача, в игре «Парикмахерская» — зал стрижки, а зал ожидания выступает в качестве периферии игрового пространства.) Действия детей в играх становятся разнообразными.

Развивается изобразительная деятельность детей. Это возраст наиболее активного рисования. В течение года дети способны создать до двух тысяч рисунков. Рисунки могут быть самыми разными по содержанию: это и жизненные впечатления детей, и воображаемые ситуации, и иллюстрации к фильмам и книгам. Обычно рисунки представляют собой схематичные изображения различных объектов, но могут отличаться оригинальностью композиционного решения, передавать статичные и динамичные отношения. Рисунки приобретают сюжетный характер; достаточно часто встречаются многократно повторяющиеся сюжеты с небольшими или, напротив, существенными изменениями. Изображение человека становится более детализированным и пропорциональным. По рисунку можно судить о половой принадлежности и эмоциональном состоянии изображенного человека.

Конструирование характеризуется умением анализировать условия, в которых протекает эта деятельность. Дети используют и называют различные детали деревянного конструктора. Могут заменить детали постройки в зависимости от имеющегося материала. Овладевают обобщенным способом обследования образца. Дети способны выделять основные части предполагаемой постройки. Конструктивная деятельность может осуществляться на основе схемы, по замыслу и по условиям. Появляется конструирование в ходе совместной деятельности.

Дети могут конструировать из бумаги, складывая ее в несколько раз (два, четыре, шесть сгибаний); из природного материала. Они осваивают два способа конструирования: 1) от природного материала к художественному образу (ребенок «достраивает» природный материал до целостного образа, дополняя его различными деталями); 2) от художественного образа к природному материалу (ребенок подбирает необходимый материал, для того чтобы воплотить образ).

Продолжает совершенствоваться восприятие цвета, формы и величины, строения предметов; систематизируются представления детей. Они называют не только основные цвета и их оттенки, но и промежуточные цветовые оттенки; форму прямоугольников, овалов, треугольников. Воспринимают величину объектов, легко выстраивают в ряд — по возрастанию или убыванию — до 10 различных предметов.

Однако дети могут испытывать трудности при анализе пространственного положения объектов, если сталкиваются с несоответствием формы и их пространственного расположения. Это свидетельствует о том, что в различных ситуациях восприятие представляет для дошкольников известные сложности, особенно если они должны одновременно учитывать несколько различных и при этом противоположных признаков.

В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Дети способны не только решить задачу в наглядном плане, но и совершить преобразования объекта, указать, в какой последовательности объекты вступят во взаимодействие и т. д.

Однако подобные решения окажутся правильными только в том случае, если дети будут применять адекватные мыслительные средства. Среди них можно выделить схематизированные представления, которые возникают в процессе наглядного моделирования; комплексные представления, отражающие представления детей о системе признаков, которыми могут обладать объекты, а также представления, отражающие стадии преобразования различных объектов и явлений (представления о цикличности изменений): представления о смене времен года, дня и ночи, об увеличении и уменьшении объектов в результате различных воздействий, представления о развитии и т. д. Кроме того, продолжают совершенствоваться обобщения, что является основой словесно-логического мышления. В дошкольном возрасте у детей еще отсутствуют представления о классах объектов. Дети группируют объекты по признакам, которые могут изменяться, однако начинают формироваться операции логического сложения (объединения) и умножения (пересечения) классов. Так, например, старшие дошкольники при группировке объектов могут учитывать два признака: цвет и форму (материал) и т. д.

Как показали исследования отечественных психологов, дети старшего дошкольного возраста способны рассуждать и давать адекватные причинные объяснения, если анализируемые отношения не выходят за пределы их наглядного опыта.

Развитие воображения в этом возрасте позволяет детям сочинять достаточно оригинальные и последовательно разворачивающиеся истории. Воображение будет активно развиваться лишь при условии проведения специальной работы по его активизации.

Продолжают развиваться устойчивость, распределение, переключаемость внимания. Наблюдается переход от непроизвольного к произвольному вниманию.

Продолжает совершенствоваться речь, в том числе ее звуковая сторона. Дети могут правильно воспроизводить шипящие, свистящие и сонорные звуки. Развиваются фонематический слух, интонационная выразительность речи при чтении стихов в сюжетно-ролевой игре и в повседневной жизни.

Совершенствуется грамматический строй речи. Дети используют практически все части речи, активно занимаются словотворчеством. Богаче становится лексика: активно используются синонимы и антонимы.

Развивается связная речь. Дети могут пересказывать, рассказывать по картинке, передавая не только главное, но и детали.

Достижения этого возраста характеризуются распределением ролей в игровой деятельности; структурированием игрового пространства; дальнейшим развитием изобразительной деятельности, отличающейся высокой продуктивностью; применением в конструировании обобщенного способа обследования образца; усвоением обобщенных способов изображения предметов одинаковой формы.

Восприятие в этом возрасте характеризуется анализом сложных форм объектов; развитие мышления сопровождается освоением мыслительных средств (схематизированные представления, комплексные представления, представления о цикличности изменений); развиваются умение обобщать, причинное мышление, воображение, произвольное внимание, речь, образ Я.

Возрастные особенности развития детей 6-7 лет

В сюжетно-ролевых играх дети подготовительной к школе группы начинают осваивать сложные взаимодействия людей, отражающие характерные значимые жизненные ситуации, например, свадьбу, рождение ребенка, болезнь и т. д.

Игровые действия детей становятся более сложными, обретают особый смысл, который не всегда открывается взрослому. Игровое пространство усложняется. В нем может быть несколько центров, каждый из которых поддерживает свою сюжетную линию. При этом дети способны отслеживать поведение партнеров по всему игровому пространству и менять свое поведение в зависимости от места в нем. Так, ребенок уже обращается к продавцу не просто как покупатель, а как покупатель-мама или покупатель-шофер и т. п.

Исполнение роли акцентируется не только самой ролью, но и тем, в какой части игрового пространства эта роль воспроизводится. Например, исполняя роль водителя автобуса, ребенок командует пассажирами и подчиняется инспектору ГИБДД. Если логика игры требует появления новой роли, то ребенок может по ходу игры взять на себя новую роль, сохранив при этом роль, взятую ранее. Дети могут комментировать исполнение роли тем или иным участником игры.

Образы из окружающей жизни и литературных произведений, передаваемые детьми в изобразительной деятельности, становятся сложнее. Рисунки приобретают более детализированный характер, обогащается их цветовая гамма. Более явными становятся различия между рисунками мальчиков и девочек. Мальчики охотно изображают технику, космос, военные действия и т. п. Девочки обычно рисуют женские образы: принцесс, балерин, моделей и т. п. Часто встречаются и бытовые сюжеты: мама и дочка, комната и т. п.

Изображение человека становится еще более детализированным и пропорциональным. Появляются пальцы на руках, глаза, рот, нос, брови, подбородок. Одежда может быть украшена различными деталями.

При правильном педагогическом подходе у дошкольников формируются художественно-творческие способности в изобразительной деятельности.

К подготовительной к школе группе дети в значительной степени осваивают конструирование из строительного материала. Они свободно владеют обобщенными способами анализа как изображений, так и построек; не только анализируют основные конструктивные особенности различных деталей, но и определяют их форму на основе сходства со знакомыми им объемными предметами. Свободные постройки становятся симметричными и пропорциональными, их строительство осуществляется на основе зрительной ориентировки.

Дети быстро и правильно подбирают необходимый материал. Они достаточно точно представляют себе последовательность, в которой будет осуществляться постройка, и материал, который понадобится для ее выполнения; способны выполнять различные по степени сложности постройки как по собственному замыслу, так и по условиям.

В этом возрасте дети уже могут освоить сложные формы сложения из листа бумаги и придумывать собственные, но этому их нужно специально обучать. Данный вид деятельности не просто доступен детям — он важен для углубления их пространственных представлений.

Усложняется конструирование из природного материала. Дошкольникам уже доступны целостные композиции по предварительному замыслу, которые могут передавать сложные отношения, включать фигуры людей и животных.

У детей продолжает развиваться восприятие, однако они не всегда могут одновременно учитывать несколько различных признаков.

Развивается образное мышление, однако воспроизведение метрических отношений затруднено. Это легко проверить, предложив детям воспроизвести на листе бумаги образец, на котором нарисованы девять точек, расположенных не на одной прямой. Как правило, дети не воспроизводят метрические отношения между точками: при наложении рисунков друг на друга точки детского рисунка не совпадают с точками образца.

Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они в значительной степени ограничиваются наглядными признаками ситуации.

Продолжает развиваться воображение, однако часто приходится констатировать снижение развития воображения в этом возрасте в сравнении со старшей группой. Это можно объяснить многочисленными влияниями, которым подвергаются дети, в том числе и средств массовой информации, приводящими к стереотипности детских образов.

Продолжает развиваться внимание дошкольников, оно становится произвольным. В некоторых видах деятельности время произвольного сосредоточения достигает 30 минут.

У дошкольников продолжает развиваться речь: ее звуковая сторона, грамматический строй, лексика. Развивается связная речь. В высказываниях детей отражаются как расширяющийся словарь, так и характер обобщений, формирующихся в этом возрасте. Дети начинают активно употреблять обобщающие существительные, синонимы, антонимы, прилагательные и т. д.

В результате правильно организованной образовательной работы у детей развиваются диалогическая и некоторые виды монологической речи.

В подготовительной к школе группе завершается дошкольный возраст. Его основные достижения связаны с освоением мира вещей как предметов человеческой культуры; освоением форм позитивного общения с людьми; развитием половой идентификации, формированием позиции школьника.

К концу дошкольного возраста ребенок обладает высоким уровнем познавательного и личностного развития, что позволяет ему в дальнейшем успешно учиться в школе.

1.5. Планируемые результаты освоения образовательной программы дошкольного образования.

Планируемые результаты освоения детьми основной общеобразовательной программы:

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и произвольность), а также системные особенности дошкольного образования (необязательность уровня дошкольного образования в Российской Федерации, отсутствие возможности вменения ребенку какой-либо ответственности за результат) делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений и обуславливают необходимость определения результатов освоения образовательной программы в идее целевых ориентиров. Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и произвольность), а также системные особенности дошкольного образования (необязательность уровня дошкольного образования в Российской Федерации, отсутствие возможности вменения ребенку какой-либо ответственности за результат) делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений и обуславливают необходимость определения результатов освоения образовательной программы в идее целевых ориентиров.

К целевым ориентирам дошкольного образования относятся социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка. В Программе мы конкретизируем целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного детства для детей 3-7 лет.

Целевые ориентиры по освоению рабочей программы:

Целевые ориентиры	Ожидаемые результаты для детей четвёртого года жизни
<p>Целевые ориентиры в дошкольном возрасте: ребёнок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности – игре.</p> <p>Целевые ориентиры в дошкольном образовании: ребёнок обладает установкой положительного отношения к миру, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства;</p>	<p>-Стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, проявляет желание участвовать в различных видах деятельности;</p> <p>-Способен самостоятельно выполнить элементарное поручение (убрать игрушки, разложить материалы к занятиям).</p> <p>-Умеет проявлять доброжелательность, доброту, дружелюбие по отношению к окружающим.</p> <p>-Ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков.</p>

<p>активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. *(Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и порадоваться успехам других</p> <p>Целевые ориентиры в дошкольном образовании: у ребёнка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.</p> <p>Целевые ориентиры в дошкольном образовании: ребёнок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;</p>	<p>-Откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь.</p> <p>-Умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения</p> <p>-Готов соблюдать элементарные правила в совместных играх. 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>-Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.</p> <p>-Имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в детском саду. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры;</p> <p>-Умеет замечать беспорядок в одежде и устранять его при небольшой помощи взрослых.</p> <p>-Соблюдает правила элементарной вежливости. Самостоятельно или после напоминания говорит «спасибо», «здравствуйте», «до свидания»</p>
<p>Целевые ориентиры</p>	<p>Ожидаемые результаты для детей пятого года жизни:</p>
<p>Целевые ориентиры в дошкольном возрасте: ребёнок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности – игре.</p> <p>Целевые ориентиры в дошкольном образовании: ребёнок обладает установкой положительного отношения к миру, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и порадоваться успехам других.</p> <p>Целевые ориентиры в дошкольном</p>	<p>-Стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, проявляет желание участвовать в различных видах деятельности;</p> <p>-Способен самостоятельно выполнить элементарное поручение (убрать игрушки, разложить материалы к занятиям).</p> <p>-Умеет проявлять доброжелательность, доброту, дружелюбие по отношению к окружающим.</p> <p>-Ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков.</p> <p>-Откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь.</p> <p>-Умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения.</p> <p>-Готов соблюдать элементарные правила в совместных играх.</p>

<p>образовании: у ребёнка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.</p> <p>Целевые ориентиры в дошкольном образовании: ребёнок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Владеет соответствующими возрасту основными движениями; -Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности; -Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях; -Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время); -Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни. -Имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в детском саду. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры; -Умеет замечать беспорядок в одежде и устранять его при небольшой помощи взрослых. -Соблюдает правила элементарной вежливости. Самостоятельно или после напоминания говорит «спасибо», «здравствуйте», «до свидания».
<p>Целевые ориентиры</p>	<p>Ожидаемые результаты для детей шестого года жизни:</p>
<p>Целевые ориентиры в дошкольном возрасте: ребёнок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности – игре.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Владеет разными формами и видами игры -Различают условную и реальную ситуации -Умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам
<p>Целевые ориентиры в дошкольном образовании: ребёнок обладает установкой положительного отношения к миру, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и порадоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Проявляет эмоциональный отклик на эмоции близких людей и друзей -Сопереживание персонажам сказок, историй, рассказов, проявляет эмоциональное отношение к литературному герою -Проявление эмоциональной отзывчивости в деятельности и общении -Активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх -Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других -Сопереживать неудачам и порадоваться успехам других
<p>Целевые ориентиры в дошкольном образовании: ребёнок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и, прежде всего, в игре; ребёнок владеет разными формами и видами игры, различает</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Владеет разными формами и видами игры -Различают условную и реальную ситуации -Умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам -Организует знакомые игры

условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам.	
Целевые ориентиры в дошкольном образовании: у ребёнка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.	-Способен планировать свои действия, направленные на достижение конкретной цели -Сформированы первичные представления о нравственном поведении -Сформировано безопасное поведение с окружающими предметами
Целевые ориентиры в дошкольном образовании: ребёнок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;	-Способен к волевым усилиям -Может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками -Может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены -Способен планировать свои действия, направленные на достижение конкретной цели -Сформированы первичные представления о нравственном поведении; -Овладел умением работать по образцу и правилу
Целевые ориентиры в дошкольном образовании: ребёнок проявляет любознательность, задаёт вопросы взрослым и сверстникам. Обладает начальными знаниями о себе, и социальном мире, в котором он живёт; ребёнок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.	-Ориентируется в окружающем пространстве; -Устанавливает последовательность различных событий; -Способен рассуждать и давать адекватные причинные объяснения; -Способен выполнять простейшие трудовые операции; -Сформированы навыки самообслуживания; -Имеет представления о собственной принадлежности и принадлежности других людей к определённому полу;
Целевые ориентиры	Ожидаемые результаты для детей седьмого года жизни:
Целевые ориентиры в дошкольном возрасте: ребёнок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности – игре, общении;	-Самостоятельно выполняет элементарные поручения, проявляет желание участвовать в различных видах деятельности; -Способен планировать свои действия, направленные на достижение конкретной цели. -Умеет работать по образцу, слушать взрослого и выполняет его инструкции. -Самостоятельно выполняет элементарное поручение (убрать пособие, разложить материалы к занятиям). -Использует разные способы обследования предметов, включая простейшие опыты.
Целевые ориентиры в дошкольном образовании: ребёнок обладает установкой положительного отношения к миру, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в	-Умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения. -Готов соблюдать элементарные правила в совместных играх. -Пытается отражать полученные впечатления в речи и продуктивных видах деятельности.

совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;	-Использует вербальные и невербальные средства общения, владеет диалогической речью.
Целевые ориентиры дошкольного образования: ребёнок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребёнка складываются предпосылки грамотности.	-Владеет достаточным словарным запасом, свободно общается с педагогом, родителями, сверстниками. -Умеет делиться своими впечатлениями с воспитателями и родителями; -Имеет ценностное представление «что такое хорошо и что такое плохо». -Умеет работать по правилу и по образцу, слушать взрослого и выполнять его инструкции. -Может в случае проблемной ситуации обратиться к знакомому взрослому, адекватно реагирует на замечания и предложения взрослого;

1.6. Развивающий анализ качества дошкольного образования, реализуемого по образовательной программе

В соответствии с ФГОС ДО, целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия, установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей.

Однако педагог в ходе своей работы должен выстраивать индивидуальную траекторию развития каждого ребенка. Для этого педагогу необходим инструментальный оценки своей работы, который позволит ему оптимальным образом выстраивать взаимодействие с детьми. Таковым инструментарием при реализации Программы является педагогическая диагностика.

Педагогическая диагностика предполагает развивающий анализ индивидуального развития каждого ребёнка. Такой анализ связан с оценкой эффективности педагогических действий и лежит в основе их дальнейшего планирования.

Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности. Инструментарий для педагогической диагностики – карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка в ходе физического развития.

Результаты педагогической диагностики могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

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

В ходе образовательной деятельности педагоги должны создавать диагностические ситуации, чтобы оценить индивидуальную динамику детей и скорректировать свои действия.

Результаты педагогической диагностики по всем возрастным группам заносятся в карты наблюдений детского развития.

Система работы по физическому развитию строится с учетом возрастных и психологических особенностей детей, при четко организованном медико-педагогическом контроле, соблюдении оптимального двигательного режима с использованием индивидуального дифференцированного подхода при организации оздоровительных и закаляющих мероприятий.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Содержание образовательной деятельности по областям.

2.1.1. Образовательная деятельность по «Физическому развитию» в режимных моментах:

- Физкультминутки
- Подвижные игры и игровые упражнения, организуемые в помещении и на улице (игры: с элементами спортивных игр, народные, сюжетные, бессюжетные, подвижно-дидактические)
- Гимнастика: после сна, утренняя, дыхательная, на воспитание правильной осанки и профилактики плоскостопия, ритмопластика, пальчиковая, для глаз
- Спортивные упражнения: катание на велосипеде и самокате, плавание
- Досуги, организуемые в помещении и на улице
- Прогулки-походы
- Восприятие литературных произведений на тему «Спорт», с последующим свободным общением, с решением проблемных ситуаций
- Рассмотрение иллюстраций, фотографий на тему «Спорт» и «Здоровый образ жизни» в познавательных книгах и детских иллюстрированных энциклопедиях
- Настольно печатные игры и игры-задания на тему «Спорт»: лото «Спорт» (разные варианты), «Отгадай вид спорта», «Чьи вещи?», «Кто больше?», серия игр «Я- спортсмен» (игровые, зимние и летние виды спорта), «Золотая коллекция спортивных игр», «Энциклопедия футбола», и т.д.
- «Лабиринт», кроссворды, ребусы, «Что перепутал художник», «отгадай слова» и т.д.

Занятия

- На танцевальном материале
- Сюжетно - игровая
- С использованием нестандартного оборудования
- Тематическая
- Проектная деятельность тематического характера, например, «Откуда взялся мяч?», «Где занимаются спортом?» и т.д.
- Соревнования

Самостоятельная деятельность детей

- Разнообразная двигательная деятельность (самостоятельные подвижные игры, игры на свежем воздухе, игры с элементами спорта, спортивные упражнения)

2.2. Реализации образовательной области «Физическое развитие» в группах дошкольного возраста

2.2.1. Младший дошкольный возраст

СОЦИАЛЬНО – КОММУНИКАТИВНОЕ РАЗВИТИЕ

- Продолжать формировать элементарные представления о том, что хорошо и что плохо.
- Приучать детей общаться спокойно, без крика.
- Формировать доброжелательное отношение друг к другу, умение делиться с товарищем, помогать друг другу.
- Приучать детей к вежливости (учить здороваться, прощаться, благодарить за помощь).
- Формировать уважительное отношение к сотрудникам детского сада, их труду; напоминать их имена и отчества.
- Приучать детей следить за своим внешним видом.
- Воспитывать навыки опрятности, умение замечать беспорядок в одежде и устранять его при небольшой помощи взрослых.
- Побуждать детей к самостоятельному выполнению элементарных поручений: готовить материалы к занятиям, после игры убирать на место игрушки, строительный материал.
- Развивать умение обращаться за помощью к взрослым.

ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

- Учить определять цвет, величину, форму, вес (легкий, тяжелый) предметов; расположение их по отношению к ребенку (далеко, близко, высоко).
- Закреплять умение выделять цвет, форму, величину как особые свойства предметов; группировать однородные предметы по нескольким сенсорным признакам: величине, форме, цвету.
- Продолжать знакомить детей с предметами ближайшего окружения, их назначением.
- Развивать умение ориентироваться в расположении частей своего тела и в соответствии с ними различать пространственные направления от себя: вверху — внизу, впереди — сзади (позади), справа — слева.
- Различать правую и левую руки.

РЕЧЕВОЕ РАЗВИТИЕ

- Обучать умению слушать и понимать заданный вопрос, отвечать на него, говорить в нормальном темпе, не перебивая говорящего взрослого.
- Напоминать детям о необходимости говорить «спасибо», «здравствуйте», «до свидания»

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

- Формировать представление о пользе утренней зарядки и занятий физкультурой.
- Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.
- Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности.
- Организовывать игры с правилами. Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами.
- Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость.
- Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.

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

2.2.2. Средний дошкольный возраст

СОЦИАЛЬНО – КОММУНИКАТИВНОЕ РАЗВИТИЕ

- Продолжать формировать элементарные представления о том, что хорошо и что плохо.
- Приучать детей общаться спокойно, без крика.
- Формировать доброжелательное отношение друг к другу, умение делиться с товарищем, помогать друг другу.
- Приучать детей к вежливости (учить здороваться, прощаться, благодарить за помощь).
- Формировать уважительное отношение к сотрудникам детского сада, их труду; напоминать их имена и отчества.
- Приучать детей следить за своим внешним видом.
- Воспитывать навыки опрятности, умение замечать беспорядок в одежде и устранять его при небольшой помощи взрослых.
- Побуждать детей к самостоятельному выполнению элементарных поручений: готовить материалы к занятиям, после игры убирать на место игрушки, строительный материал.
- Развивать умение обращаться за помощью к взрослым.

ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

- Учить определять цвет, величину, форму, вес (легкий, тяжелый) предметов; расположение их по отношению к ребенку (далеко, близко, высоко).
- Закреплять умение выделять цвет, форму, величину как особые свойства предметов; группировать однородные предметы по нескольким сенсорным признакам: величине, форме, цвету.
- Продолжать знакомить детей с предметами ближайшего окружения, их назначением.
- Развивать умение ориентироваться в расположении частей своего тела и в соответствии с ними различать пространственные направления от себя: вверху — внизу, впереди — сзади (позади), справа — слева.
- Различать правую и левую руки.

РЕЧЕВОЕ РАЗВИТИЕ

- Обучать умению слушать и понимать заданный вопрос, отвечать на него, говорить в нормальном темпе, не перебивая говорящего взрослого.
- Напоминать детям о необходимости говорить «спасибо», «здравствуйте», «до свидания»

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

- Формировать представление о пользе утренней зарядки и занятий физкультурой.
- Дать представление о необходимости закаливания.
- Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.
- Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности.
- Организовывать игры с правилами. Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами.
- Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость.

- Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.
- Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве

2.2.3. Старший дошкольный возраст

СОЦИАЛЬНО – КОММУНИКАТИВНОЕ РАЗВИТИЕ

- Развитие игровой деятельности детей;
- Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми
- Продолжать приучать детей организовывать знакомые подвижные игры; участвовать в играх с элементами соревнования. Знакомить с народными играми.
- Воспитывать умение проявлять честность, справедливость в самостоятельных играх со сверстниками.
- Формирование гендерной, семейной, гражданской принадлежности, патриотических чувств,
- Расширять представления ребенка о себе как о члене коллектива, формировать активную позицию через проектную деятельность, взаимодействие с детьми других возрастных групп, посильное участие в жизни дошкольного учреждения.
- Формирование представлений об опасных для человека и окружающего мира природы ситуациях и способах поведения в них;
- Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности
- Закреплять умение соблюдать правила пребывания в детском саду.

ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

- Сенсорное развитие;
- Развивать восприятие, умение выделять разнообразные свойства и отношения предметов (цвет, форма, величина, расположение в пространстве и т.п.), включая разные органы чувств: зрение, слух.
- Развивать глазомер.
- Ориентировка в пространстве
- Совершенствовать умение ориентироваться в окружающем пространстве; понимать смысл пространственных отношений (вверху — внизу, впереди (спереди) — сзади (за), слева — справа, между, рядом с, около); двигаться в заданном направлении, меняя его по сигналу, а также в соответствии со знаками — указателями направления движения (вперед, назад, налево, направо и т. п.); определять свое местонахождение среди окружающих людей и предметов.

РЕЧЕВОЕ РАЗВИТИЕ

- Развитие свободного общения с взрослыми и детьми;
- Практическое овладение воспитанниками нормами речи.
- Развитие свободного общения с взрослыми и детьми

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

- Совершенствование физических качеств в разнообразных формах двигательной деятельности
- Формирование правильной осанки, умения осознанно выполнять движения
- Развитие быстроты, выносливости, гибкости, ловкости
- Совершенствование двигательных умений и навыков
- Закрепление умения выполнять ходьбу и бег, отталкиваясь от опоры, бегать наперегонки

- Совершенствование умения выполнять прыжки в длину, правильно разбежаться и приземляться, сохранять равновесие при приземлении
- Закреплять умение сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивая его правой и левой рукой на месте и вести мяч при ходьбе
- Знакомство со спортивными играми и упражнениями, с играми с элементами соревнования, играми-эстафетами
- Расширение представлений об особенностях функционирования и целостности человеческого организма
- Развивать умение различать и называть органы чувств, дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.
- Расширение представлений о составляющих здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье
- Дать представление о полезной и вредной пище.
- Формировать представление о пользе утренней зарядки и занятий физкультурой.
- Дать представление о необходимости закаливания.
- Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.
- Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности.
- Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

2.2.4. Подготовительный дошкольный возраст

СОЦИАЛЬНО – КОММУНИКАТИВНОЕ РАЗВИТИЕ

- Продолжать воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми, умение сообща играть, соревноваться.
- Формировать умения договариваться, помогать друг другу.
- Формировать качества: сочувствие, отзывчивость, справедливость, скромность, коллективизм.
- Развивать волевые качества: умение ограничивать свои желания, подчиняться требованиям взрослых, следовать положительному примеру.
- Закреплять гендерные представления.
- Формировать уважительное отношение к сотрудникам детского сада, их труду; напоминать их имена и отчества.
- Формировать представление о себе, как об активном члене коллектива через проектную деятельность (подготовка к праздникам, выступлениям, соревнованиям в детском саду).
- Воспитание толерантности.
- Закреплять умение следить за своим внешним видом.
- Закрепление правил безопасного поведения во время игр в разное время года (катание на велосипеде, на санках, коньках, лыжах, купание в водоемах) и др.
- Формировать умение обращаться за помощью к взрослым.

ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

- Развивать зрение, слух, сенсомоторные способности.
- Продолжать развивать мелкую моторику рук.
- Закреплять навыки коллективной работы.
- Закреплять умения сравнивать вес предметов (тяжелее - легче) путем взвешивания на ладонях.
- Формировать умения ориентироваться.

- Формировать представления о времени.

РЕЧЕВОЕ РАЗВИТИЕ

- Поощрять стремления детей проявлять инициативу с целью получения новых знаний (как будущих школьников).
- Помогать осваивать формы речевого этикета.

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

- Расширять представления о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим)
- Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека.
- Формировать представления об активном отдыхе.
- Формировать представления о правилах и видах закаливания, о роли солнечного света, воздуха, воды, в жизни человека и их влиянии на здоровье

2.3. Комплексно-тематическое планирование работы в группе общеразвивающей направленности для детей от 3 до 4 лет на 2025-2026 учебный год

Период	Тема	Развернутое содержание работы	Итоговое мероприятие
Сентябрь	«Здравствуй, детский сад»	-Адаптационный период. Знакомство с детьми новыми. -Формировать дружеские, доброжелательные отношения между детьми. Продолжать развивать различные виды движения. -Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног.	Спортивный досуг «В гости к мишке»
Октябрь	«Осень»	- Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям. - Приучать детей действовать совместно -Знакомить с правилами безопасного поведения в спортивном зале. -Воспитывать бережное отношение к природе.	Спортивное развлечение «Веселые зайчата» «Курочки – пеструшки»
Ноябрь	«Неделя ПДД» «Я и мой дом»	-Формировать представления о безопасном поведении детей в спортивном зале. - Развивать гендерные представления - Формировать умения называть свое имя, фамилию, имена членов семьи, говорить о себе в первом лице. - Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, подвижных игр	Спортивный досуг «Красный, желтый, зеленый»
	«Я вырасту здоровым»	.- Формировать начальные представления о здоровье и здоровом образе жизни, личностный образ « Я»	
Декабрь	«Зимушка – зима»	- Знакомить с зимними видами спорта. -Привлечение детей к активному и разнообразному участию подготовки к празднику и его провидения. - Формирование эмоционально положительного отношения к предстоящему празднику, желание активно участвовать в его подготовки - Организовать все виды детской деятельности вокруг темы Новогоднего праздника и Нового года как в занятиях, так и в	Спортивное развлечение «Путешествие в зимнюю сказочную страну»

		самостоятельной деятельности детей	
Январь	Неделя здоровья «Зимние забавы».	- Развивать у детей физические качества. - Побуждать детей отражать полученное впечатление в разных занятиях и самостоятельных видах двигательной деятельности детей, в соответствии с их индивидуальными и возрастными особенностями	Спортивное развлечение ««Зимние забавы» «Мы спортсмены» , Конкурс стенгазет «Мама, папа Я - спортивная семья»
Февраль	Папин праздник	- Познакомить с профессией «Военный», - Воспитывать патриотические чувства. - Продолжать формировать первичные гендерные представления (воспитывать в мальчиках стремление быть сильными, смелыми, стать защитниками Родины).	Спортивный праздник посвященный 23 февраля «Мой папа самый сильный, смелый»
Март	«Праздник мам»	- Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других. - Развивать активность детей в двигательной деятельности	Спортивный досуг «Мешочек - мой дружочек»
Апрель	«День космонавтики»	- Привлекать к подвижным играм всех детей.	Спортивное развлечение «В гости к Лунтику»
Май	«Весна» «Наш город»	- Побуждать детей отражать впечатление о весне в разных видах двигательной деятельности - Продолжать развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, подвижных игр.	Спортивное развлечение «В гости к белочкам» «Путешествие в весенний лес»,
Июнь	«Наша Родина - Россия»	- Воспитывать любовь к родному городу, краю, умение видеть прекрасное, гордиться им. - Организовывать игры с более сложными правилами и сменой видов движений. - Знакомить детей с летними видами спорта	Спортивный досуг «В гости к солнышку» «Клоун Тимошка в гостях у детей»
Июль	«Неделя здоровья»	Приобщать детей к здоровому образу жизни, воспитывать любовь к занятию спортом. Способствовать физическому развитию детей. Развивать ловкость, активность, выносливость и т.д.	Спортивный досуг « В гости к солнышку»

**Комплексно-тематическое планирование работы в группе общеразвивающей направленности детей от 4 до 5 лет
на 2025-2026 учебный год**

Период	Тема	Развернутое содержание работы	Итоговое мероприятие
Сентябрь	«Здравствуй, детский сад» «Мои любимые игрушки»	Формирование дружеских отношений между детьми. - Развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники ОРУ. - Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей	Спортивное развлечение «Мой веселый звонкий мяч» «Веселые воробушки»
Октябрь	«Осень»	- Развивать и совершенствовать умение творческие двигательные навыки в самостоятельной двигательной деятельности	Спортивный досуг «Встреча с Грибом Боровиком» «Путешествие в осенний лес»
Ноябрь	«Я и мой дом» «Неделя ПДД»	- Формировать представление о предметном окружении - Учить выполнять ведущую роль в подвижных играх, осознанно относиться к выполнению правил игры - Расширять представления о правилах поведения в городе, элементарных правилах дорожного движения	Спортивный досуг «В гости к белочке» «Знай правило дорожного движения»
Декабрь	«Зимушка – зима»	- Продолжить расширять знания о правилах безопасности в спортивном зале. - Расширять представление о зиме - Обобщить представления о зимних явлениях природы. - Формирование эмоционально положительного отношения к предстоящему празднику, желание активно участвовать в его подготовки.	Спортивный досуг «Путешествие в зимнюю сказку» Конкурс стенгазет «Зимние забавы»
Январь	«Неделя здоровья»	- Формирование первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни. - Развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники ОВД, спортивных упражнений. - Знакомить с зимними видами спорта. - Развивать умения самостоятельно проводить подвижные игры и контролировать их выполнение.	Спортивное развлечение « Хотим мы быть здоровыми» Конкурс стенгазет «Мама, папа Я - спортивная семья»

Февраль	«Папин праздник»	- Осуществлять гендорное воспитание (формировать у мальчиков стремление быть сильными, смелыми, стать защитником Родины; воспитание у девочек уважение к мальчикам как будущим защитникам Родины) - Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей, организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками	Спортивный праздник, посвященный 23 февраля «Будем в армии служить»
Март	«Праздник мам»	- Целенаправленно развивать скоростно – силовые качества, координацию, общую выносливость, силу, гибкость. - Расширять гендерное представление	«Весна в лесу»
Апрель	«Дальние миры»	-Развивать образность речи детей, понимать значение образных слов (космос, название планет, космонавт). - Совершенствовать навыки метания, развивать глазомер	Спортивное развлечение «Путешествие в космос»
Май	«День победы» «Весна» «День города»	-Осуществлять патриотическое воспитание. -Формировать представления о празднике, посвященном Дню Победы. -Воспитывать уважение к ветеранам войны - Приучать к выполнению действий по сигналу	Спортивный досуг «Эй, ребята, стройтесь в ряд, выходите на парад» Развлечение ко Дню рождения города
Июнь	«Наша Родина – Россия»	- Прививать детям любовь к спорту, развивать представление о здоровом образе жизни. - Формировать у детей потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни	Спортивный досуг «Здравствуй, лето!» Спортивный досуг «В капитаны я пойду, пусть меня научат!»
Июль	«Летние забавы» «Неделя здоровья»	Приобщать детей к здоровому образу жизни, воспитывать любовь к занятию спортом. Способствовать физическому развитию детей. Развивать ловкость, активность, выносливость и т.д.	Досуг «Летние виды спорта» Конкурс стенгазет «Летние забавы»

Комплексно-тематическое планирование работы в группе общеразвивающей направленности для детей от 5 до 6 лет на 2025-2026 учебный год

Период	Тема	Развернутое содержание работы	Итоговое мероприятие
Сентябрь	«Здравствуй, детский сад» «Я и моя семья»	Формирование дружеских отношений между детьми. - Продолжить знакомство с детским садом, как ближайшим социальным окружением ребенка (обратить внимание на произошедшие изменения: новое оборудование в спортивном зале, игровой комнате) - Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей - Совершенствовать технику основных движений	Физкультурное развлечение «Спортландия» «Велогонки»
Октябрь	«Осень»	- Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координаций движения, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.,	Спортивный досуг «Волшебный мешочек»
Ноябрь	«Осторожно, дорога!» «Транспорт»	-Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности - Развивать умения точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности.	Спортивный досуг «Спортландия» «Там, где нужен светофор» ГТО сдача нормативов с 6 лет
Декабрь (3-21 декабря)	«Наша безопасность». «Зима»	-Уточнить представление о том, что такое здоровье и как его сберечь. - Воспитывать ценное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей. -Развивать понимание значения гигиенических процедур, правильного питания, пользы витаминов, закаливания, занятия физкультурой и спортом - Продолжать знакомить с зимой, с зимними видами спорта	Спортивное развлечение «Сильным, ловким вырастай» Спортивный досуг «Поход в зимний лес»

Январь	«По следам нового года» «Неделя здоровья» «Тело человек»	- Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость -Формировать представление: в здоровом теле – здоровый дух. -Закрепить знание об органах чувств, их роли. -Формировать представление о строении человека (кости, кожа, кровь, сердце). Закрепить представление о своей гендерной принадлежности. - Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений	Конкурс стенгазет «Мама, папа Я - спортивная семья» Спортивный досуг «Зимние забавы» Спортивный досуг «В здоровом теле - здоровый дух»
Февраль	«Папин день»	-Расширять гендерные представления, формировать у мальчиков стремление быть сильным, смелыми, стать защитниками Родины; воспитывать у девочек уважение к мальчикам как к будущим защитникам Родины - Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения	Спортивный праздник «Защитники отечества »
Март	«Праздник мам»	- Расширять гендерные представления, воспитывать у мальчиков представление о том, что мальчики должны внимательно и уважительней относиться к девочкам. Не обижать, а защищать. -Учить придумывать варианты игры, комбинировать движения, проявляя творческие способности	Спортивное развлечение «Мы – спортсмены»
Апрель	«Дальние миры» «День космонавтики»	Дать представление: о космосе, космическом пространстве; о ближайшей звезде – Солнце; о планетах Солнечной системы; о спутнике Земли – Луне. - Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость).	«Путешествие в Страну Здоровья» «Путешествие в космос»
Май	«День победы» «Весна»	- Воспитывать дошкольников в духе патриотизма, любви к Родине. - Расширять знания о героях Великой Отечественной войне, о победе нашей страны в войне. - Продолжать учить самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявлять инициативу и творчество	«Мы защитники страны»
Июнь	« Наша Родина - Россия»	- Расширять и обогащать представления о летних видах спорта, знакомить со значимыми событиями в области спорта, с героями спорта. - Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования,	Спортивный досуг «Веселые старты»

		играм – эстафетам. Способствовать развитию физической активности детей. - Развивать интерес к подвижным спортивным и народным играм.	
июль	«Летние забавы»	- Приобщать детей к здоровому образу жизни, воспитывать любовь к занятию спортом. Способствовать физическому развитию детей. Развивать ловкость, активность, выносливость и т.д. - В игровой форме закреплять знания детей о правилах поведения на улице. Развивать физическую и творческую активность, ловкость. Развивать коммуникативные качества, развивать чувство взаимопомощи, культуру поведения на улицах города и в транспорте.	Конкурс стенгазет «Летние забавы» Спортивный досуг

Комплексно-тематическое планирование работы в группе общеразвивающей направленности для детей от 6 до 7 лет на 2025-2026 учебный год

Период	Тема	Развернутое содержание работы	Итоговое мероприятие
Сентябрь	«Здравствуй, детский сад»	Формирование дружеских отношений между детьми. - Продолжить знакомство с детским садом, как ближайшим социальным окружением ребенка (обратить внимание на произошедшие изменения: новое оборудование в спортивном зале, игровой комнате) - Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей - Совершенствовать технику основных движений	Физкультурное развлечение «Спортландия» «Велогонки»
Октябрь	«Осень»	- Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движения, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.	Спортивный досуг «Волшебный мешочек»
Ноябрь	«Осторожно, дорога!» «Транспорт»	- Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности - Развивать умения точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку,	Спортивный досуг «Спортландия» «Там, где нужен светофор»

		контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности.	ГТО сдача нормативов с 6 лет
Декабрь (3-21 декабря)	«Наша безопасность». «Зима»	- Уточнить представление о том, что такое здоровье и как его сберечь. - Воспитывать ценное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей. - Развивать понимание значения гигиенических процедур, правильного питания, пользы витаминов, закаливания, занятия физкультурой и спортом - Продолжать знакомить с зимой, с зимними видами спорта	Спортивное развлечение «Сильным, ловким вырастай» Спортивный досуг «Поход в зимний лес»
Январь	«По следам нового года» «Неделя здоровья» «Тело человек»	- Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость - Формировать представление: в здоровом теле – здоровый дух. - Закрепить знание об органах чувств, их роли. - Формировать представление о строении человека (кости, кожа, кровь, сердце). Закрепить представление о своей гендерной принадлежности. - Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений	Конкурс стенгазет «Мама, папа Я - спортивная семья» Спортивный досуг «Зимние забавы» Спортивный досуг «В здоровом теле - здоровый дух»
Февраль	«Папин день»	- Расширять гендерные представления, формировать у мальчиков стремление быть сильным, смелыми, стать защитниками Родины; воспитывать у девочек уважение к мальчикам как к будущим защитникам Родины - Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения	Спортивный праздник «Защитники отечества »
Март	«Праздник мам»	- Расширять гендерные представления, воспитывать у мальчиков представление о том, что мальчики должны внимательно и уважительней относиться к девочкам. Не обижать, а защищать. - Учить придумывать варианты игры, комбинировать движения, проявляя творческие способности	Спортивное развлечение «Мы – спортсмены»
Апрель	«Дальние миры»	Дать представление: о космосе, космическом пространстве; о	«Путешествие в Страну

	«День космонавтики»	ближайшей звезде – Солнце; о планетах Солнечной системы; о спутнике Земли – Луне. - Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость).	Здоровья» «Путешествие в космос»
Май	«День победы» «Весна»	- Воспитывать дошкольников в духе патриотизма, любви к Родине. - Расширять знания о героях Великой Отечественной войне, о победе нашей страны в войне. - Продолжать учить самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявлять инициативу и творчество	«Мы защитники страны»
Июнь	«Наша Родина - Россия»	- Расширять и обогащать представления о летних видах спорта, знакомить со значимыми событиями в области спорта, с героями спорта. - Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм – эстафетам. Способствовать развитию физической активности детей. - Развивать интерес к подвижным спортивным и народным играм.	Спортивный досуг «Веселые старты»
июль	«Летние забавы»	- Приобщать детей к здоровому образу жизни, воспитывать любовь к занятию спортом. Способствовать физическому развитию детей. Развивать ловкость, активность, выносливость и т.д. - В игровой форме закреплять знания детей о правилах поведения на улице. Развивать физическую и творческую активность, ловкость. Развивать коммуникативные качества, развивать чувство взаимопомощи, культуру поведения на улицах города и в транспорте.	Конкурс стенгазет «Летние забавы» Спортивный досуг

2.4. Планирование Образовательной деятельности по «физическому развитию» с детьми от 3 до 7 лет.

2.4.1. Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности детей от 3 до 4 лет.

СЕНТЯБРЬ

Первое занятие обучающее, второе игровое занятие, а на третье повторение пройденного материала.

Задачи	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по умеренной площади опоры, сохраняя равновесие; упражнять в прыжках на двух ногах на месте; учить энергично, отталкивать мяч при прокатывании; группироваться при лазании под шнур.
---------------	---

Интеграция образовательных областей	Социально-коммуникативные: формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр, формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков. убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий. Художественно-эстетическое: формирование элементарных представлений о видах искусства, через восприятие музыки.			
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, Пальчиковая гимнастика « Замок ». Ходьба и бег всей группой за воспитателем, на носках. Построение в рассыпную, в круг с помощью воспитателя.			
ОРУ	б/п стр 23	б/п стр 24	с мячом стр 25	с кубиками стр 24
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	1.1. Ходьба и бег между двумя линиями (ширина 25 см, длина 3 м). При ходьбе руки на пояс. В беге руки произвольно, свободно балансируют (2-3 раза); 3.1. Ходьба и бег между линиями (ширина 25 см) (2-3 раза); 3.2. Прыжки на двух ногах на месте (2-3 раза).	4.1. «Достань до погремушки»; (2-3 раза) 6.1. «Достань до предмета» (2-3 раа); 6.2. Прыжки с продвижением вперед «Допрыгни до мишки» (2-3 раз).	7.1. Катание мячей друг другу (расстояния 1 м). 9.1. Прыжки из обруча в обруч (2-3 раза); 9.2. Прокатывание мячей «Прокати и догони» (3 раза)	10.1. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени. 10.2. «Пойдем по мостику» 12.1. Ползание на четвереньках между предметами.
3-я часть: подвижные игры	«Бегите ко мне»; «Мы топаем ногами»	«Птички»; «Найди себе пару»; «Мы – осенние листочки»	«Кот и воробышки»; «Пузырь»;	«У медведя во бору»; «Быстро в домик»
Малоподвижные игры и дыхательные упражнения	Звук «Поезд»; «Собачка»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «Ж»; «Собачка»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «Поезд»; «Собачка»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «Ж»; «Собачка»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.

**Планирование непосредственно образовательной деятельности в группе общеразвивающей направленности детей от 3 до 4 лет.
на воздухе.**

СЕНТЯБРЬ.

Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге колонне по одному, на носках; упражнять в прыжках; повторить подбрасывание и
---------------	--

	ловлю мяча двумя руками; Упражнять в беге на длинную дистанцию;			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному, на носках, руки на плечах, с высоким подниманием колен; бег оздоровительный.			
№ занятия	I неделя 2	II неделя 5	III неделя 8	IV неделя 11
2-я часть: игровые упражнения	«Не пропусти мяч» 2 раза «Не задень» 2-3 раза «По мостику» 2-3 раза	«Мы топаем ногами» «Вдоль дорожки» 2 раза «Перепрыгни через ручеек» 2 раза	«По ровненькой дорожке» «Кто быстрее добежит до осеннего листочка»	«Успей поймать» «Вдоль дорожки»
Подвижные игры	«Кот и воробушки»	«У медведя во бору»	«Кот и воробушки» «Самолеты» «Мы – осенние листочки»	«Пузырь» «Огуречик, огуречик»»

в помещении:

Задачи: обучать детей в ловкости с мячом.

- «Школа мяча»

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности детей от 3 до 4 лет.

ОКТАБРЬ.

Первое занятие обучающее, второе игровое занятие, а на третье повторение пройденного материала.

Задачи	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбы на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнения в равновесии.			
Интеграция образовательных областей	Социально-коммуникативные: убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий. Направления движения Художественно-эстетическое: формирование элементарных представлений о видах искусства, через восприятие музыки			
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, Пальчиковая гимнастика « Вся семья ». Ходьба и бег под музыку. с остановкой по сигналу воспитателя, на носках, на пятках.			
ОРУ	б/п стр 28	б/п стр 29	с мячом стр 30	На стульчиках (на скамейке) стр 31
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды	1.1. Ходьба и бег между двумя линиями (ширина	4.1. Перепрыгивание через шнур, положенный на пол.	7.1. Катание мяча друг другу (стоя на коленях) на	10.1. Подлезание на четвереньках под дугу (высота 40 см).

движений	25 см). 1.2. Подпрыгивания на двух ногах на месте. 3.1. Ходьба по ребристой доске по середине присесть руки вперед, встать и дальше пойти. 3.2. Прыжки в длину (2 раза)	4.2. Катание мячей в прямом направлении. 6.1. Пролезание через дугу (высота 40 см). 6.2. Прыжки и обруча в обруч. 6.3. Бросание мяча вверх и ловля его.	расстоянии 1,5 м. 7.2. Ползание на четвереньках между предметами, не задевая их. 9.1. Катание мяча в воротца.	10.2. Ходьба и бег между двумя линиями (расстояния 25 см). 12.1. Катание мячей «Прокати по дорожки». 12.2. Прыжки с продвижением вперед.
3-я часть: подвижные игры	«Догони мяч»; «Найди себе пару» с листочками «У медведя во бору»	«Ловкий шофер»; «Найди себе пару»;	«У медведя во бору» «Зайка серый умывается»; «Мы – осенние листочки»	« Кот и воробушки»; «Солнышко и дождик»
Малоподвижные игры и дыхательные упражнения	Звук «Лев»; «Колобок»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «Лев»; «Колобок»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «Лев»; «Колобок»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «Лев»; «Колобок»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.

Планирование непосредственно образовательной деятельности в группе общеразвивающей направленности детей от 3 до 4 лет. на воздухе.

ОКТАБРЬ.				
Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением различных заданий в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу.			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному, на носках, руки на плечах, с высоким подниманием колен; бег оздоровительный.			
№ занятия	I неделя 2	II неделя 5	III неделя 8	IV неделя 11
2-я часть: игровые упражнения	«Мы топаем ногами» 2 раза «Кто быстрее добежит до листиков» 2-3 раза «По мостику прыжками вперед» 2-3 раза	«Подбрось- поймай» «Кто быстрее» 2 раза «Перепрыгни через ручеек» 2 раза	«Мы топаем ногами» 2 раза «По ровненькой дорожке» «Вдоль дорожки»	«Кто скорее по дорожке» «Поймай мяч»

Подвижные игры	«Кот и мыши» «Бегите ко мне»	«Ловишки» «Зайка беленький сидит»	«Наседка и цыплята » «Пузырь»	«Бегите ко мне» «Лохматый пес»

в помещении:

Задачи: обучать детей в прокатывание обручей; упражнять в ловкости с мячом.

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности детей от 3 до 4 лет.

НОЯБРЬ.

Первое занятие обучающее, второе игровое занятие, а на третье повторение пройденного материала.

Задачи	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер; упражнять в ползании.			
Интеграция образовательных областей	Социально-коммуникативные: формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков. убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий. Речевое развитие: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры			
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, пальчиковая гимнастика « Этот пальчик » Ходьба и бег под музыку. Ходьба обычная, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом, боком; Бег обычный, на носках, захлест ног назад.			
ОРУ	с ленточками (с листочками) стр 33	С кольцами стр 34	б/п стр 36	с флажками стр 37
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	1.1. Равновесие «В лес по тропинке» 1.2. Прыжки «Зайки – мягки лапочки» 3.1. Бросание мяча воспитателю и ловля его от воспитателя. 3.2. Подлезание под обруч с мячом.	4.1. Прыжки «Через болото» 4.2. Прокатывание мячей «Точный пас» 6.1. Прыжки из обруча в обруч. 6.2. Прокатывание мячей в прямом направлении.	7.1. «Прокати – не задень» (2 раза) 7.2. «Проползи – не задень» (2 раза) 9.1. Катание мяча друг другу через воротца. 9.2. Ползание на четвереньках между предметами	10.1. Ползание «Паучки» Подлезание под дугу (высота 50 см). 10.2. Ходьба между двумя линиями (ширина 20 см). 12.1. Ползание по гимнастической скамейке (2-3 раза)

3-я часть: подвижные игры	«Цветные автомобили»; «По ровненькой дорожке»	«Мыши в кладовой»; «Птички в гнездышках».	«По ровненькой дорожке» «Найди себе пару»	«Цветные автомобили»; «Наседка и цыплята»
Малоподвижные игры и дыхательные упражнения	«Пистолет»; «Машина»; диафрагмальное- релаксационное дыхание.	«Пистолет»; «Машина»; диафрагмальное- релаксационное дыхание.	«Пистолет»; «Машина»; диафрагмальное- релаксационное дыхание.	«Пистолет»; «Машина»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.

**Планирование непосредственно образовательной деятельности в группе общеразвивающей направленности детей от 3 до 4 лет.
на воздухе.**

НОЯБРЬ.				
Задачи	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в равновесии на уменьшенной площади опоры. Повторить упражнения в прыжках; развивать глазомер и силу броска при метании на дальность.			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий для рук: на пояс, в стороны, за голову; бег оздоровительный.			
№ занятия	I неделя 2	II неделя 5	III неделя 8	IV неделя 11
2-я часть: игровые упражнения	«Мы топаем ногами» 2 раза « Не попадись» 2-3 раза «Поймай мяч» 2-3 раза	«Не попадись» «Догони мяч» 2 раза « Найди себе пару» 2 раза	«Мы топаем ногами» 2 раза « Не задень» «Передай мяч»	«Кто дальше бросит» «Пингины» «Перешагивание через предметы»
Подвижные игры	« Мой веселый звонкий мяч» «Кролики»	«По ровненькой дорожке» «Зайка беленький сидит»	«Птички в гнездышках». «Бегите ко мне»	«Наседка и цыплята». «Самолеты»

в помещении:

«Народные игры», эстафеты

**Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей
направленности детей от 3 до 4 лет.**

ДЕКАБРЬ.

Первое занятие обучающее, второе игровое занятие , а на третье повторение пройденного материала.

Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча, умении группироваться при лазании под дугу; развивать ориентировку в пространстве.
---------------	--

Интеграция образовательных областей	<p>Здоровье: рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики.</p> <p>Социально-коммуникативные: убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий.</p> <p>Речевое развитие: поощрять речевую активность детей при обсуждении правил игры.</p> <p>Познавательное развитие: формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях.</p>			
1-я часть: вводная	<p>Построение в шеренгу, проверка равнение. Пальчиковая гимнастика «Апельсин». Ходьба и бег под музыку, врассыпную. Ходьба обычная</p> <p>- на носках;- с высоким подниманием колен; - со сменой направлением;</p> <p>бег обычный; - по сигналу врассыпную; - приставным шагом правым бегом;</p>			
ОРУ	с кубиками стр 39	с мячом стр 40	с кубиками стр 41	на стульчиках (на гим. скамейке) стр 42
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	<p>1.1. Равновесие «Пройди – не задень» Ходьба между кубиками (2 раза)</p> <p>1.2. Прыжки «Лягушки – попрыгушки»</p> <p>3.1. Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны.</p> <p>3.2. Метание на дальность правой и левой рукой</p>	<p>4.1. Спрыгивание со скамейки (высота 20 см). на мат</p> <p>4.2. Прокатывание мячей друг другу</p> <p>6.1. Спрыгивание со скамейки (высота 20 см) на мат;</p> <p>6.2. Катание мячей в прямом направлении и бег за ним.</p>	<p>7.1.Прокатывание мяча между предметами (2 раза)</p> <p>7.2. Ползание под дугу «Проползи – не задень» (2 раза)</p> <p>9.1. Катание мячей в ворота друг за другом (расстояние между детьми 1,5 – 2 м)</p> <p>9.2. Подлезание под дугу (высота 50 см)</p>	<p>10.1. Ползание «Жучки на бревнышке» Ползание по гимнастической скамейке</p> <p>10.2. Равновесие «Пройдем по мостику»</p> <p>12.1. Ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе.</p> <p>12.2. Прыжки на двух ногах на месте</p>
3-я часть: подвижные игры	«Наседка и цыплята» «Медведь»;	«Воробушки и кот», «Снежинки и ветер»	«Лягушки»; «Лохматый пес»;	«Птица и птенчики» «Пузырь»
Малоподвижные игры и дыхательные упражнения	«Собачка»; «Поезд»; диафрагмальное- релаксационное дыхание.	«Собака»; «Поезд»; диафрагмальное- релаксационное дыхание.	«Собака»; «Поезд»; диафрагмальное- релаксационное дыхание.	«Собака»; «Поезд»; диафрагмальное- релаксационное дыхание.

Планирование непосредственно образовательной деятельности в группе общеразвивающей направленности детей от 3 до 4 лет на воздухе.

ДЕКАБРЬ.				
Задачи	Упражнять в ходьбе и беге между сооружениями из снега. Упражнять в метании на дальность снежков, развивая силу броска.			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному; бег оздоровительный.			
№ занятия	I неделя 2	II неделя 5	III неделя 8	IV неделя 11
2-я часть: игровые упражнения	«Веселые снежинки» 3-4 раза «Кто быстрее до снеговика» 2-3 раза «Кто дальше бросит» 2-3 раза	«Мы топаем ногами» «Разгладим снег»	«Кто дальше» «Снежная карусель»	«Снайперы» «По снежному валу»
Подвижные игры	«Лохматый пес», «Птички и кошка»	«По ровненькой дорожке» «Веселые снежинки»	«Лохматый пес», «Найди свой цвет»	«Найди себе пару», «Наседки и цыплята»,

в помещении:

Задачи: продолжать развивать ловкость в упражнениях с мячом.

- «Школа мяча».

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности детей от 3 до 4 лет.

ЯНВАРЬ.

Первое занятие обучающее, второе игровое занятие, а на третье повторение пройденного материала.

Задачи	Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед; упражнять в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений
Интеграция образовательных областей	<i>Социально-коммуникативные:</i> убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий. <i>Речевое развитие:</i> поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры. <i>Познавательное развитие:</i> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, проверка равенства. Пальчиковая гимнастика «Ежик». Ходьба и бег под музыку, по сигналу смена направления. На сигнал «Лягушки» - дети останавливаются, приседают, кладут руки на колени. На сигнал «Бабочки» - дети останавливаются и машут руками.

ОРУ	с платочками стр 44	с обручем стр 45	с кубиком стр 46	б/п стр 47
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	<p>1.1. Равновесие «Пройди – не упади»</p> <p>1.2. Прыжки «Из ямки в ямку»</p> <p>3.1. Ходьба по ребристой доске боком;</p> <p>3.2. Прыжки на двух ногах, из обруча в обруч, руки на пояс.</p>	<p>4.1. Прыжки «Зайки – прыгуны» - прыжки между кубиками</p> <p>4.2. Ходьба по гимнастической скамейке</p> <p>6.1. Ходьба на внешней стороне стопы (по-медвежьей).</p> <p>6.2. Ходьба на четвереньках (с опорой на ладони и ступни)</p>	<p>7.1. «Прокати – поймай»</p> <p>7.2. «Медвежата» ходьба на четвереньках (с опорой на ладони и ступни)</p> <p>9.1. Катание мячей друг другу через ворота,</p> <p>9.2. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола.</p>	<p>10.1. Ползание под дугу, не касаясь руками пол.</p> <p>10.2. Равновесие «По тропинке»</p> <p>12.1. Прокатывание мяча и бег за ним</p>
3-я часть: подвижные игры	«Мой веселый звонкий мяч» «Зайка беленький сидит»;	« Найди себе пару»; «Наседка и цыплята»	«Медведь»; «По ровненькой дорожке»	«Лохматый пес» «Цветные автомобили»
Малоподвижные игры и дыхательные упражнения	«Лев», «Колобок» диафрагмальное-релаксационное дыхание.	«Лев», «Колобок» диафрагмальное-релаксационное дыхание.	«Лев», «Колобок» диафрагмальное-релаксационное дыхание.	«Лев», «Колобок» диафрагмальное-релаксационное дыхание.

Планирование непосредственно образовательной деятельности в группе общеразвивающей направленности детей от 3 до 4 лет на воздухе.

ЯНВАРЬ.

Задачи	Упражнять детей в перепрыгивании через препятствия в метании снежков на дальность. в ходьбе и беге между сооружениями из снега. Упражнять в метании на дальность снежков, развивая силу броска.			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному; бег оздоровительный.			
№ занятия	I неделя 2	II неделя 5	III неделя 8	IV неделя 11
2-я часть: игровые упражнения	«По ровненькой дорожке» «Снежинки – пушинки» «Кто дальше »	«Снежная карусель» «Прыжки к елке» Катание друг друга на санках	« Сбей кеглю» « Кто дальше бросит?» «Перепрыгни – не задень»	« Мы топаем ногами» « Санный поезд» «Перепрыгни – не задень»

			Скольжение по ледяным дорожкам	Катание друг друга на санках
Подвижные игры	«Кролики», «Зайцы и волк»	«Лягушки».	«Зайцы и волк» ; «Найди себе пару»	«Найди себе пару», «Наседки и цыплята»,

в помещении:

Игры по выбору детей

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности детей от 3 до 4 лет.

ФЕВРАЛЬ.

Первое занятие обучающее, второе игровое занятие, а на третье повторение пройденного материала.

Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.			
Интеграция образовательных областей	<i>Социально-коммуникативные:</i> убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий. <i>Речевое развитие:</i> поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры. <i>Познавательное развитие:</i> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз			
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, проверка равнение. Пальчиковая гимнастика «Счет». Ходьба на носках, руки верх. Бег высоко поднимая колени, на носках.			
ОРУ	с кольцом стр 50	с «ежилом» стр 51	с мячом стр 52	б/п стр 53
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	1.1. Равновесие «Перешагни – не наступи» - перешагивание через кубики 1.2. Прыжки «С пенька на пенек» 3.1. Пролезание боком через воротца, не касаясь руками пола 3.2. Ходьба по доске, руки в стороны.	4.1. Прыжки «Веселые ворбушки» 4.2. Прокатывание мяча «Ловко и быстро!» между предметами 6.1. Лазание по гимнастической стенки «Обезьянки»	7.1. Бросание мяча через шнур двумя руками, подлезание под шнур в группировке, не касаясь руками пола. 9.1. Бросание мяча через шнур двумя руками, подлезание под шнур в группировке, не касаясь руками пола.	10.1. Лазание под дугу в группировке «Под дугу» 10.2. Пройти по дорожке, а а середине присесть и хлопнуть в ладоши перед собой и пройти дальше до конца доски. 12.1. Бросания мяча вдаль из-за головы двумя руками

3-я часть: подвижные игры	«Мыши в кладовой» «Цветные автомобили»;	«Воробушки в гнездышках»; «Пузырь»	«Воробышки и кот» «Медведь»	«Лягушки» «Мы топаем ногами»
Малоподвижные игры и дыхательные упражнения	«Машина», «Писталет»; диафрагмальное- релаксационное дыхание.	«Машина», «Писталет»; диафрагмальное- релаксационное дыхание.	«Машина», «Писталет»; диафрагмальное- релаксационное дыхание.	«Машина», «Писталет»; диафрагмальное- релаксационное дыхание.

Планирование непосредственно образовательной деятельности в группе общеразвивающей направленности детей от 3 до 4 лет на воздухе.

ФЕВРАЛЬ				
Задачи	Повторить метание снежков в цель, игровые задания на санках.			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному; бег оздоровительный.			
№ занятия	I неделя 2	II неделя 5	III неделя 8	IV неделя 11
2-я часть: игровые упражнения	«Змейкой» между санками «Добрось до кегли» Поочередно катание друг друга на санках	«Покружись» «Кто дальше бросит» Катание друг друга на санках	« Кто дальше бросит снежок» «Найдем снегурочку» Катание на санках с горки	« Точно в цель» « Туннель»
Подвижные игры	«Мыши в кладовой» , «Зайка беленький сидит»	«Птички в гнездышках» «Пузырь»	«Воробушки и кот»	«Наседки и цыплята», «Мы топаем ногами»

в помещении:

Упражнения с мячом и игры.

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физической культуре в группе общеразвивающей направленности детей от 3 до 4 лет.

МАРТ.

Первое занятие обучающее, второе игровое занятие, а на третье повторение пройденного материала.

Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами. Разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча; упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками; повторить упражнение в ползании.
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, проверка равнение. На сигнал «Лошадки» - ходьба, высоко поднимая колени, руки на поясе; переход на обычную ходьбу. На сигнал «Бабочки!» - бег в колонне по одному, помахивая руками, как «крылышки» .

Интеграция образовательных областей	<p>Здоровье: формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр</p> <p>Безопасность: формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков.</p> <p>Труд: учить самостоятельно, переодеваться на физкультурные занятия, убирать свою одежду</p> <p>Познание: учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз.</p>			
ОРУ	с кубиком стр 55	б/п стр 56	с мячом стр 57	б/п стр 58
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	<p>1.1. «Ровным шажком» пройти по гим. скамейке, боком приставным шагом, руки на поясе; на середине присесть, руки вынести вперед, подняться и пройти дальше до конца.</p> <p>1.2. Прыжки «Змейкой» - прыжки между предметами</p> <p>3.1. Ходьба по канату, положенному прямо (длина 3 м).</p> <p>3.2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед (расстояние 2 м)</p>	<p>4.1. Прыжки «Через канавку»</p> <p>4.2. Катание мячей друг другу «Точно в руки» и. п: - стойка на коленях, сидя на пятках.</p> <p>6.1. Ходьба по ребристой доске с мешочком на голове</p> <p>6.2. Перешагивание через кубики.</p>	<p>7.1. «Брось – поймай» бросание мяча друг другу</p> <p>7.2. Ползание на гимнастической скамейке</p> <p>9.1. «Брось – поймай» бросание мяча друг другу</p> <p>9.2. Лазание на гимнастическую стенку, не пропуская реек.</p>	<p>10.1. Ползание «Медвежата»</p> <p>10.2. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке в умеренном темпе, свободно балансируя руками.</p> <p>12.1. Бросание мяча вверх, вниз об пол и ловля его</p> <p>12.2. Ползание между предметами</p>
3-я часть: подвижные игры	«Кролики» «Самолеты»;	«Кролики», «Мой веселый звонкий мяч»	«Самолеты» «Зайка серый умывается»	«Лохматый пес», «Наседка и цыплята»
Малоподвижные игры и дыхательные упражнения	«Поезд», « Собачка» диафрагмальное-релаксационное дыхание.	«Поезд», « Собачка» диафрагмальное-релаксационное дыхание.	«Поезд», « Собачка» диафрагмальное-релаксационное дыхание.	«Поезд», « Собачка» диафрагмальное-релаксационное дыхание.

Планирование непосредственно образовательной деятельности в группе общеразвивающей направленности детей от 3 до 4 лет на воздухе.

МАРТ				
Задачи	Развивать ловкость и глазомер при метании в цель; упражнять в беге; закреплять умение действовать по сигналу воспитателя.			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному, на носках, руки на поясе; бег оздоровительный, на носках.			
№ занятия	I неделя 2	II неделя 5	III неделя 8	IV неделя 11
2-я часть: игровые упражнения	«Быстрые и ловкие» «Сбей кеглю» «Ловишки»	«Подбрось - поймай» «Прокати - не задень» «Лошадка»	« На одной ножке вдоль дорожки» «Брось через веревочку»	«Перепрыгни ручеек» «Бег по дорожке» «Ловкие ребята»
Подвижные игры	«Лохматый пес», «Зайка беленький сидит»	«Мой веселый звонкий мяч» «Мы топаем ногами»	«Поезд», «Найди свой цвет»	«Наседки и цыплята», «Зайка беленький сидит»

в помещении:

Подвижные игры Эстафеты с мячом

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физической культуре в группе общеразвивающей направленности детей от 3 до 4 лет.

АПРЕЛЬ.

Первое занятие обучающее, второе игровое занятие, а на третье повторение пройденного материала.

Задачи	Упражнять детей в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре. Развивать ловкость в упражнениях с мячом, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках. Упражнять в ползании на ладонях и ступнях			
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, проверка равнение. Пальчиковая гимнастика «Дружба». Ходьба и бег с остановкой по сигналу. Ходьба с высоким подниманием колен, на носках, пятках, внутренней стороне стопы.			
Интеграция образовательных областей	Здоровье: формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр Безопасность: формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков. Труд: учить самостоятельно, переодеваться на физкультурные занятия, убирать свою одежду Коммуникация: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры.			
ОРУ	на гимн. скамейке с кубиком стр 60	с косичкой (скалкой) стр 61	б/п стр 62	с обручем стр 63

№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	<p>1.1. Ходьба боком, приставным шагом, по гимнастической скамейке(высота 25 см), руки на поясе, на середине присесть, руки вынести вперед.</p> <p>1.2. Прыжки «Через канавку».</p> <p>3.1. Ходьба по канату, положенному прямо (длина 3 м).</p> <p>3.2. Прыжки в длину с места.</p>	<p>4.1. Прыжки из обруча в обруч.</p> <p>4.2. Катание мячей в прямом направлении</p> <p>6.1. Прыжки в длину с места (расст. между шнурами 15 см).</p> <p>6.2. Бросание мяча о пол двумя руками.</p>	<p>7.1. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками.</p> <p>7.2. Ползание по гимнастической скамейке «Медвежата».</p> <p>9.1. Бросание мяча вверх и ловля его руками.</p> <p>9.2. Ползание по доске Лазание на гимнастическую стенку, не пропуская реек.</p>	<p>10.1. Ползание «Проползи – не задень»</p> <p>10.2. Равновесие «По мостику».</p> <p>12.1. Бросание мяча вверх, вниз об пол и ловля его</p> <p>12.2. Ходьба по доске, руки на поясе.</p>
3-я часть: подвижные игры	«Тишина» «Медведь»;	«По ровненькой дорожке», «Мой веселый звонкий мяч»	«Мы топаем ногами» «Зайка серый умывается»	«Огуречик, огуречек», «Наседка и цыплята»
Малоподвижные игры и дыхательные упражнения	«Колобок», «Лев» диафрагмальное- релаксационное дыхание.	«Колобок», «Лев» диафрагмальное- релаксационное дыхание.	«Колобок», «Лев» диафрагмальное- релаксационное дыхание.	«Колобок», «Лев» диафрагмальное- релаксационное дыхание.

Планирование непосредственно образовательной деятельности в группе общеразвивающей направленности детей от 3 до 4 лет на воздухе.

АПРЕЛЬ				
Задачи	Развивать ловкость и глазомер при метании в цель; упражнять в беге; закреплять умение действовать по сигналу воспитателя.			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному, на носках, руки на поясе; бег оздоровительный, на носках.			
№ занятия	I неделя 2	II неделя 5	III неделя 8	IV неделя 11

2-я часть: игровые упражнения	«Быстрые и ловкие» «Сбей кеглю» «Ловишки»	«Подбрось - поймай» «Прокати - не задень» «Лошадка»	« На одной ножке вдоль дорожки» «Брось через веревочку»	«Перепрыгни ручеек» «Бег по дорожке» «Ловкие ребята»
Подвижные игры	«Лохматый пес», «Мой веселый звонкий мяч»	«Мой веселый звонкий мяч» «Мы топаем ногами»	«Поезд», «Найди свой цвет»	«Наседки и цыплята», «Зайка беленький сидит»

в помещении:

Подвижные игры Эстафеты с мячом

Планирование непосредственно образовательной деятельности физической культуре в группе общеразвивающей направленности детей от 3 до 4 лет.

МАЙ.

Первое занятие обучающее, второе игровое занятие, а на третье повторение пройденного материала.

Задачи	Повторить ходьбу и бег в рассыпную развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу. Упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке; лазании по мостику.			
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, проверка осанки. Перестроение в колонну по одному. Ходьба в колонне по одному; Ходьба и бег в рассыпную по всему залу по сигналу. Ходьба и бег между предметами. Ходьба с выполнением упражнений для рук. Построение в круг. Пальчиковая гимнастика			
Интеграция образовательных областей	<i>Здоровье:</i> формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр <i>Безопасность:</i> формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков. <i>Труд:</i> учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия. <i>Коммуникация:</i> поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности.			
ОРУ	с кольцом стр 65	с мячом стр 66	с флажками стр 67	б/п стр 68
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	1.1. Ходьба по гимнастической скамейке (высота 30 см). «Пройди по мостику» (2 раза);	4.1. Прыжки «Парашютисты». Прыжки с гимнастической скамейки на мат. (2 раза). 4.2. Прокатывание мяча друг	7.1. Броски мяча вверх ловля его двумя руками (10-12 раз) 7.2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени.	10.1. Лазание по мостику. (2-3 раза). 10.2. Ходьба по ребристой доске (2-3 раза); 12.1. Лазание по мостику.

	<p>1.2. Прыжки через шнуры (расстояние между ними 30-40 см). «Перепрыгни через ручеек» (2 раза).</p> <p>3.1. Ходьба по гимнастической скамейке с кольцом в руке (2-3раза);</p> <p>3.2. Прыжки в длину с места через шнуры (40 см) (2-3раза).</p>	<p>другу (и. п: сидя ноги врозь)</p> <p>6.1. Прыжки «Парашютисты». Прыжки с гимнастической скамейке на мат. (2 раза).</p> <p>6.2. Прокатывание мяча друг другу (и. п: в стойке на коленях, сидя на пятках)</p>	<p>«Жучки» (2-3 раза)</p> <p>9.1. Броски мяча верхи ловля его двумя руками (10-12 раз)</p> <p>9.2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. «Жучки» (2-3 раза)</p>	<p>(2-3 раза).</p> <p>12.2. Ходьба по дорожке здоровья. (2-3 раза);</p>
3-я часть: подвижные игры	«Мыши в кладовой» «Самолеты»	«Воробушки и кот» «По ровненькой дорожке»;	«Огуречик , огуречик»	«Коршун и наседка» «У медведя во бору»
Малоподвижные игры и дыхательные упражнения	«Машина»; «Писталет»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	«Машина»; «Писталет»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	«Машина»; «Писталет»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	«Машина»; «Писталет»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.

Планирование непосредственно образовательной деятельности в группе общеразвивающей направленности детей от 3 до 4 лет на воздухе.

МАЙ

Задачи	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками; повторить игровые упражнения с мячом.			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному; прыжки через бруски; бег оздоровительный и врассыпную.			
№ занятия	2	5	8	11
2-я часть: игровые упражнения	«Достань до мяча» 2- 3 раза «Перепрыгни ручеек» 2-3 раза	«Попади в обруч» «Подбрось и поймай»	«Не урони» «Не задень» «Бегом по дорожке»	«Подбрось - поймай» «Кто быстрее по дорожке»

	«Пробеги – не задень»			
Подвижные игры	«Веселые зайчата»	«Цыплята на полянке»	«Самолеты»	«Лохматый пес»

в помещении:

Повторить все упражнения и подвижные игры, усвоенные детьми ранее. Особенное внимание уделять игровым упражнениям с мяч

2.4.2. Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 4 до 5 лет.

СЕНТЯБРЬ

Первое занятие обучающее, второе игровое, а на третье повторение пройденного материала.

Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании; упражнять в прокатывании мяча; лазанье под дугой;			
Интеграция образовательных областей	Социально-коммуникативное: формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры. учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия, убирать свою одежду. Познавательное: формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения			
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, проверка равнение. Пальчиковая гимнастика « Замок ». Ходьба и бег под музыку. «Зайки!», дети останавливаются и выполняют прыжки на двух ногах на месте; ходьба на носках, руки на поясе, ходьба «по-медвежьи».			
ОРУ	б/п стр 20	с флажками стр 23	с мячом стр 25	с малыми обручами стр 28
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	1.1. Ходьба и бег между двумя линиями (ширина 15 см, длина 3 м). При ходьбе руки на пояс. В беге руки произвольно, свободно 1.2. Подпрыгивание на двух ногах на месте с	4.1. «Достань до предмета»; (2-3 раза) 4.2. Прокатывание мячей друг другу (расстояние 2 м), и.п.- стоя на коленях. (10-12 раз) 6.1. «Достань до предмета» (2-3 раа); 6.2. Прокатывание мячей друг другу (расстояние 2 м), и.п.-	7.1. Прокатывание мячей друг другу (расстояние 2 м), и.п.- стоя на коленях. (10-12 раз) 7.2. Ползание под шнур, не касаясь руками пола (высота от пола 50 см). (2-3 раза) 9.1. бросание мяча вверх и ловля его двумя руками	10.1. Лазанье под дугу, не задевая верхнего края. (2-3 раза). 10.2. Ходьба на носках по доске, лежащей на полу (3-4 раза); 12.1. Ходьба по доску, лежащей на полу, с перешагиванием через

	поворотом кругом вправо и влево в чередовании с небольшой паузой(2-3раза). 3.1. Ходьба и бег между линиями (ширина 20 см) (2-3раза); 3.2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до кегли(2-3раза).	стоя(10-12 раз). 6.3. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 5 м)(2-3раза).	(10-12 раз); 9.2. Лазание под дугу, не задевая верхнего края.(2-3 раза). 9.3. Прыжки на двух ногах между кубиками (2-3 раза).	кубики(2-3 раза); 12.2. Лазание под дугу с опорой на ладони и колени. 12.3. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед (2-3 раза).
3-я часть: подвижные игры	«Найди себе пару»; «Воробушки и кот»; «По ровненькой дорожке»	«Самолеты»; «Найди себе пару»;	«Огуречик, огуречик»; «Пробеги тихо»; «Мы – осенние листочки»	«У медведя во бору»; «Автомобили»; «Воробушки и кот»
Малоподвижные игры и дыхательные упражнения	Звук «Ж»; «Собачка»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «Ж»; «Собачка»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «Ж»; «Собачка»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	«Где постучали?»; Звук «Ж»; «Собачка»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 4 до 5 лет на воздухе.

СЕНТЯБРЬ.

Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге колонне по одному, на носках; упражнять в прыжках; повторить подбрасывание и ловлю мяча двумя руками; Упражнять в беге на длинную дистанцию;			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному, на носках, руки на плечах, с высоким подниманием колен; бег оздоровительный.			
№ занятия	2	5	8	11
2-я часть: игровые упражнения	«Не пропусти мяч» 2 раза «Не задень» 2-3 раза «По мостику» 2-3 раза	«Мы топаем ногами» «Вдоль дорожки» 2 раза «Перепрыгни через ручеек» 2 раза	«По ровненькой дорожке» «Кто быстрее добежит до осеннего листочка»	«Успей поймать» «Вдоль дорожки»

Подвижные игры	«Воробушки и кот»	«У медведя во бору» «Мы – осенние листочки»	«Воробушки и кот» «Самолеты»	«Пузырь» «Огуречик, огуречик»»

в помещении:

Задачи: обучать детей в ловкости с мячом.

- «Школа мяча»

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 4 до 5 лет.

ОКТАБРЬ.

Первое занятие обучающее, второе игровое, а на третье повторение пройденного материала.

Задачи	Учить 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; закреплять умение прокатывать мячи друг другу, развивать точность направления движения. Упражнять в лазанье под дугой; сохраняя равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры.			
Интеграция образовательных областей	Социально-коммуникативное: обсуждать пользу утренней гимнастики в детском саду и дома, поощрять высказывания детей. Познавательное: развивать глазомер и ритмичность шага при перешагивании через бруски. Художественное-эстетическое: разучивать упражнения под музыку в разном темпе, проводить музыкальные игры. Социально-коммуникативное: учить готовить инвентарь перед началом проведения занятий и игр			
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, проверка равнение. Пальчиковая гимнастика «Апельсин». Ходьба и бег под музыку. Ходьба в колонне по одному, с перешагиванием через шнуры (расстояние между шнурами- 40 см). По сигналу в рассыпную. Бег оздоровительный. Построение в круг			
ОРУ	на фитболах	б/п стр 34	с мячом стр 36	с кеглей стр 37
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	1.1. Ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе, на середине скамейки присесть, руки в стороны, встать, пройти до конца скамейке.(2-3 раза);	4.1. Перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах;(2-3 раза) 4.2. Прокатывание мячей друг другу (расстояние 2 м), и.п.- стоя на коленях.(10-12 раз)	7.1. Прокатывание мяча в прямом направлении(3 раз) 7.2. Лазанье под дугу, не касаясь руками пола.(3-4 раза) 9.1. Лазанье под дугу двумя колоннами поточным	10.1. Подлезание под дугу (высота 50 см), касаясь руками.(2-3 раза). 10.2. Ходьба по доске, положенной на пол, перешагивая через кубики. (3-4 раза); 10.3. Прыжки на двух ногах между мячами (4-5 штук), положенными

	<p>1.2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до предмета, на расстояние 3 м(3)</p> <p>3.1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе (3- 4 раза);</p> <p>3.2. Прыжки на двух ногах до косички, перепрыгнуть через нее, а затем пройти в конец своей колонны (дистанция 4 м)</p>	<p>6.1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. Поточным способом (2-3 раза);</p> <p>6.2. Прокатывание мяча между 4-5 предметами друг другу (расстояние 2 м), и.п.- стоя(10-12 раз).</p>	<p>способом.(3-4 раза).</p> <p>9.2. Прыжки на двух ногах через 4-5 линий. (3-4 раза).</p> <p>9.3. Подбрасывание мяча двумя руками и ловля двумя. (10-12 раз)</p>	<p>в две линии (3-4 раза)</p> <p>12.1. Лазанье под шнур, натянутый на высоте 40 см, с мячом в руках, затем выпрямиться, подняв мяч вверх, опустить(2-3 раза);</p> <p>12.2. Прокатить мяч по дорожке(ширина 25 см) в прямом направлении, затем пробежать за мячом по дорожке (2-3 раза).</p>
3-я часть: подвижные игры	«Кот и мыши»; «Найди себе пару» «У медведя во бору»	«Автомобили»; «Найди себе пару»; «Трамвай»	«У медведя во бору» «Кот и мыши»; «Цветные автомобили»	«Кот и мыши»; «Автомобили» «Мы – осенние листочки»
Малоподвижные игры и дыхательные упражнения	Звук «Ж»; «Собачка»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «Ж»; «Собачка»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	«Угадай, где спрятано» Звук «Ж»; «Собачка»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	«Где постучали?»; Звук «Ж»; «Собачка»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 4 до 5 лет на воздухе.

ОКТАБРЬ.				
Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге колонне по одному, на носках; упражнять в прыжках с продвижением вперед; повторить подбрасывание и ловлю мяча двумя руками; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе и бега по уменьшенной площади опоры;			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному, на носках, с упражнением для рук; бег оздоровительный, на носках в чередовании с обычным бегом			
№ занятия	2	5	8	11
2-я часть: игровые упражнения	«Не пропусти мяч» 2 раза «Кто быстрее добежит до кегли» 2-3 раза	«Подбрось - поймай» «Кто быстрее» (эстафета) 2 раза	«Прокати – не урони» «Вдоль дорожки»	«Подбрось - поймай» «Мяч в корзину» «Кто скорее по дорожке»

	«Прыжки через мостик» 2-3 раза	«Перепрыгни через палочки» 2 раз		
Подвижные игры	«Найди себе пару» «Лохматый пес»	«Ловишки», «Автомобили»	«Цветные автомобили» «Огуречи, огуречик» «Мы – осенние листочки»	«Лошадки» «У медведя во бору»

в помещении:

Задачи: обучать детей в прокатывание обручей; упражнять в ловкости с мячом.

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 4 до 5 лет.

НОЯБРЬ.

Первое занятие обучающее, второе игровое, а на третьем повторение пройденного материала.

Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, между предметами; ходьба на носках; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в прокатывании мяча			
Интеграция образовательных областей	Социально-коммуникативное: рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. обсуждать пользу закаливания, формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. Речевое: поощрять речевую активность. Познавательное: учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз			
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, проверка равнения. Пальчиковая гимнастика «Гномы». Ходьба и бег под музыку. Ходьба в колонне по одному. Ходьба и бег змейкой, с изменением направления по сигналу; ходьба на носках, на пятках, гусиным шагом. Бег с высоким подниманием ноги.			
ОРУ	с кубиками стр 40	б/п стр 42	с мячом стр 44	с флажками стр 46
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	1.1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов.(2-3 раза); 1.2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь	4.1. Прыжки на двух ногах через 5-6 линий;(2-3 раза) 4.2. Прокатывание мячей друг другу (расстояние 2 м), и.п.- стоя на коленях.(10-12 раз) 6.1. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед	7.1. Броски мяча о землю и ловля его двумя руками (10-12 раз) 7.2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени.(2-3 раза) 9.1. Броски мяча о пол одной рукой и ловля его двумя	10.1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков скамейки.(2-3 раза). 10.2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на поясе(2-3 раза); 12.1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным

	вперед между кубиками, поставленными в ряд на расстоянии 0,5 м(2-3 р) 3.1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки в стороны (3- 4 раза); 3.2. Прыжки на двух ногах через 5-6 линий. 3.3. бросание мяча вверх и ловля его двумя руками по 5-6 раз.	между предметами (2-3 раза); 6.2. Перебрасывание мяча друг другу, двумя руками снизу (10-12 раз).	руками после отскока.(10-12 раза). 9.2. Ползание в шеренгах в прямом направлении с опорой на ладони и ступни. (3-4 раза). 9.3. Прыжки на двух ногах между предметами, поставленными в один ряд. (10-12 раз)	шагом: на середине скамейки присесть, руки вынести вперед.(2-3 раза); 12.2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени (2-3 раза). 12.2. Прыжки на двух ногах до кубика, на расстояние 3 м. (2-3 раза).
3-я часть: подвижные игры	« Салки»; «Огуречи, огуречик...» «Мы – осенние листочки»	«Самолеты»; «Лиса и куры» «Лошадки»	«Лиса и куры» «Ловишки» «Найди себе пару»	«Цветные автомобили»; «У медведя во бору» «Кот и мыши»
Малоподвижные игры и дыхательные упражнения	Звук «З»; «Машина»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «З»; «Машина»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «З»; «Машина»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «З»; «Машина»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому в группе общеразвивающей направленности для детей от 4 до 5 лет на воздухе.

НОЯБРЬ.				
Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; ходьба и бег «змейкой» между предметами; сохранения на уменьшенной площади опоры. Повторить упражнения в прыжках. Упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении.			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному, на носках, на пятках; бег оздоровительный, на носках в чередовании с обычным бегом.			
№ занятия	2	5	8	11
2-я часть: игровые упражнения	«Затейники» «Не попадись» 2 раза	«Не попадись» «Догони мяч» 2 раза	«Не задень» «Передай мяч»	«Пингвины» «Кто дальше бросит»

	«Поймай мяч» 2-3 раза		«Догони пару»	
Подвижные игры	« Кролики» « Самолеты»	«Найди себе пару», «Кот и мыши»	«Лиса и куры» «Огуречи, огуречик»	«Самолеты» «Кот и мыши»

в помещении:

«Народные игры», эстафеты

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 4 до 5 лет.

ДЕКАБРЬ.

Первое занятие обучающее, второе игровое, а на третье повторение пройденного материала.

Задачи	Упражнять в перестроении в пары на месте. Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие и с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами. Учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе.			
Интеграция образовательных областей	<p><i>Здоровье:</i> рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению упражнений на дыхание <i>Коммуникация:</i> обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения. <i>Безопасность:</i> учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре. <i>Социализация:</i> формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками</p>			
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, проверка равнение. Пальчиковая гимнастика «Снежок» Ходьба и бег под музыку, в рассыпную. Перестроение в колонну по одному. Ходьба с высоким подниманием колен, на пятках. Бег оздоровительный.			
ОРУ	с платочком стр 49	с мячом стр 51	б/п стр 53	с кубиками стр 56
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	<p>1.1. Ходьба по шнуру, положенному прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. (2-3 раза); 1.2. Прыжки через 4-5 брусков, помогая себе взмахом рук. Высота</p>	<p>4.1. Прыжки со скамейке (высота 20 см) на резиновую дорожку;(2-3 раза) 4.2. Прокатывание мячей между предметами (2 – 3 раза) 6.1. Прыжки со скамейки (высота 25) (2-3 раза); 6.2. Прокатывание мячей</p>	<p>7.1. Перебрасывание мячей друг другу с расстояния 1, 5 м (способом- двумя руками снизу).(10-12 раз) 7.2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке с опорой на ладони и</p>	<p>10.1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват рук с боков скамейки.(2-3 раза). 10.2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки за головой (2-3 раза);</p>

	бруска 6 см. (2-3раза). 3.1. Ходьба по шнуру, положенному по кругу, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. (2-3раза); 3.2. Прыжки на двух ногах, через 5-6 шнуров, положенных на расстоянии 40 см один от другого. (2-3раза). 3.3. Прокатывание мяча между 4-5 предметами, подталкивая его двумя руками снизу и не отпуская далеко от себя (2-3 раза)	между предметами (2 – 3 раза). 6.3. Бег по дорожке (ширина 20 см) (2-3раза).	колени(2-3 раза) 9.1. Перебрасывание мяча друг другу с расстояния 2 м (способ – двумя руками из-за головы, ноги в стойке на ширине плеч) (10-12 раз); 9.2. Ползание в прямом направлении на четвереньках с опорой на ладони и стопы.(2-3 раза). 9.3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, высоко поднимая колени, руки на поясе. (2-3 раза).	12.1. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени.(2-3 раза); 12.2. Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны, на середине присесть, хлопнуть в ладоши и пройти дальше. (2-3 раза) 12.3. Прыжки на двух ногах, до лежащего на полу обруча, прыжок в обруч и из обруча (2-3 раза).
3-я часть: подвижные игры	«Самолеты» « Лиса и куры»; «Дружба»	«Лиса в курятнике»; «Зайцы и волк» «Птички и кошка»	«Зайцы и волк»; «Огуречик, огуречик..» «Дружба»	«Птички и кошка» «Лиса и куры»
Малоподвижные игры и дыхательные упражнения	Найдем цыпленка» Звук «Ж»; «Поезд»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «Ж»; «Поезд»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «Ж»; «Поезд»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «Ж»; «Поезд»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 4 до 5 лет на воздухе.

ДЕКАБРЬ.				
Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге между сооружениями из снега; в умении действовать по сигналу; упражнять в метании на дальность снежков, развивая силу броска.			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному, между сооружениями; бег оздоровительный.			
№ занятия	2	5	8	11
2-я часть: игровые упражнения	«Веселые снежинки» 2- 3 раза «Кто быстрее до снеговика»	«Пружинка» «Разгладим снег» 2 раза	« Кто дальше» «Снежная карусель»	« Петушки ходят» «По снежному валу»

	2-3 раза «Кто дальше бросит» 2-3 раза	Катание на санках		«Снайперы»
Подвижные игры	«Ловишки» «Дружба»	«Веселые снежинки»	«Зайцы и волк»	«Птички и кошка» «Лиса и куры»

в помещении:

Задачи: продолжать развивать ловкость в упражнениях с мячом.

- «Школа мяча».

- Спортивные упражнения:

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 4 до 5 лет.

ЯНВАРЬ.

Первое занятие обучающее, второе игровое, а на третьем повторение пройденного материала.

Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках. Развивать ловкость в упражнениях с мячом, повторить ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.			
Интеграция образовательных областей	<i>Здоровье:</i> рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности. <i>Коммуникация:</i> обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь. <i>Труд:</i> учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр. <i>Социализация:</i> формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей. <i>Познание:</i> формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта. <i>Музыка:</i> учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки			
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, проверка равнения. Пальчиковая гимнастика « Капуста ». Ходьба и бег под музыку, по сигналу смена направления. Перестроение в колонну по одному. Ходьба с высоким подниманием колен, на пятках. Бег оздоровительный.			
ОРУ	С обручем стр 59	с мячом стр 60	б/п стр 62	с обручем стр 64
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	1.1. Ходьба по канату: пятки на канате, носки на полу, руки на поясе. (2-3 раза); 1.2. Прыжки на двух ногах,	4.1. Прыжки с гимнастической скамейке (высота 25 см) на резиновую дорожку;(4-6 раз) 4.2. перебрасывание мячей друг другу с расстояния 2 м	7.1. отбивание мяча о пол(1-12 раз) 7.2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни	10.1. Лазанье под дугой (50 см) боком, не касаясь руками пола, несколько раз подряд.(2 раза). 10.2. Ходьба по

	<p>продвигаясь вперед вдоль каната и перепрыгивая через него справа и слева (2-3раза).</p> <p>3.1. Ходьба по канату: носки на канате, пятки на полу, руки за головой (2-3раза);</p> <p>3.2. Прыжки на двух ногах, перепрыгивание через канат справа и слева, продвигаясь вперед, помогая себе взмахом рук. (2-3раза).</p> <p>3.3 Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками, произвольно, каждый в своем темпе</p>	<p>(способ - двумя руками снизу) (10-12 раз)</p> <p>6.1. Отбивание малого мяча одной рукой о пол 3 – 4 раза подряд и ловля его двумя руками. (3-4 раза);</p> <p>6.2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед, - прыжком ноги врозь, прыжком ноги весте и так далее (2 – 3 раза).</p> <p>6.3. Ходьба на носках между предметами, поставленными в один ряд на расстоянии 0, 4 м один от другого (2-3раза).</p>	<p>(2-3 раза)</p> <p>9.1. Прокатывание мячей друг другу в парах с расстояния 2,5 м (8-10 раз);</p> <p>9.2. Ползание в прямом направлении на четвереньках с опорой на ладони и ступни на расстояние 3 м.(2 раза). Встать, выпрямиться и хлопнуть в ладоши над головой.</p> <p>9.3. Прыжки на двух ногах справа и слева от шнура, продвигаясь вперед. (2-3 раза).</p>	<p>гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс (2-3 раза);</p> <p>12.1. Лазанье под дугой (50 см) боком, не касаясь руками пола, несколько раз подряд (2-3 раза);</p> <p>12.2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на поясе. На середине скамейки присесть, руки вынести вперед, встать и пройти дальше (2-3 раза)</p> <p>12.3. Прыжки на двух ногах между предметами (2-3 раза).</p>
3-я часть: подвижные игры	« Кролик» «Цветные автомобили»;	« Найди себе пару»; «Мороз Красный нос»	«Лошадки»; «Огуречик, огуречик..»	«Птички и кошка» «Цветные автомобили»
Малоподвижные игры и дыхательные упражнения	«Найдем кролика» Звук «В»; «Лев»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «В»; «Лев»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «В»; «Лев»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «В»; «Лев»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 4 до 5 лет на воздухе.

ЯНВАРЬ.				
Задачи	Повторить игровые упражнения; упражнять в беге и прыжках вокруг снежков; упражнять детей в перепрыгивании через препятствия в метании снежков на дальность.			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному, змейкой между снежками; бег оздоровительный.			
№ занятия	2	5	8	11

2-я часть: игровые упражнения	«Снежинки - пушинки» 2-3 раза «Кто дальше» 2-3 раза	ОРУ со снежками «Снежная карусель» 2-3 раза «Прыжки к снеговику» 2 раза Катание друг друга на санках	« Кто дальше бросит?» «Перепрыгни – не задень»	« Кто дальше бросит?» «Перепрыгни – не задень» Катание друг друга на санках
Подвижные игры	«Затейник» «Ловишки»	«Мороз красный нос»	«Затейник» «Огуречик, огуречик»	«Птички и кошка»

в помещении:

Задачи: обучать детей прыжкам на скакалке.

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 4 до 5 лет.

ФЕВРАЛЬ.

Первое занятие обучающее, второе игровое занятие, а на третье повторение пройденного материала.

Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; повторить задание в прыжках; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами; закреплять навык ползания на четвереньках.			
Интеграция образовательных областей	<u>Здоровье:</u> учить прикрывать рот платком при кашле и обращаться к взрослым при заболевании. <u>Труд:</u> учить самостоятельно, готовить и убирать место проведения занятий и игр. <u>Социализация:</u> формировать навык оценки поведения своего и сверстников во время проведения игр. <u>Познание:</u> учить определять положение предметов в пространстве по отношению к себе: впереди - сзади, вверху - внизу			
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, проверка равенные. Перестроение в колонну по одному. Ходьба и бег под музыку, между расставленными в одну линию предметы; по сигналу «Аист!» - остановиться, «Лягушки!» - приседают на корточки Построение в три колонны.			
ОРУ	б/п стр 66	на стульях или на скамейке стр 68	с мячом стр 70	с гим. палкой стр 72
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	1.1. Ходьба по гимнастической скамейке (на середине остановиться, поворот кругом, сойти со скамейки). (2-3 раза); 1.2. Прыжки через бруски	4.1. Прыжки из обруча в обруч (5-6 обручей) на двух ногах;(3-4 раза) 4.2. Прокатывание мячей между предметами (3-4 раза) 6.1. Прыжки на двух ногах	7.1. Перебрасывание мячей друг другу (10-12 раз) 7.2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках (3 – 4 раза) 9.1. Метание мешочков в	10.1. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени.(2-3 раза). 10.2. Ходьба, перешагивая через набивные мячи,

	(высота 10 см) (2-3раза). 3.1. Ходьба, перешагивая через набивные мячи, руки на поясе. (2-3раза); 3.2. Прыжки через шнур, перепрыгивание справа и слева . (2-3раза). 3.3 Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах (расстояние 2 м), (броски двумя руками снизу) (10-12 раз)	через 5-6 шнуров (3-4 раза); 6.2. Прокатывание мячей друг другу (расстояние 2,5 м) в шеренгах, способ- стойка на коленях (10-12 раз). 6.3. Ходьба на носках, руки на поясе, в чередовании с обычной ходьбой (3-4 раза).	вертикальную цель – щит диаметром 50 см, правой и левой рукой (способ - от плеча) (5-6 раз); 9.2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени.(2-3 раза). 9.3. Прыжки на двух ногах между предметами, поставленными в шахматном порядке. (2-3 раза).	высоко поднимая колени, руки на пояс (2-3 раза); 12.1. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни.(2-3 раза); 12.2. Ходьба по гимнастической скамейке, боком приставным шагом: на середине скамейки присесть, руки вынести вперед. (2-3 раза) 12.3. Прыжки на правой и левой ноге (2-3 раза).
3-я часть: подвижные игры	«Котята и щенята» «Цветные автомобили»;	«У медведя во бору»; «Гуси-лебеди»	«Воробышки и автомобиль» «Огуречик, огуречик..»	«Перелет птиц» «Лиса и куры»
Малоподвижные игры и дыхательные упражнения	Звук «З»; «Писталет»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «З»; «Писталет»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «З»; «Писталет»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «З»; «Писталет»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 4 до 5 лет на воздухе.

ФЕВРАЛЬ.				
Задачи	Повторить метание снежков в цель, игровые задания на санках. Упражнять детей в метании снежков на дальность			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному, между сооружениями; бег оздоровительный.			
№ занятия	2	5	8	11
2-я часть: игровые упражнения	«Змейкой» между санками» 2- 3 раза «Добрось до кегли» 2-3 раза Поочередное катание друг	«Покружись» «Кто дальше бросит» 2 раза Катание друг друга на санках	« Кто дальше бросит снежок» «Найдем снегурочку» Катание на санках с горки	«Точно в цель» «Туннель» Катание на санках друг друга

	друга на санках.			
Подвижные игры	«Мороз красный нос»	«Огуречик, огуречик»	По выбору детей	«Воробышки и автомобиль»

в помещении:

Задачи: продолжать упражнять детей в прыжках на скакалке.

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 4 до 5 лет.

МАРТ.

Первое занятие обучающее, второе игровое занятие, а на третье повторение пройденного материала.

Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и бег враспынную; повторить упражнения в равновесии и прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку. Повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке и «по-медвежьему».			
Интеграция образовательных областей	<p>Здоровье: формировать навык оказания первой помощи при травме.</p> <p>Безопасность: учить соблюдать правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места и через кубики, ходьбы и бега по наклонной доске.</p> <p>Коммуникация: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры.</p> <p>Познание: рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять кругозор</p>			
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, проверка равнение. Перестроение в колонну по одному. Ходьба и бег под музыку. По сигналу поворот кругом в движении и продолжение ходьбы. Ходьба и бег враспынную с остановкой по сигналу воспитателя. Построение в три колонны.			
ОРУ	б/п стр 74	с обручем стр 75	с мячом стр 77	с флажками стр 79
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	<p>1.1. Ходьба на носках между 4-5 предметами, расставленными на расстоянии 0,5 м один от другого. (2-3 раза);</p> <p>1.2. Прыжки через шнур справа и слева, продвигаясь вперед (дистанция 3 м). (2-</p>	<p>4.1. Прыжки в длину с места. (3-4 раза)</p> <p>4.2. Перебрасывание мячей через шнур (8-10 раз).</p> <p>5.1. Прыжки в длину с места (3-4 раза);</p> <p>6.2. перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы (расстояние от</p>	<p>7.1. Прокатывание мяча между предметами (2-3 раза)</p> <p>7.2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков (2-3 раза)</p> <p>9.1. прокатывание мячей между предметами (2-3 раза);</p>	<p>10.1. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни. (2-3 раза).</p> <p>10.2. Ходьба по доске, положенной на пол. (2-3 раза);</p> <p>10.3. Прыжки через 5-6 шнуров, положенных в одну</p>

	Зрза). 3.1. Ходьба и бег по наклонной доске (2-Зрза); 3.2. Прыжки на двух ногах через короткую скакалку . (2-Зрза).	шнура 2 м) и ловля мяча после отскока об пол(5-6 раз). 6.3. Прокатывание мяча друг другу (и. п: сидя, ноги врозь). Расстояние 2 м (по 8-10 раз).	9.2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени с мешочком на спине.(2-3 раза). 9.3. Ходьба по скамейке с мешочком на голове. (2-3 раза).	линию. (2-3 раза). 12.1. Лазанье по гимнастической стенке и передвижение по третьей рейке. Затем спуск вниз.(2-3 раза); 12.2. Ходьба по доске, лежащей на полу, на носках, руки на пояс (2-3 раза) 12.3. Прыжки на двух ногах через шнуры (2-3 раза).
3-я часть: подвижные игры	«Перелет птиц» «Самолеты»;	«Бездомный заяц»; «Гуси-лебеди»	«Самолеты»	«Перелет птиц» «Охотник и зайцы»
Малоподвижные игры и дыхательные упражнения	Звук «Ж»; «Колобок»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «Ж»; «Колобок»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «Ж»; «Колобок»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «Ж»; «Колобок»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 4 до 5 лет на воздухе.

МАРТ.				
Задачи	Развивать ловкость и глазомер при метании в цель; упражнять в беге; закреплять умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять детей в ходьбе, чередуя с прыжками, в ходьбе с изменением направления движения, в беге в медленном темпе до 1 минуты, в чередовании с ходьбой. Упражнять в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на одной ноге (правой и левой, попеременно)			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному, на носках, упражнение для рук; бег оздоровительный.			
№ занятия	2	5	8	11
2-я часть: игровые упражнения	«Ловишки» 2- 3 раза «Быстрые и ловкие» 2-3 раза «Сбей кеглю»	«Подбрось - поймай» «Прокати – не задень» 2 раза Лошадка	«На одной ножке вдоль дорожки» «Брось через веревку» Катание на санках с горки	«Перепрыгни ручеек» «Бег по дорожке» «Ловкие ребята»

	«Зайка беленький»			
Подвижные игры	«Удочка»	По выбору детей	«Угадай кто завет?» «Самолеты»	«Пробеги тихо» «Лиса и куры»

в помещении:

Подвижные игры («Затейник», «Охотник и зайцы», «Перелет птиц», «Узнай по голосу»)

Эстафеты с мячом

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 4 до 5 лет.

АПРЕЛЬ.

Первое занятие обучающее, второе игровое занятие, а на третье повторение пройденного материала.

Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьба и беге врассыпную; повторить задания в равновесии и прыжках. Упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное и. п в прыжках в длину с места; повторить ползание на четвереньках.			
Интеграция образовательных областей	<p>Здоровье: рассказывать о пользе дыхательных упражнений.</p> <p>Безопасность: учить правилам безопасности при метании предметов разными способами в цель.</p> <p>Музыка: вводить элементы ритмической гимнастики; учить запоминать комплекс упражнений ритмической гимнастики.</p>			
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, проверка равнение. Перестроение в колонну по одному. Ходьба и бег под музыку. Ходьба в колонне по одному, по сигналу дети переходят к ходьбе с перешагиванием через бруски попеременно правой и левой ногой. Упр., для рук и ног. Бег оздоровительный, врассыпную. Построение в три колонны.			
ОРУ	б/п стр 82	с кеглей стр 83	с мячом стр 85	с гимнастической палк стр 87
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	<p>1.1. Ходьба по доске, лежащей на полу, с мешочком на голове, руки в стороны. (2-3 раза);</p> <p>1.2. Прыжки на двух ногах через препятствия (высота брусков 6 см).</p>	<p>4.1. Прыжки в длину с места. (5-6 раз)</p> <p>4.2. Метание мешочков в горизонтальную цель (3-4 раз).</p> <p>6.1. Прыжки в длину с места «Кто дальше прыгнет» (3-4 раза);</p>	<p>7.1. Метание мешочков на дальность (6-8 раз)</p> <p>7.2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени (2-3 раза)</p> <p>9.1. Метание мешочков правой и левой рукой на дальность</p>	<p>10.1. Ходьба по доске, лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на пояс. (2-3 раза).</p> <p>10.2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. (2-3 раза);</p> <p>12.1. Ходьба по</p>

	(2-3раза). 3.1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове (2-3раза); 3.2. Прыжки на двух ногах через 5-6 брусков (2-3раза). 3.3. Метание мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой (расстояние 2,5 м) (2-3)	6.2. Метание мячей в вертикальную цель с расстояния 1, 5 м способом от плеча (2-3 раза). 6.3. Отбивание мяча одной рукой несколько раз подряд и ловля его двумя руками (8-10 раз).	(2-3 раза); 9.2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни («по-медвежьему»). (2-3 раза). 9.3. Прыжки на двух ногах, дистанция 3 м. (2-3 раза).	гимнастической скамейке приставным шагом, руки на пояс; на середине скамейки присесть, вынести руки вперед, подняться и пройти дальше. (2-3 раза); 12.2. Прыжки на двух ногах между предметами, поставленными в ряд на расстоянии 40 см один от другого. (2-3 раза).
3-я часть: подвижные игры	«Пробеги тихо» «Зайка серый умывается»	«Гуси-лебеди» «Совушка»;	«Кот и мыши» «Совушка»	«Птички и кошка» «Лиса в курятники»
Малоподвижные игры и дыхательные упражнения	«Угадай, кто позвал» Звук «З»; «Машина»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «З»; «Машина»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «З»; «Машина»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «З»; «Машина»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 4 до 5 лет на воздухе.

АПРЕЛЬ.				
Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне в прокатывании обручей; повторить упражнения с мячами. Упражнять в прыжках, подлезании и в умении сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади опоры.			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную; бег оздоровительный.			
№ занятия	2	5	8	11
2-я часть: игровые упражнения	«Прокати и поймай» 2- 3 раза	«По дорожке» «Не задень» 2 раза	«Успей поймать» «Подбрось - поймай»	«Пробеги – не задень» «Накинь кольцо»

	«Сбей кеглю» 2-3 раза	«Перепрыгни – не задень»	Эстафета «Кто быстрее»	«Мяч через сетку»
Подвижные игры	«У медведя во бору» «День, ночь, огонь, вода»	«Воробушки и автомобиль»	«Догони пару» «Самолеты»	«Догони пару»

в помещении:

Повторить все упражнения и подвижные игры, усвоенные детьми ранее.

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 4 до 5 лет.

МАЙ.

Первое занятие обучающее, второе игровое занятие, а на третье повторение пройденного материала.

Задачи	Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места. Повторить ходьбу со сменой ведущего; развивать ловкость в упражнениях с мячом. Упражнять в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель			
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, проверка равнение. Пальчиковая гимнастика. Перестроение в колонну по одному. Ходьба и бег под музыку. Ходьба и бег парами, в рассыпную, с высоким подниманием колен. Построение в три колонны.			
Интеграция образовательных областей	<p>Здоровье: учить технике звукового дыхания во время выполнения ходьбы.</p> <p>Безопасность: учить соблюдать правила безопасности во время лазания по гимнастической стенке разными способами.</p> <p>Социализация: формировать навык ролевого поведения, учить выступать в роли капитана команды.</p> <p>Коммуникация: формировать умение договариваться об условиях игры, объяснить правила игры</p>			
ОРУ	б/п стр 89	с кубиком стр 91	с гимн - ой палкой стр 92	с мячом стр 93
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	<p>1.1. Ходьба по доске (ширина 15 см), лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. (2-3 раза);</p> <p>1.2. Прыжки в длину с места через 5-6 шнуров (расстояние между</p>	<p>4.1. Прыжки в длину с места через шнур (ширина 40-50 см). (5-6 раз)</p> <p>4.2. Перебрасывание мячей друг другу (8-10 раз).</p> <p>6.1. Прыжки через короткую скакалку на двух ногах на месте;</p> <p>6.2. Перебрасывание мячей</p>	<p>7.1. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой (способ – от плеча) (3-4 раза)</p> <p>7.2. Ползание по гимнастической скамейке на животе (2-3 раза)</p> <p>9.1. Метание в вертикальную цель с расстояния 2 м (2-3 раза);</p>	<p>10.1. Ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки в стороны. (2-3 раза).</p> <p>10.2. Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева, продвигаясь вперед. (2-3 раза);</p> <p>12.1. Лазанье на гимнастическую стенку и</p>

	шнуром 30-40 см). (2-3 раза). 3.1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше. (2-3 раза); 3.2. Прыжки в длину с места через шнуры (2-3 раза). 3.3. Прокатывание мяча (большого диаметра) между кубиками «змейкой» (2-3 раза)	друг другу в парах (двумя руками из-за головы). Дистанция между детьми 2 м. 6.3. Метание мешочков на дальность (правой и левой рукой). (8-10 раз).	9.2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни («по-медвежьи»). (2-3 раза). 9.3. Прыжки через короткую скакалку (2-3 раза).	спуск с нее. (2-3 раза); 12.2. Ходьба по доске, лежащей на полу, на носках, руки за головой. (2-3 раза).
3-я часть: подвижные игры	«Котята и щенята» «День, ночь, огонь, вода»	«Котята и щенята» «Совушка»;	«Зайцы волк»	«У медведя во бору»
Малоподвижные игры и дыхательные упражнения	«Угадай, кто позвал» Звук «В»; «Собачка»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «В»; «Собачка»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «В»; «Собачка»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	«Угадай, кто позвал» Звук «В»; «Собачка»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 4 до 5 лет на воздухе.

МАЙ.				
Задачи	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками; повторить игровые упражнения с мячом.			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному; прыжки через бруски; бег оздоровительный и в рассыпную.			
№ занятия	2	5	8	11

2-я часть: игровые упражнения	«Достань до мяча» 2- 3 раза «Перепрыгни ручеек» 2-3 раза «Пробеги – не задень»	«Попади в обруч» «Подбрось и поймай»	«Не урони» «Не задень» «Бегом по дорожке»	«Подбрось - поймай» «Кто быстрее по дорожке»
Подвижные игры	«Совушка»	«Удочка»	«Пробеги тихо» «Кто ушел?»	«Самолеты»

в помещении:

Повторить все упражнения и подвижные игры, усвоенные детьми ранее.

**2.4.3. Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 5 до 6 лет.
СЕНТЯБРЬ.**

Первое занятие обучающее, второе игровое, а третье повторение пройденного материала.

Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге врассыпную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и вверх, перебрасывании мяча, упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за его край;			
Интеграция образовательных областей	<p>Социально-коммуникативное: проводить комплекс закаливающих процедур (воздушные ванны); формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физ.упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдать порядок в своем шкафу убирать спортивный инвентарь при проведении физ.упражнений. Переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и своих сверстников, её, успешных результатов, сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры. Речевое: поощрять речевую активность детей в процессе двиг. активности, обсуждать пользу соблюдения режима дня.</p> <p>Познавательное: формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения</p>			
1 – я часть вводная	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному; Пальчиковая гимнастика «Замок» ходьба на носках, руки на пояс, с упражнением для рук, беге врассыпную по сигналу, с захлестыванием голени; перестроение в две колонне.			
ОРУ	б/п стр 15	с мячом стр 19	б/п стр 22	с гимнастической палкой

	стр 25			
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	<p>1.1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, руки на поясе.(3-4раза);</p> <p>1.2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (дистанция 4 м). (2-3раза).</p> <p>1.3. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах снизу (расстояние 2 м) (10-12 раза);</p> <p>3.1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, руки за головой.(3-4раза);</p> <p>3.2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед «змейкой» между кеглями(2-3раза).</p> <p>3.3. Броски мяча о пол между шеренгами одной рукой и ловля его двумя руками после отскока о пол. (10-12 раз).</p>	<p>4.1. Прыжки на двух ногах «Достань до предмета»;(2-3 раза)</p> <p>4.2. Броски малого мяча вверх двумя руками.(10-12 раз);</p> <p>4.3. Бег в среднем темпе до 1, 5 минут.</p> <p>6.1. «Достань до предмета»(2-3 раа);</p> <p>6.2. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками, с хлопком в ладоши (15-20 раз).</p> <p>6.3. Ползание на четвереньках между предметами (2-3раза).</p>	<p>7.1. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени (2-3 раза)</p> <p>7.2. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе.(2-3 раза)</p> <p>7.3. Броски мяча вверх двумя руками и ловля его двумя руками, с хлопком в ладоши (15-20 раз).</p> <p>9.1. Перебрасывание мячей друг другу в шеренгах и.п.из-за головы (10-12 раз);</p> <p>9.2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на предплечья и колени.(2-3 раза).</p> <p>9.3. Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе (2-3 р).</p>	<p>10.1. Пролезание в обруч боком, не задевая за верхний край, в плотно группировке.(5-6 раза).</p> <p>10.2. Ходьба перешагивая через препятствие(3-4 раза);</p> <p>10.3. прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен, - как пингвины (2-3 раза)</p> <p>12.1.Пролезание в обруч прямо и боком, не задевая за верхний край, в плотно группировке.(5-6 раза).</p> <p>12.2. Ходьба, перешагивая через препятствие, с мешочком на голове(3-4 раза);</p> <p>12.3. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед, дистанция 4 м (2-3 раза).</p>
3-я часть: подвижные игр	«Мышеловка»; «Хитрая лиса»	«Гуси-лебеди»; «Не оставайся на полу»;	«Удочка»; «День, ночь, огонь, вода»;	«Мы веселые ребята»; «Пустое место»
Малоподвижные игры и дыхательные уп	«У кого мяч?» Звук «Ж»; «Собачка»; диафрагмальное-	Звук «Ж»; «Собачка»; диафрагмальное- релаксационное дыхание.	«Узнай по голосу» Звук «Ж»; «Собачка»; диафрагмальное- релаксационное дыхание.	Звук «Ж»; «Собачка»; диафрагмальное- релаксационное

	релаксационное дыхание.			дыхание.
--	-------------------------	--	--	----------

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию для детей от 5 до 6 лет на воздухе.

СЕНТЯБРЬ.

Задачи	Упражнять детей в построении в колонны; повторить упражнения в равновесии и прыжках. Упражнять в беге на длинную дистанцию; разучить игровые упражнения с мячом. Разучить глазомер и координацию движений.			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному, на носках, руки на плечах, с высоким подниманием колен; бег оздоровительный.			
№ занятия	2	5	8	11
2-я часть: игровые упражнения	«Пингвины» 2 раза «Не промахнись» 2-3 раза «По мостику» 2-3 раза	«Передай мяч» 2 раза «Кто первый» 2 раза	«Затейник» Эстафета с осенними листочками	«Не попадись» «Быстро возьми» (с осенними листочками)
Подвижные игры	«Ловишки»	«Затейник» «Хитрая лиса»	«Удочка» «Гуси-лебеди»	«Мы веселые ребята» «День, ночь»

в помещении:

Задачи: упражнять детей в прокатывание обручей. - Спортивные игры «Элементы футбола»

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физической культуре в группе общеразвивающей направленности для детей от 5 до 6 лет.

ОКТАБРЬ

Первое занятие обучающее, второе игровое, а третье повторение пройденного материала.

Задачи	Упражнять детей в беге продолжительностью до 1 минуты; повторить бег с преодолением препятствий; в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; развивать координацию движений при перебрасывании мяча. Развивать координацию движений и глазомер при метании в цель;
Интеграция образовательных областей	Социально-коммуникативное: расширять представление о важных компонентах ЗОЖ (движение, солнце, воздух). создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие). обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимн., зависимость здоровья от правильного питания учить следить за чистотой спортивного инвентаря Познавательное: развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием ч/з кубики, мячи. Художественно – эстетическое: продолжать вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку
1-я часть:	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному; Пальчиковая гимнастика

вводная	«Апельсин». Ходьба в колонне по одному с высоким подниманием колен; бег колонной по одному продолжительностью до 1 минуты; переход на ходьбу.			
ОРУ	б/п стр 28	с гимнастической палкой стр 30	с малым мячом стр 33	с обручем стр 36
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	<p>1.1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на пояс.(2-3 раза);</p> <p>1.2. Прыжки на двух ногах через палку, положенные на расстоянии 50 см одной от другой. (2-3 раза).</p> <p>1.3. Броски мяча двумя руками, стоя в шеренгах на расстоянии 2,5 м друг от друга (способом – от груди) (10-12 раза);</p> <p>3.1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через набивной мяч.(2-3 раза);</p> <p>3.2. Прыжки на двух ногах через шнур(канат) справа и слева, продвигаясь вперед. (2-3 раза).</p> <p>3.3. Передача мяча двумя руками от груди. И. п: стоя ноги на ширине плеч. (10-12 раз).</p>	<p>4.1. Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги (8-10 раз)</p> <p>4.2. Броски мяча (большого диаметра) друг другу двумя руками из-за головы.(10-12 раз);</p> <p>4.3. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. (2-3 раза)</p> <p>5.1. Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги (8-10 раз);</p> <p>6.2. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах, двумя руками от груди.(10-12 раз);</p> <p>6.3. Ползание на четвереньках с переползанием через препятствие (2-3 раза).</p>	<p>7.1 Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния 2 м (4-5 раза)</p> <p>7.2. Подлезание по дугу прямо и боком в группировке, не касаясь руками пола.(3-4 раза)</p> <p>7.3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на пояс, голову и спину держать прямо (2-3 раза)</p> <p>9.1. Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния 2,5 м (4-5 раза)</p> <p>9.2. Ползание на четвереньках между предметами «змейкой» (2-3 раза).</p> <p>9.3. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом (2-3 раза).</p>	<p>10.1. Пролезание в обруч боком, не касаясь руками пола в группировке.(2-3 раза).</p> <p>10.2. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине перешагнуть через предмет и пройти дальше(2-3)</p> <p>10.3. прыжки на двух ногах на препятствие (мат) высотой 20 см, с 3-х шагов (2-3 раза)</p> <p>12.1. Ползание на четвереньках с преодолением препятствий.(5-6 раза).</p> <p>12.2. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопнуть в ладоши, встать и пройти дальше(3-4 раза);</p> <p>12.3. Прыжки на препятствие (высота 20 см) (2-3 раза).</p>

3-я часть: подвижные игр	«Перелет птиц»; «Мышеловка»	«День, ночь, огонь, вода»; «Не оставайся на полу»;	«Удочка»; «День, ночь»;	« Гуси-лебеди»; «Кошка и мышки»
Малоподвижные игры и дыхательные уп	Звук «В»; «Колобок»; диафрагмальное- релаксационное дыхание.	Звук «В»; «Колобок»; диафрагмальное- релаксационное дыхание.	Звук «В»; «Колобок»; диафрагмальное- релаксационное дыхание.	«Летает – не летает» Звук «В»; «Колобок»; диафрагмальное- релаксационное дыхание.

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 5 до 6 лет на воздухе.

ОКТАБРЬ.				
Задачи	Упражнять в ходьбе и беге; повторить ходьбу с высоким подниманием колен; разучить игровые упражнения с мячом; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному, на носках, руки на плечах, с высоким подниманием колен; бег оздоровительный.			
№ занятия	2	5	8	11
2-я часть: игровые упражнения	«Затейник» 2 раза Эстафета «Кто быстрее на одной ноге» 2-3 раза Эстафета «Прыжки на двух ногах» 2-3 раза	«Проведи мяч» 2 раза «Мяч водящему» 2 раза «Не попадись»	«Затейник» «Пас друг другу» «Будь ловким»	Эстафета «Собери листочки» «Попади в круг»
Подвижные игры	«Совушка»	«Мышеловка» «Совушка»	«Удочка» «Гуси-лебеди»	«Запрещенные движения» «Удочка»

в помещении:

Задачи: упражнять детей в ловкости мяча.

- Спортивные игры «Элементы баскетбола» - «Школа мяча»

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 5 до 6 лет.

НОЯБРЬ.

Первое занятие обучающее, второе игровое, а третье повторение пройденного материала.

Задачи	Повторить ходьбу и бег с высоким подниманием колен и змейкой; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах. Повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед;
---------------	---

Интеграция образовательных областей	<p>Социально-коммуникативное: рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр</p> <p>обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. Следить за опрятностью своей физкультурной формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование, формировать навыки безопасного поведения во время ползания на четвереньках и по гимнастической скамейке, перестроения в шеренгу, колонну, бега враспынную.</p> <p>Познавательное: ориентироваться в окружающем пространстве, понимать смысл пространственных отношений(влево-вправо, вверх-вниз)</p>			
1-я часть: вводная	<p>Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному; Пальчиковая гимнастика «Гномы» ходьба в колонне по одному с высоким подниманием колен; бег колонной по одному продолжительностью до 1 минуты; переход на ходьбу.</p>			
ОРУ	с малым мячом стр 39	б/п стр 42	с большим мячом стр 44	на гимнастической скамейке стр 46
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	<p>1.1.Ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг вперед передавая малый мяч перед собой и за спиной.(2-3 раза);</p> <p>1.2.Прыжки на правой левой ноге, продвигаясь вперед, по прямой (расстояние 3-4 м). (2-3 раза).</p> <p>1.3. Переброска мяча двумя руками снизу, стоя в шеренгах (10-12 раза);</p> <p>3.1. Ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг вперед передавая малый мяч перед</p>	<p>4.1. Прыжки с продвижением вперед на правой и левой ноге попеременно (3-4 раза)</p> <p>4.2. Переползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь двумя руками (хват рук с боков).(3-4 раза);</p> <p>4.3. Ведение мяча, продвигаясь вперед шагом. (3-4 раза)</p> <p>6.1. Прыжки на правой и левой ноге попеременно (3-4 раза);</p> <p>6.2. Ползание на четвереньках, подталкивая мяч головой.(3-4 раза);</p>	<p>7.1 Ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом (расстояние 6 м) (2-3 раза)</p> <p>7.2. Подлезание в обруч прямо и боком в группировке, не касаясь верхнего обода.(2-3 раз)</p> <p>7.3. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом (2-3 раза)</p> <p>9.1. Ведение мяча в ходьбе (баскетбольный вариант) на расстоянии 6 м (2-3 раза)</p> <p>9.2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на предплечья и колени (2-3</p>	<p>10.1. Пролезание под шнур (высота 40 см) боком, не касаясь руками пола.(2-3 раза).</p> <p>10.2. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс. (2-3 раза)</p> <p>10.3. прыжки на правой и левой ноге до предмета, расстояние 5 м (2-3 раза)</p> <p>12.1. Подлезание под шнур прямо и боком.(2-3 раза).</p> <p>12.2. Ходьба между предметами на носках, руки за головой. (3-4 раза);</p>

	с собой и за спиной .(2-3раза); 3.2. Прыжки по прямой- два прыжка на правой и два на левой ноге попеременно. (2-3раза). 3.3. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах. (10-12 раз).	6.3. Ведение мяча в ходьбе (диаметр мяча 6-8 см) (3-4 раза).	раза). 9.3. Ходьба на носках, руки за головой, между набивными мячами (2-3 раза).	12.3. Прыжки на правой и левой ноге попеременно(два или три прыжка на одной ноге и два на другой). (2-3 раза).
3-я часть: подвижные игр	«Пожарные на учении»; «Мышеловка» «Туннель»	«Не оставайся на полу»; «Гуси-лебеди»	«Удочка»; «Ловишки »;	« Пожарные на учении»; «Туннель»
Малоподвижные игры и дыхательные уп	«Угадай по голосу» Звук «З»; «Машина»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «З»; «Машина»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	«Угадай по голосу» Звук «З»; «Машина»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «З»; «Машина»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 5 до 6 лет на воздухе.

НОЯБРЬ.				
Задачи	Повторить бег; игровые упражнения с мячом, в равновесии и прыжках; развивать ловкость в игровом задании с мячом,			
1-я часть:	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба колонной по одному, на сигнал : «Стоп!» - остановиться. Бег оздоровительный, на носках.			
№ занятия	2	5	8	11
2-я часть: игровые упражнения	«Мяч водящему» «Поймай мяч» 2-3 раза «Не задень» 2-3 раза	«Затейники» «Гонка мячей» 2 раза «По мостику» 2 раза	«Перебрось и поймай» «Перепрыгни – не задень» «Запрещенные движения»	«Мяч водящему» «Ловишки-перебежки»
Подвижные игры	«Мышеловка» «Угадай по голосу»	«Ловишки» «Хитрая лиса»	«Ловишки парами» «Летает – не летает»	«Гуси-лебеди» «Удочка»

в помещении:

- народные игры, эстафеты

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 5 до 6 лет.

ДЕКАБРЬ.

Первое занятие обучающее, второе игровое, а третье повторение пройденного материала.

Задачи	Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить в ползании и перебрасывание мяча. Повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед			
Интеграция образовательных областей	<p><i>Социально-коммуникативное:</i> рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению элементов упражнений на дыхание. <i>Безопасность:</i> формировать навыки ориентироваться на местности, учить технике безопасного выполнения прыжков. <i>Труд:</i> следить за опрятностью одежды и причёски; учить убирать физкультурный инвентарь.</p> <p><i>Коммуникация:</i> поощрять речевую активность, обсуждать пользу соблюдения режима дня.</p> <p><i>Познание:</i> развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время подпрыгивания на 2-х ногах.</p>			
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному; пальчиковая гимнастика «Снежок» ходьба и бег по кругу с ускорением и замедлением темпа движения, соблюдать равномерную дистанцию друг от друга. Ходьба и бег между предметами. Ходьба и бег в чередовании. Бег по сигналу в другую сторону.			
ОРУ	С обручем стр 49	С флажками стр 51	б/п стр 53	б/п стр 55
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	<p>1.1. Ходьба по наклонной доске боком, руки в стороны, свободно балансируют; переход на гимн-ую скамейку, ходьба боком, приставным шагом, руки на пояс. (2-3 раза);</p> <p>1.2. Прыжки на двух ногах через бруски. (2-3 раза).</p> <p>1.3. Броски мяча друг другу двумя руками из-за головы, стоя в двух шеренгах (расстояние 2,5 м) (10-12 раз)</p> <p>3.1. Ходьба по наклонной доске, прямо, руки в стороны,</p>	<p>4.1. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед на правой и левой ноге (расстояние 5 м) (2-3 раза)</p> <p>4.2. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками (2-3 раза);</p> <p>4.3. Ползание на четвереньках между предметами (2-3 раза)</p> <p>6.1. Прыжки попеременно на правой и левой ноге на расстояние 5 м (2-3 раза)</p> <p>6.2. Ползание по прямой,</p>	<p>7.1 Перебрасывание мяча большого диаметра, стоя в шеренгах (двумя руками снизу) с расстояния 2, 5 м (2-3 раза)</p> <p>7.2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват рук с боков.(2-3 раз)</p> <p>7.3. Ходьба по гимн. Скамейки с мешочком на голове, руки в стороны (2-3 раза)</p> <p>9.1. Перебрасывание мячей в</p>	<p>10.1. Лазанье по гимнастическую стенку, не пропуская реек. (2-3 раза).</p> <p>10.2. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы. (2-3 раза)</p> <p>10.3. Прыжки на двух ногах между предметами (2-3 раза).</p> <p>12.1. Лазание до верха гимнастической стенки</p>

	<p>переход на гимна. скамейку. Ходьба по скамейке с перешагиванием через набивные мячи.(2-3раза);</p> <p>3.2. Прыжки на двух ногах, между набивными мячами. (2-3 раза).</p> <p>3.3. Переброска мячей друг другу в парах произвольным способом (по выбору детей).</p>	<p>подталкивая мяч головой (расстояние 3-4 м) (2-3 раза);</p> <p>6.3. Прокатывание набивного мяча (или обычного мяча большого диаметра) (2-3 раза).</p>	<p>парах и. п: снизу и ловля с хлопком в ладоши (10-12 раз)</p> <p>9.2. Ползание по гимна. скамейке на четвереньках с мешочком на спине (2-3 раза).</p> <p>9.3. Ходьба по гимна. скамейке боком приставным шагом, с мешочком на голове (2-3 раза).</p>	<p>разноименным способом, не пропуская реек реек.(2-3 раза)</p> <p>12.2Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове.(2-3 раза).</p> <p>12.3. Прыжки на двух ногах между кеглями и на двух ногах с мешочком, зажатым между колен . (2-3 раза);</p>
3-я часть: подвижные игры	«Ловишки с ленточками»; «Мороз Красный нос»	«Не оставайся на полу»; «Дружба»	«Охотники и зайцы»; «Ловишки»;	«Хитрая лиса»; «Мы веселые ребята»
Малоподвижные игры и дыхательные уп	«Сделай фигуру» Звук «Т,Д»; «Столбик»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	«У кого мяч» Звук «Т,Д»; «Столбик»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «Т,Д»; «Столбик»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «Т,Д»; «Столбик»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 5 до 6 лет на воздухе.

ДЕКАБРЬ.

Задачи	Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками, упражнять в метании снежков на дальность.			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному за ведущим между постройками из снега в среднем темпе. Бег оздоровительный, на носках.			
№ занятия	2	5	8	11
2-я часть: игровые	«Кто дальше бросит»	«Метко в цель»	«Метко в цель»	«По дорожке»

упражнения	«Не задень» 2-3 раза	«Кто быстрее до снеговика» «Пройдем по мостику»	«Кто быстрее» «Смелые воробушки»	«Кто дальше бросит» «По дорожке проскользни»
Подвижные игры	«Мороз Красный нос» «Ловишки - перебежки»	«Мороз Красный нос» «Мышеловка»	«Охотники и зайцы»; «Летает – не летает» «Дружба»	«Хитрая лиса» «Мы веселые ребята»

в помещении:

Задачи: упражнять детей в ловкости.

- Спортивные игры « хоккея»

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 5 до 6 лет.

ЯНВАРЬ.

Первое занятие обучающее, второе игровое, а третье повторение пройденного материала.

Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо. Разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой.			
Интеграция образовательных областей	<p>Здоровье: рассказывать о режиме дня и о влиянии его на здоровье человека, формировать гигиенические навыки; знать предметы санитарии и гигиены.</p> <p>Безопасность: формировать навыки безопасного поведения во время ползания под дугами, проведения подвижной игры.</p> <p>Труд: учить постоянно поддерживать порядок в физкультурном зале.</p> <p>Коммуникация: обсуждать пользу закаливания и физической культуры.</p> <p>Музыка: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры под музыку.</p>			
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, пальчиковая гимнастика « Капуста ». перестроение в колонну по одному; ходьба и бег между кубиками, расположенным в шахматном порядке. Ходьба боком правым и левым, спиной вперед. Бег с выносом прямых ног вперед. Перестроение в три колонне.			
ОРУ	С кубиком стр 59	С веревкой стр 61	На гим. скамейке стр 64	С обручем стр 65
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	<p>1.1. Ходьба и бег по наклонной доске (высота 40 см, ширина 20 см). (2-3 раза);</p> <p>1.2. Прыжки на правой и левой ноге между кубиками</p>	<p>4.1. Прыжки в длину с места (расстояние 40 см) (6-8 раза)</p> <p>4.2. Проползание под дугами на четвереньках,</p>	<p>7.1 Перебрасывание мяча друг другу (двумя руками от груди) стоя в шеренгах, расстояние между детьми 3 м (2-3 раза)</p>	<p>10.1. Лазанье по гимнастическую стенку одноименным способом, затем спуск, не пропуская реек (2-3 раза).</p>

	<p>(расстояние 5 м). (2-3 раза). 1.3. Броски мяча в шеренгах (10-12 раз) 3.1. Ходьба по наклонной доске, балансируя руками. Спуск шагом.(2-3раза); 3.2. Прыжки на двух ногах, между набивными мячами (расстояние между мячами 40 см), дистанция 4 м. (2-3 раза). 3.3. Перебрасывание мячей друг другу в шеренгах (двумя руками от груди), расстояние между шеренгами 2,5 м. (10-12 раз)</p>	<p>подталкивая мяч (2-3 раза); 4.3. Броски мяча вверх (10-12 раз) 6.1. Прыжки в длину с места (расстояние 50 см) (8-10 раз) 6.2. Переползание через предметы (гимнастическая скамейка) и подлезание под дугу в группировке (2-3 раза); 6.3. Перебрасывание мячей (большого диаметра) друг другу, двумя руками снизу, расстояние между детьми 2,5 м. (10-12 раза).</p>	<p>7.2. Пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего обода, в группировке.(2-3 раз) 7.3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на пояс. (2-3раза) 9.1. Перебрасывание мячей (диаметр 10-12 см) друг другу и ловля их после отскока о пол. (10-12 раз) 9.2. Пролезание в обруч правым и левым боком, не касаясь руками пола. (2-3 раза). 9.3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове, руки в стороны. (2-3 раза).</p>	<p>10.2. Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки свободно балансируют. (2-3 раза) 10.3. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед прыжком ноги врозь, затем прыжком вместе и так до конца дистанции (расстояние 6 м) (2-3 раза). 10.4. Ведение мяча в прямом направлении. (2-3 раза) 12.1. Лазание на гимнастическую стенку и ходьба по четвертой рейке стенки, спуск вниз. (2-3 раза) 12.2Ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой.(2-3 раза). 12.3. Прыжки через шнуры (6-8 шт) на двух ногах без паузы. (2-3 раза); 11.4. Ведения мяча до обозначенного места. (2-3 раза)</p>
3-я часть: подвижные игры	«Медведи и пчелы»; «Мороз Красный нос»	«Совушка»;	«Охотники и зайцы»; « Не оставайся на полу»;	«Хитрая лиса»; «Мышеловка»
Малоподвижные игры и дыхательные уп	Звук «Ж»; «Поезд»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «Ж»; «Поезд»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «Ж»; «Поезд»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «Ж»; «Поезд»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 5 до 6 лет на воздухе.

ЯНВАРЬ.				
Задачи	Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками, упражнять в метании снежков на дальность.			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному за ведущим между постройками из снега в среднем темпе. Бег оздоровительный, на носках.			
№ занятия	2	5	8	11
2-я часть: игровые упражнения	«Сбей кеглю» «Затейники» 2-3 раза Катание друг друга на санках. «Забей в лунку» (игры с клюшкой и шайбой)	«Запрещенные движения» «Кто быстрее» «Пробеги – не задень» «Пас друг другу» (игры с клюшкой и шайбой)	«Пробеги – не задень» «Кто дальше бросит» «Смелые воробушки» Катание друг друга на санках	«По местам» «С горки» «Кто дальше бросит»
Подвижные игры	«Мороз Красный нос» «Ловишки парами»	«Мороз Красный нос»	«Мороз Красный нос» «Мышеловка»	«Хитрая лиса» «Бег парами»

в помещении:

Задачи: обучать детей прыжкам на скакалке.

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физической развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 5 до 6 лет.

ФЕВРАЛЬ.

Первое занятие обучающее, второе игровое, а третье повторение пройденного материала.

Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину. Закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю. Упражнять в лазанье на гим., стенку, не пропуская реек; повторить задание в прыжках и с мячом.
Интеграция образовательных областей	Здоровье: проводить комплекс закаливающих процедур. Безопасность: учить правилам использования спортивного инвентаря. Труд: учить убирать физкультурный инвентарь и оборудование после проведения физкультурных упражнений и игр. Коммуникация: обсуждать пользу закаливания и физической культуры. Чтение худ. литературы: проводить подвижную игру под текст стихотворения. Музыка: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.

1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному; ходьба и бег по сигналу в рассыпную. Ходьба с упр., для рук, с высоким подниманием колен. Бег с выносом прямых ног вперед. Перестроение в три колонны.			
ОРУ	с гим., палкой стр 68	с большим мячом стр 70	на гим. скамейке стр 72	б/п стр 73
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	<p>1.1. Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны. (2-3 раза);</p> <p>1.2. Прыжки через бруски (высота 10 см) без паузы (2-3 раза).</p> <p>1.3. Бросание мячей в кольцо с расстояния 2 м двумя руками из-за головы (5-6 раз)</p> <p>3.1. Бег по гимнастической скамейке. (2-3 раза);</p> <p>3.2. Прыжки через бруски правым и левым боком. (2-3 раза).</p> <p>3.3. Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди (баскетбольный вариант). (10-12 раз)</p>	<p>4.1. Прыжки в длину с места (расстояние 50 см) (8-10 раз)</p> <p>4.2. Отбивание мяча о пол одной рукой, продвигаясь вперед шагом (расстояние 6 м) (2-3 раза);</p> <p>4.3. Подлезание под дугу (высота 40 см), не касаясь руками пола, в группировке (2-3 раза)</p> <p>6.1. Прыжки в длину с места (расстояние 60 см) (8-10 раз)</p> <p>6.2. Ползание на четвереньках между набивными мячами (2-3 раза);</p> <p>6.3. Перебрасывание малого мяча одной рукой и ловля его после отскока о пол двумя руками в шеренгах на дистанции 2 м. (10-12 раза).</p>	<p>7.1. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой (от плеча) с расстояния 2, 5 м (5-6 раз)</p> <p>7.2. Подлезание под палку (высота 40 см) (2-3 раза)</p> <p>7.3. Перешагивание через шнур (высота 40 см). (2-3 раза)</p> <p>9.1. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой с расстояния 3 м. (5-6 раз)</p> <p>9.2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине «Проползи не урони». (2-3 раза).</p> <p>9.3. Ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд. (2-3 раза).</p> <p>9.4. Прыжки на двух ногах через шнуры, положенные на расстоянии 50 см друг от друга.</p>	<p>10.1. Лазанье по гимнастическую стенку разноименным способом и передвижение по четвертой рейке (2-3 раза).</p> <p>10.2. Ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой, приставляя пятку одной ноги к носку другой в среднем темпе. (2-3 раза)</p> <p>10.3. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед до обозначенного места (дистанция 6 м) (2-3 раза).</p> <p>10.4. Отбивание мяча в ходьбе на расстояние 8 м. (2-3 раза)</p> <p>12.1. Лазание на гимнастическую стенку одноименным способом и спуск вниз. (2-3 раза)</p> <p>12.2. Ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой. (2-3 раза).</p> <p>12.3. Прыжки с ноги на ногу между предметами. (2-3 раза);</p> <p>12.4. Бросание мяча вверх и</p>

				ловля его одной рукой. (мяч малого диаметра). (2-3 раза)
3-я часть: подвижные игры	« Охотники и зайцы»; « Два Мороза»	«Не оставайся на полу»;	«Охотники и зайцы»; «Мышеловка »;	«Гуси-лебеди»; «Мышеловка»
Малоподвижные игры и дыхательные упражнения	Звук «В»; «Лев»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.			

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физической развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 5 до 6 лет на воздухе.

ФЕВРАЛЬ.				
Задачи	Упражнять детей в игровых упражнениях с шайбой, скольжение по ледяной дорожке. Упражнять в метании снежков на дальность и в цель; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному за ведущим между постройками из снега в среднем темпе. Бег оздоровительный, на носках.			
№ занятия	2	5	8	11
2-я часть: игровые упражнения	«Запрещенные движения» «Точный пас» «По дорожке» 2-3 раза	«Затейник» «Кто дальше» «Кто быстрее»	«Точно в круг» «Кто дальше» Катание друг друга на санках	«Гонки санок» «Не попадись» «По мостику»
Подвижные игры	«Мороз Красный нос»	«Найди следы зайцев»	«Ловишки» «Мышеловка»	«Ловишки - перебежки»

в помещении:

Задачи: продолжать упражнять детей в прыжках на скакалке.

- спортивные игры

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физической развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 5 до 6 лет.

МАРТ.

Первое занятие обучающее, второе игровое, а третье повторение пройденного материала.

Задачи	Упражнять детей в ходьбе колонне по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату
---------------	--

	(шнур) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами. Упражнять в ползании по гим., скамейке и в равновесии.			
Интеграция образовательных областей	<p>Здоровье: проводить комплекс закаливающих процедур (прогулка на свежем воздухе).</p> <p>Безопасность: формировать навыки безопасного поведения во время ходьбы по гимнастической скамейке боком.</p> <p>Труд: учить детей постоянно убирать на своё место спортивный инвентарь.</p> <p>Коммуникация: поощрять речевую активность детей, обсуждать влияние прогулок на свежем воздухе на здоровье человека.</p> <p>Социализация: поощрять проявление смелости, взаимовыручки при выполнении физических упражнений.</p> <p>Музыка: проводить игры и упражнения под музыку.</p>			
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному; ходьба и бег по кругу с изменением направления движения по команде воспитателя; ходьба и бег в рассыпную между кубиками, не задевая их. Ходьба с упр., для рук, с высоким подниманием колен. Бег с выносом прямых ног вперед. Перестроение в три колонны.			
ОРУ	с малым мячом стр 77	б/п стр 79	с гантелями	с обручем стр 83
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	<p>1.1. Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс. (2-3 раза);</p> <p>1.2. Прыжки из обруча в обруч (обручи лежат на полу на расстоянии 40 см один от другого) (2-3 раза).</p> <p>1.3. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока о пол (10-12 раз)</p> <p>3.1. Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс. (2-3 раза);</p> <p>3.2. Прыжки на двух ногах через набивные мячи (5-6</p>	<p>4.1. Прыжки в высоту с разбега (высота 30 см), 5-6 раз с приземлением на мат</p> <p>4.2. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой, способом от плеча (5-6 раз);</p> <p>4.3. Ползание на четвереньках между предметами (2-3 раза)</p> <p>6.1. Прыжки в высоту с разбега (высота 30 см), 5-6 раз с приземлением на мат</p> <p>6.2. Метание мешочков в вертикальную цель (расстояние до цели 3 м) (4-6 раз);</p>	<p>7.1. Лазанье по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни (2-3 раза)</p> <p>7.2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше. (2-3 раз)</p> <p>7.3. Прыжки вправо и влево через шнур, продвигаясь вперед; дистанция 3 м. (2-3 раза)</p> <p>9.1. Ползание по гим. скамейке на четвереньках (2-3 раза)</p> <p>9.2. Ходьба по</p>	<p>10.1. Лазанье под шнур боком, не касаясь его. (2-3 раза).</p> <p>10.2. Метание мешочков в горизонтальную цель (расстояние 3 м). (2-3 раза)</p> <p>10.3. Ходьба на носках между набивными мячами, руки за головой (2-3 раза).</p> <p>12.1. Метание мешочков в горизонтальную цель (расстояние 3 м), способом от плеча (6-8 раз).</p> <p>12.2. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами. (2-3 раза).</p> <p>12.3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи</p>

	штук), положенные в ряд (2-3 раза). 3.3. Переброска мяча друг другу и ловля его с хлопком в ладоши после отскока о пол (10-12 раз)	6.3. Ползание на четвереньках по прямой, дистанция 5 м. (10-12 раза).	гимнастической скамейке, на середине медленно повернуть кругом и пройти дальше (2-3 раза). 9.3. Прыжки из обруча в обруч на двух ногах, на правой и левой ноге. (2-3 раз	попеременно правой и левой ногой, руки произвольно . (2-3 раза);
3-я часть: подвижные игры	«Пожарные на учении»; «Мяч водящему»	«Медведи и пчелы»; «День, ночь, огонь, вода»	«Охотники и зайцы»; «Стоп»;	«Не оставайся на полу»; «Мышеловка»
Малоподвижные игры и дыхательные уп	Звук «З»; «Пистолет»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «З»; «Пистолет»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «З»; «Пистолет»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «З»; «Пистолет»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.

Планирование непосредственно образовательной деятельности по физической развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 5 до 6 лет на воздухе.

МАРТ.

Задачи	Повторить игровые упражнения с бегом; упражнять в перебрасывании шайбы друг другу, развивая ловкость и глазомер. Повторить игровые упражнения с мячом и прыжками.			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному, ходьба на носках, на пятках. Бег оздоровительный, на носках.			
№ занятия	2	5	8	11
2-я часть: игровые упражнения	«Пас точно на клюшку» «Проведи – не задень»	«Ловкие ребята» «Кто быстрее» (эстафета с прыжками) «Карусель»	«Канатоходец» «Удочка» Эстафета с мячом «Быстро передай»	«Прокати - сбей» «Пробеги – не задень»
Подвижные игры	«Горелки» «Летает – не летает»	«Затейник»	«Угадай по голосу» «Мышеловка»	«Удочка» «Карусель»

в помещении:

Задачи: упражнять детей в ловкости с мячом.

«Школа мяча»; элементы баскетбола. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы через веревку, ведение мяча правой, левой рукой. Бросание мяча в корзину двумя руками от груди. «Передал, садись»

**Планирование занятий по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 5 до 6 лет.
АПРЕЛЬ.**

Первое занятие обучающее, второе игровое, а третье повторение пройденного материала.

Задачи	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре. Упражнять прыжки с короткой скакалкой и в прокатывании обручей. Повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия. Закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку.			
Интеграция образовательных областей	<p>Здоровье: проводить комплекс закаливающих процедур; расширять представление о важных компонентах ЗОЖ.</p> <p>Безопасность: формировать навыки безопасного поведения во время ходьбы по гимнастической скамейке, метания мяча.</p> <p>Труд: убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий.</p> <p>Коммуникация: обсуждать пользу закаливания и занятий физкультурой.</p> <p>Познание: развивать восприятие предметов по цвету, форме, величине.</p> <p>Социализация: создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (отзывчивость, дружелюбие).</p>			
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному; ходьба с перешагиванием через шнуры попеременно одной и другой ногой; бег враспынную. Перестроение в три колонны.			
ОРУ	с гим., палками стр 86	с короткой скакалкой 88	с малым мячом стр 90	б/п стр 92
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	<p>1.1. Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны. (2-3 раза);</p> <p>1.2. Прыжки через бруски (расстояние между брусками 50 см). (2-3 раза).</p> <p>1.3. Броски мяча двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах (10-15 раз).</p> <p>3.1. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной (2-3 раза);</p>	<p>4.1. Прыжки через короткую скакалку на месте, вращая ее вперед.</p> <p>4.2. Прокатывание обручей друг другу, стоя в шеренгах.</p> <p>4.3. Пролезание в обруч прямо и боком.</p> <p>6.1. Прыжки на месте через короткую скакалку, продвигаясь вперед на расстояние 8-10 м (3-4 раза)</p> <p>6.2. Прокатывание</p>	<p>7.1. Метание мешочков в вертикальную цель с расстояния 2,5 м одной рукой, способом от плеча. (2-3 раза)</p> <p>7.2. Ползание по прямой, затем переползание через скамейку. (2-3 раз)</p> <p>7.3. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы. (2-3 раза)</p> <p>9.1. Метание мешочков в вертикальную цель с расстояния 3 м (правой и</p>	<p>10.1. Лазанье на гимнастическую стенку произвольным способом и спуск вниз, не пропуская реек. (2-3 раза).</p> <p>10.2. Прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед (расстояние 8-10 м). (2-3 раза)</p> <p>10.3. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на пояс. (2-3 раза).</p> <p>12.1. Лазанье на гимнастическую стенку</p>

	<p>3.2. Прыжки на двух ногах на расстояние 2 м, затем перепрыгивание через предмет. (2-3 раза).</p> <p>3.3. Броски малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками (10-12 раз)</p>	<p>обручей друг другу с расстояния 3 м (4-6 раз);</p> <p>6.3. Прелезание в обруч. (3-4 раза)</p>	<p>левой рукой) (2-3 раза)</p> <p>9.2. Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки в стороны. (2-3 раза).</p> <p>9.3. Ползание по гим., скамейке на ладонях и ступнях. (2-3 раз)</p>	<p>произвольным способом, ходьба по гимнастической рейке приставным шагом, спуск вниз, не пропуская реек. (2-3 раза)</p> <p>12.2. Перепрыгивание через шнур вправо и влево, продвигаясь вперед. (2-3 раза).</p> <p>12.3. Ходьба на носках между набивными мячами, руки на пояс. (2-3 раза);</p>
3-я часть: подвижные игры	«Медведь и пчелы»; «Совушка»	«Стой»;	«Удочка»; «Кошка и мышки»;	«Горелки»
Малоподвижные игры и дыхательные упражнения	Звук «Ж»; «Столбик»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	«Летает – не летает» Звук «Ж»; «Столбик»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «Ж»; «Столбик»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	«Угадай, чей голос?» Звук «Ж»; «Столбик»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.

Планирование занятий по физической развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 5 до 6 лет на воздухе.

АПРЕЛЬ.				
Задачи	Упражнять в чередовании ходьбы и бега; повторить игру с бегом «Ловишки – перебежки», эстафету с большим мячом. Упражнять в длительном беге, развивая выносливость; в прокатывании обруча; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному, ходьба на носках, упр. для рук. Бег оздоровительный, вынос прямых ног вперед.			
№ занятия	2	5	8	11
2-я часть: игровые упражнения	«Ловишки - перебежки» «Передача мяча в колонне»	«Пройди – не задень» «Догони обруч» «Перебрось и поймай»	«Кто быстрее» «Мяч в кругу» «Карусель»	«Сбей кеглю» «Пробеги – не задень» «С кочки на кочку»
Подвижные игры	«Мышеловка» «Угадай, чей голос?»	«Кто быстрее до флажка» «Кто ушел?»	«Пятнашки» «Караси и щука»	«Хитрая лиса» «Совушка»

в помещении:

Повторить все упражнения и подвижные игры, усвоенные детьми ранее.

Планирование занятий по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 5 до 6 лет.

МАЙ.

Первое занятие обучающее, второе игровое занятие, а третье повторение пройденного материала.

Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде, с перешагиванием через предметы; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем. Развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе.			
Интеграция образовательных областей	<p><i>Здоровье:</i> рассказывать о режиме дня и о его влиянии на здоровье человека.</p> <p><i>Безопасность:</i> формировать навыки безопасного поведения во время ходьбы, бега, прыжков.</p> <p><i>Труд:</i> учить детей постоянно убирать спортивный инвентарь на своё место.</p> <p><i>Коммуникация:</i> поощрять речевую активность детей, обсуждать пользу соблюдения режима дня.</p> <p><i>Познание:</i> развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время перестроения в колонну.</p> <p><i>Музыка:</i> сопровождать игровые упражнения музыкой.</p>			
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному; на сигнал: «Поворот!» - повернуться кругом и продолжать движение; ходьба и бег враспынную, с перешагиванием через предметы. Перестроение в три колонны.			
ОРУ	б/п стр 95	с флажками 96	с мячом «ежик» стр 98	С обручем стр 100
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	<p>1.1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, руки на пояс. (2-3 раза);</p> <p>1.2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до флажка. (2-3 раза).</p> <p>1.3. Броски мяча (диаметр 8-10 см) о стену одной рукой, ловля мяча двумя руками (10-15 раз).</p> <p>3.1. Ходьба по гимнастической скамейке</p>	<p>4.1. Прыжки в длину с места через шнуры 4-6 (расстояние между шнурами 50-60 см). (2-3 раза)</p> <p>4.2. Перебрасывание мяча (диаметром 20 см) друг другу двумя руками от груди (8-10 раз)</p> <p>4.3. Ползание по прямой на ладонях и ступнях «по – медвежьей» (2-3 раза)</p> <p>6.1. Прыжки в длину с</p>	<p>7.1. Броски мяча о пол одной рукой и ловля его двумя руками. (10-15 раз)</p> <p>7.2. Пролезание в обруч правым и левым боком в группировке. (5-6 раз)</p> <p>7.3. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше. (2-3 раза)</p> <p>9.1. Броски мяча о пол и ловля его двумя руками;</p>	<p>10.1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, продвигаясь двумя руками, хватом рук с боков (2-3 раза)</p> <p>10.2. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, разложенные на расстоянии трех шагов, руки на пояс. (2-3 раза)</p> <p>10.3. Прыжки на двух ногах между кеглями (2-3 раза).</p> <p>12.1. Ползание по</p>

	боком приставным шагом, на середине скамейки присесть, встать и пройти дальше (2-3 раза); 3.2. Прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед, дистанция 5 м (2-3 раза).	места (3-4 раза) 6.2. Забрасывание мяча в корзину (кольцо) с расстояния 1 м; (5-6 раз); 6.3. Лазанье под дугу (5-6 раз)	броски мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками. 9.2. Лазанье в обруч прямо и боком, выполняется в парах. (2-3 раза). 9.3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. (2-3 раз)	гимнастической скамейке на животе, продвигаясь двумя руками, хватом рук с боков . (2-3 раза) 12.2. Ходьба с перешагиванием через бруски (высота бруска 10 см). (2-3 раза). 12.3. Прыжки на правой и левой ноге попеременно (дистанция 5 м). (2-3 раза);
3-я часть: подвижные игры	«Мышеловка»;	«Не оставайся на полу»; «Караси и щука»	«Пожарные на учении»;	«караси и щука» «Хитрая лиса»
Малоподвижные игры и дыхательные уп	Звук «Т, Д»; «Собачка»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	«Найди и промолчи» Звук «Т, Д»; «Собачка»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «Т,Д»; «Собачка»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «Т,Д»; «Собачка»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.

Планирование занятий по физической развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 5 до 6 лет на воздухе.

МАЙ.				
Задачи	Упражнять в беге с высоким подниманием бедра; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и воланом (бадминтон). Развивать выносливость в непрерывном беге; упражнять в прокатывании обручей; повторить игровые упражнения с мячом.			
1-я часть:	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба, высоко поднимая бедро и между предметами. Бег оздоровительный, захлест ног назад.			
№ занятия	2	5	8	11
2-я часть: игровые упражнения	«Проведи мяч» «Пас друг другу» «Отбей волан»	«Прокати – не урони» «Кто быстрее» «Забрось в кольцо» Эстафета с обручем	«Кто быстрее» «Ловкие ребята» Эстафета с мячом	«Затейник» «Мяч водящему» Эстафета «Передача мяча в колонне»
Подвижные игры	«Гуси – лебеди» «Кто ушел?»	«Совушка»	«Мышеловка»	«Не оставайся на полу»

в помещении:

Повторить все упражнения и подвижные игры, усвоенные детьми ранее.

2.4.4. Планирование занятий физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 6 до 7 лет. СЕНТЯБРЬ.

Первое занятие обучающее, второе игровое, а третье повторение пройденного материала.

Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге врассыпную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и вверх, перебрасывании мяча, упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за его край;			
Интеграция образовательных областей	<p>Социально-коммуникативное: проводить комплекс закаливающих процедур (воздушные ванны); формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физ.упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдать порядок в своем шкафу убирать спортивный инвентарь при проведении физ.упражнений. Переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и своих сверстников, её, успешных результатов, сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам</p> <p>формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры.</p> <p>Речевое: поощрять речевую активность детей в процессе двиг. активности, обсуждать пользу соблюдения режима дня.</p> <p>Познавательное: формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения</p>			
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному; ходьба на носках, руки на пояс, с упражнением для рук, беге врассыпную по сигналу, с захлестыванием голеней; перестроение в три колонне.			
ОРУ	б/п стр 9	с флажками стр 12	С малым мячом стр 15	С гимн - ой палкой стр 17
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	<p>1.1. Ходьба по гимнастической скамейке прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой с мешочком на голове, руки в стороны.(3-4раза);</p> <p>1.2. Прыжки на двух ногах через шнуры 6-8 шт (расстояние 40 см) (3-4 раза).</p> <p>1.3. Перебрасывание мяча большого друг другу двумя</p>	<p>4.1. Прыжки на двух ногах «Достань до предмета».Выполняется с небольшого разбега;(5-6 раз подряд)</p> <p>4.2. Перебрасывание мяча через шнур друг другу (из-за головы, расстояние 4 м) .(12-15 раз);</p> <p>4.3. Лазание под шнур, не</p>	<p>7.1. Подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя руками (10-12 раз подряд). (2-3 раза).</p> <p>7.2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков.(2-3 раза)</p> <p>7.3. Ходьба по гимнастической скамейке, поднимая прямую ногу - хлопок под коленом. (2-3 раза).</p>	<p>10.1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях двумя колоннами.(3-4раза).</p> <p>10.2. Ходьба по гимнастической скамейке; на середине скамейки присесть, хлопнуть в ладоши,</p>

	руками снизу, стоя в шеренгах (расстояние 3 м) (12-15 раза); 3.1. Ходьба по гимнастической скамейке боком, перешагивая через кубики, руки за головой.(3-4раза); 3.2. Прыжки на двух ногах, через кубики (расстояние 4 см) (3-4 раза). 3.3 переброска мячей двумя руками из – за головы, стоя в шеренгах (дистанция 3 м). (10-12 раз).	касаясь руками пола и не задевая его (3-4 раза подряд). (2-3 раза). 6.1. Прыжки на двух ногах между предметами. (3-4 раза); 6.2. Бросание мяча друг другу и. п: ноги на ширине плеч, мяч внизу. (15-20 раз). 6.3. «Крокодил» (3-4 раза).	9.1. Бросание мяча вверх правой и левой рукой попеременно, ловля его двумя руками. (12-15 раз подряд); 9.2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях («по-медвежьи»).(2-3 раза). 9.3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине выполнить поворот, затем пройти дальше. (2-3 раза).	выпрямиться и пройти дальше. (3-4 раза); 10.3. Прыжки из обруча в обруч, на двух ногах (обручи лежат в шахматном порядке). (3-4 раза) 12.1. Лазанье в обруч правым и левым боком, не задевая верхний край обода.(3-4 раза). 12.2. Ходьба боком приставным шагом, перешагивая через препятствие. (3-4 раза); 12.3. Прыжки на правой и левой ноге через шнуры, поочередно. (3-4 раза).
3-я часть: подвижные игр	«Ловишки»; «Мышеловка»	«Гуси-лебеди»; «Не оставайся на полу»;	«Удочка»; «День, ночь»;	«Не попадись» «Мы веселые ребята»; «Пустое место»
Малоподвижные игры и дыхательные уп	«У кого мяч?» Звуки «Т» - «Д», «Лев»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	«Летает – не летает», Звуки «Т» - «Д», «Лев»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звуки «Т» - «Д», «Лев»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звуки «Т» - «Д», «Лев»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.

Планирование занятий по физическому развитию для детей от 6 до 7 лет на воздухе.

СЕНТЯБРЬ.

Задачи	Упражнять детей в построении в колонны; повторить упражнения в равновесии и прыжках. Упражнять в беге на длинную дистанцию; разучить игровые упражнения с мячом. Разучить глазомер и координацию движений.			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному, на носках, руки на плечах, с высоким подниманием колен; бег оздоровительный.			
№ занятия	2	5	8	11
2-я часть: игровые упражнения	«Пингвины» 2 раза «Не промахнись» 2-3 раза	«Передай мяч» 2 раза «Кто первый» 2 раза	«Затейник» Эстафета с осенними	«Не попадись» «Быстро возьми» (с

	«По мостику» 2-3 раза		листочками	осенними листочками)
Подвижные игры	«Удочка» «Гуси-лебеди»	«Затейник» «Мы веселые ребята»	«Ловишки» «Мышеловка»	«Хитрая лиса» «День, ночь»

в помещении:

Задачи: упражнять детей в прокатывание обручей.

- Спортивные игры «Элементы футбола»

**Планирование занятий физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 6 до 7 лет.
ОКТАБРЬ.**

Первое занятие обучающее, второе игровое, а третье повторение пройденного материала.

Задачи	Упражнять детей в беге продолжительностью до 1 минуты; повторить бег с преодолением препятствий; ходьба с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; упражнять в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки			
Интеграция образовательных областей	<p>Социально-коммуникативное: расширять представление о важных компонентах ЗОЖ (движение, солнце, воздух). создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие). обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимн., зависимость здоровья от правильного питания учить следить за чистотой спортивного инвентаря</p> <p>Познавательное: развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием ч/з кубики, мячи.</p> <p>Художественно – эстетическое: продолжать вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку</p>			
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному с высоким подниманием колен; бег колонной по одному продолжительностью до 1 минуты;			
ОРУ	б/п стр 20	с обручем стр 23	На гим - их ковриках стр 24	с мячом стр 27
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	<p>1.1. Ходьба по гимнастической скамейке, руки за голов; на середине присесть, руки в стороны.(2-3 раза);</p> <p>1.2. Прыжки на правой и левой ноге через шнур, положенный по двум сторонам зала. (2-3раза).</p> <p>1.3. Броски малого мяча вверх и ловля его двумя руками (10-12 раза);</p>	<p>4.1. Прыжки с высоты 40 см на полусогнутые ноги на мат или коврик(3-4 раза)</p> <p>4.2. Отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед.(10-12 раз);</p> <p>4.3. Ползание на ладонях и ступнях в прямом направлении. (3-4 раза)</p>	<p>7.1 Ведение мяча по прямой (баскетбольный вариант) (3-4 раза)</p> <p>7.2 Ползание по гимнастической скамейке(хват рук с боков).(3-4 раза)</p> <p>7.3. Ходьба по гимнастической скамейки, свободно балансируя руками. (3-4 раза)</p> <p>9.1. Ведение мяча между предметами (4-5 раза)</p>	<p>10.1. Ползание на четвереньках в прямом направлении, подталкивая мяч головой; ползание под дугой.(3-4 раза).</p> <p>10.2. Прыжки на правой и левой ноге между предметами (3-4 раза)</p> <p>10.3. Ходьба по</p>

	<p>3.1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс.(2-3раза);</p> <p>3.2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него справа и слева. (2-3раза).</p> <p>3.3. Переброска мяча друг другу парами, стоя в шеренгах. (10-12 раз).</p>	<p>6.1. Прыжки с высоты 40 см на полусогнутые ноги (3-4 раза)</p> <p>6.2. Отбивание мяча одной рукой, продвигаясь вперед, и забрасывание мяча в корзину двумя руками.(3-4 раза);</p> <p>6.3. Лазанье в обруч на четвереньках; лазанье в обруч прямо и боком (3-4 раза).</p>	<p>9.2. Ползание на четвереньках по прямой, подталкивая вперед головой набивной мяч (3-4 раза).</p> <p>9.3. Ходьба по гимнастической скамейки руки за голову.(2-3 раза).</p>	<p>гимнастической скамейке, хлопая в ладоши перед собой и за спиной на каждый шаг. (3-4 раза)</p> <p>12.1. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.(3-4 раза).</p> <p>12.2. Прыжки на двух ногах между предметами, в конце прыгнуть в обруч. (3-4 раза);</p> <p>12.3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, рук на поясе. (2-3 раза).</p>
3-я часть: подвижные игры	«Перелет птиц»; «Мышеловка»	«День, ночь, огонь, вода»; «Не оставайся на полу»;	«Удочка»; «День, ночь»;	« Гуси-лебеди»; «Удочка»
Малоподвижные игры и дыхательные упражнения	Звуки «П» - «Б», «Поезд» диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звуки «П» - «Б», «Поезд» диафрагмальное-релаксационное дыхание.	«Летает -не летает» Звуки «П» - «Б», «Поезд» диафрагмальное-релаксационное дыхание.	«Летает – не летает» Звуки «П» - «Б», «Поезд» диафрагмальное-релаксационное дыхание.

Планирование занятий по физическому развитию для детей от 6 до 7 лет на воздухе.

ОКТАБРЬ.				
Задачи	Упражнять в ходьбе и беге; повторить ходьбу с высоким подниманием колен; разучить игровые упражнения с мячом; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному, на носках, руки на плечах, с высоким подниманием колен; бег оздоровительный.			
№ занятия	2	5	8	11
2-я часть: игровые упражнения	«Затейник» 2 раза Эстафета «Кто быстрее на одной ноге» 2-3 раза	«Проведи мяч» 2 раза «Мяч водящему» 2 раза «Не попадись»	«Затейник» «Пас друг другу» «Будь ловким»	Эстафета «Собери листочки» «Попади в круг»

	Эстафета «Прыжки на двух ногах» 2-3 раза			
Подвижные игры	«Совушка»	«Мышеловка» «Совушка»	«Удочка» «Гуси-лебеди»	«Запрещенные движения» «Удочка»

в помещении:

Задачи: упражнять детей в ловкости мяча.

- Спортивные игры «Элементы баскетбола»

- «Школа мяча»

**Планирование занятий физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 6 до 7 лет.
НОЯБРЬ.**

Первое занятие обучающее, второе игровое, а третье повторение пройденного материала.

Задачи	Закреплять навык ходьбы и бега по кругу, «змейкой»; упражнять в ходьбе по канату; упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом. Упражнять в прыжках через короткую скакалку; бросанию мяча друг друга; ползание с мешочком на спине. Повторить ведения мяча с продвижением вперед; упражнять в лазанье и равновесии.			
Интеграция образовательных областей	<p>Социально-коммуникативное: рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.</p> <p>побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр</p> <p>обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. Следить за опрятностью своей физкультурной формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование, формировать навыки безопасного поведения во время ползания на четвереньках и по гимнастической скамейке, перестроения в шеренгу, колонну, бега врассыпную.</p> <p>Познавательное: ориентироваться в окружающем пространстве, понимать смысл пространственных отношений(влево-вправо, вверх-вниз)</p>			
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному; ходьба и бег по кругу с ускорением и замедлением темпа движения, соблюдать равномерную дистанцию друг от друга. Ходьба с упр., для рук; бходьба и бег «змейкой»			
ОРУ	б/п стр 30	С короткой скакалкой стр33	С кубиком стр 35	На гимнаст., ковриках
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	<p>1.1.Ходьба по канату боком, приставным шагом двумя способами: пятки на полу, носки на канате, носки или середина стопы на канате (3-4 раза);</p> <p>1.2.Прыжки на двух ногах через шнуры, подряд без паузы (3-4</p>	<p>4.1. Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед.</p> <p>4.2. Ползание по гимн. Скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине (3-4 раза);</p> <p>4.3. бросание мяча друг другу</p>	<p>7.1 Ведение мяча в прямом направлении и «змейкой» (3-4 раза)</p> <p>7.2. Лазанье под дугу.(2-3 раз)</p> <p>7.3. Ходьба на носках, руки за головой между набивными мячами (3-4 раза)</p>	<p>10.1. Лазание на гимнастическую стенку с переходом на другой пролет.(3-4 раза).</p> <p>10.2. Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева попеременно, энергично</p>

	<p>раза).</p> <p>1.3. Эстафета с мячом «Мяч водящему» 2 раза</p> <p>3.1. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки за голову.(3-4раза);</p> <p>3.2. Прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед вдоль каната, руки произвольно. (3-4 раза).</p> <p>3.3. «Попади в корзину». Броски мяча в корзину двумя руками – баскетбольный вариант. (3-4 раза).</p>	<p>стоя в шеренгах (способ- двумя руками из-за головы). (3-4 раза)</p> <p>6.1. Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед.</p> <p>6.2. Ползание в прямом направлении на четвереньках, подталкивая мяч головой.(3-4 раза);</p> <p>6.3. Передача мяча в шеренгах. (3-4 раза).</p>	<p>9.1. Метание мешочков в горизонтальную цель с расстояния 3-4 раза (2-3 раза)</p> <p>9.2. Ползание «по- медвежьи» по прямой (3-4 раза).</p> <p>9.3. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове (3-4 раза).</p>	<p>отталкиваясь от пола. (3-4 раза)</p> <p>10.3. Ходьба по гимн. скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, руки вперед, выпрямиться и пройти дальше (3-4 раза).</p> <p>10.4. Бросание мяча о стену одной рукой и ловля его после отскока о пол двумя руками.(3-4 раза)</p> <p>12.1. Лазание на гимнастическую стенку с переходом на другой пролет.(3-4 раза).</p> <p>12.2. Ходьба на носках по уменьшенной площади опоры, руки на пояс или за голову (3-4 раза);</p> <p>12.3. Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди. (2-3 раза).</p>
3-я часть: подвижные игр	« Догони свою пару»; «Мышеловка» «Туннель»	«Фигура»; «Совушка»	«По местам»; «Ловишки »;	« Пожарные на учении»; «Фигуры»
Малоподвижные игры и дыхательные уп	«Угадай чей голос?» Звук «Ж»; «Собачка»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «Ж»; «Собачка»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «Ж»; «Собачка» ; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «Ж»; «Собачка»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.

Планирование занятий по физическому развитию для детей от 6 до 7 лет на воздухе.

НОЯБРЬ.	
Задачи	Повторить бег; игровые упражнения с мячом, в равновесии и прыжках; развивать ловкость в игровом задании с мячом,
1-я часть:	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба колонной по одному, на сигнал : «Стоп!» - остановиться. Бег

	оздоровительный, на носках.			
№ занятия	2	5	8	11
2-я часть: игровые упражнения	«Мяч водящему» «Поймай мяч» 2-3 раза «Не задень» 2-3 раз	«Затейники» «Гонка мячей» 2 раза «По мостику» 2 раз	«Перебрось и поймай» «Перепрыгни – не задень» «Запрещенные движения»	«Мяч водящему» «Ловишки-перебежки»
Подвижные игры	«Мышеловка» «Угадай по голосу»	«Ловишки» «Хитрая лиса»	«Ловишки парами» «Летает – не летает»	«Гуси-лебеди» «Удочка»

в помещении:

- народные игры, эстафеты

**Планирование занятий физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 6 до 7 лет.
ДЕКАБРЬ.**

Первое занятие обучающее, второе игровое, а третье повторение пройденного материала.

Задачи	Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге враспынную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации. Развивать ловкость в упражнениях с мячом; в прыжках на правой и левой ноге попеременно.			
Интеграция образовательных областей	<p>Социально-коммуникативное: рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению элементов упражнений на дыхание. Безопасность: формировать навыки ориентироваться на местности, учить технике безопасного выполнения прыжков. Труд: следить за опрятностью одежды и причёски; учить убирать физкультурный инвентарь.</p> <p>Коммуникация: поощрять речевую активность, обсуждать пользу соблюдения режима дня.</p> <p>Познание: развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время подпрыгивания на 2-х ногах.</p>			
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному; ходьба и бег по кругу с ускорением и замедлением темпа движения, соблюдать равномерную дистанцию друг от друга. Ходьба на носках, на пятках; бег вынос ног вперед, руки на поясе			
ОРУ	В парах стр 40	б/п стр 42	С малым мячом стр 45	б/п стр 47
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	<p>1.1. Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через набивные мячи, руки свободно балансируют. (3-4 раза);</p> <p>1.2. Прыжки на двух ногах между предметами, огибая их. (3-4 раза).</p> <p>1.3. Бросание малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками (8-10 раз)</p>	<p>4.1. Прыжки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед (расстояние 6 м) (3-4 раза)</p> <p>4.2. Эстафета «Передача мяча в колонне» (3-4 раза);</p> <p>4.3. Ползание по скамейке на ладонях и коленях. (3-4 раза)</p> <p>6.1. Прыжки между предметами: на двух, на</p>	<p>7.1 Подбрасывание мяча правой и левой рукой вверх и ловля его двумя руками (3-4 раза)</p> <p>7.2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват рук с боков.(2-3 раз)</p> <p>7.3. Ходьба по рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за голову или на пояс (3-4 раза)</p>	<p>10.1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях. (3-4 раза).</p> <p>10.2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешком на голове, руки на поясе.. (3-4 раза)</p> <p>10.3. Прыжки на двух ногах</p>

	<p>3.1. Ходьба по гимна. скамейке, руки на пояс; на середине присесть, вынести руки вперед, подняться и пройти дальше.(3-4раза);</p> <p>3.2. Переброска мячей друг другу, стоя в шеренгах. (и. п: ноги на ширине плеч, снизу, от груди и из-за головы) (3-4 раза).</p> <p>3.3. Прыжки на правой и левой ноге вдоль шнура, продвигаясь вперед (попеременно то на одной, то на другой ноге) (3-4 раза).</p>	<p>правой и левой поочередно</p> <p>6.2. Прокатывание мяча между предметами, подталкивая его двумя руками, не отпуская далеко от себя. (3-4 раза);</p> <p>6.3. Ползание под шнур(дугу) правым и левым боком, не касаясь верхнего края дуги (3-4 раза).</p>	<p>9.1. Перебрасывание мячей в парах (расстояние 1,5)</p> <p>9.2. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами (3-4 раза).</p> <p>9.3. Прыжки со скамейки на мат или коврик (3-4 раза).</p>	<p>с мешочком, зажатым между колен (3-4 раза).</p> <p>12.1. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет, спуск вниз, не пропуская реек.(3-4 раза)</p> <p>12.2Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, поднимая высоко колени, руки за голову.(3-4 раза).</p> <p>12.3. Прыжки через короткую скакалку, продвигаясь вперед. (3-4 раза);</p>
3-я часть: подвижные игры	«Догони свою пару»; «Мышеловка» «Туннель»	«Эхо»; «Стой»	«Попрыгунчики воробушки»; «Ловишки »;	«Хитрая лиса»; «Фигуры»
Малоподвижные игры и дыхательные упражнения	Звук «В»; «Колобок»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «В»; «Колобок»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «В»; «Колобок»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «В»; «Колобок»; диафрагмальное-релаксационное дыхание.

Планирование занятий по физическому развитию для детей от 6 до 7 лет на воздухе.

ДЕКАБРЬ.				
Задачи	Повторить бег; игровые упражнения с мячом, в равновесии и прыжках; развивать ловкость и глазомер при метании снежков на дальность; разучить игровое задание «Точный пас».			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному за ведущим между постройками из снега в среднем темпе. Бег оздоровительный, на носках.			
№ занятия	2	5	8	11
2-я часть: игровые упражнения	«Пройди - не задень» «Пас на ходу» 2-3 раза	«Затейники» «Пройди – не урони» 2 раза «Из кружка в кружок» 2 раза	«Пас на ходу» «Кто быстрее» «Пройди – не урони»	«Точный пас» «Кто дальше бросит» «По дорожке проскользи

Подвижные игры	«Совушка» «Ловишки - перебежки»	«Угадай по голосу» «Мышеловка»	«Лягушки и цапля» «Летает – не летает»	«Хитрая лиса» «Эхо»
-----------------------	------------------------------------	-----------------------------------	---	------------------------

в помещении:

Задачи: упражнять детей в ловкости.

- Спортивные игры «Элементы хоккея»

Планирование занятий физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 6 до 7 лет.

ЯНВАРЬ.

Первое занятие обучающее, второе игровое, а третье повторение пройденного материала.

Задачи	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег враспынную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнения на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствие. Упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке; повторить лазанье с мячом.			
Интеграция образовательных областей	<p>Здоровье: рассказывать о режиме дня и о влиянии его на здоровье человека, формировать гигиенические навыки; знать предметы санитарии и гигиены.</p> <p>Безопасность: формировать навыки безопасного поведения во время ползания под дугами, проведения подвижной игры.</p> <p>Труд: учить постоянно поддерживать порядок в физкультурном зале.</p> <p>Коммуникация: обсуждать пользу закаливания и физической культуры.</p> <p>Музыка: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры под музыку.</p>			
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному; бег и ходьба между предметами. Ходьба боком правым и левым, спиной вперед и упр., для рук. Бег с выносом прямых ног вперед. Перестроение в три колонне.			
ОРУ	с палкой стр 50	с кубиком стр 52	с малым маячком стр 55	со скакалкой стр 57
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	<p>1.1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки свободно балансируют. (3-4 раза);</p> <p>1.2. Прыжки через препятствия (набивные мячи, бруски) с энергичным взмахом рук. (3-4 раза).</p> <p>1.3. Проведение мяча с одной стороны зала на другую (отбивание мяча одной рукой по ходу движения) до обозначенной линии (8-10 раз)</p>	<p>4.1. Прыжков в длину с места (на мат). (3-4 раза)</p> <p>4.2. «Поймай мяч» (3-4 раза);</p> <p>4.3. Ползание по прямой на четвереньках, подталкивая мяч впереди себя головой. (3-4 раза)</p> <p>6.1. Прыжки в длину с места (3-4 раза);</p> <p>6.2. Бросание мяча о стенку и ловля его после отскока о пол с хлопком в ладоши. (3-4 раза);</p>	<p>7.1. Подбрасывание малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками (3 раза, сериями по 10-12 раз подряд)</p> <p>7.2. Лазанье под шнур правым и левым боком, не касаясь верхнего края. (2-3 раза)</p> <p>7.3. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с перешагиванием через кубики (3-4 раза)</p> <p>9.1. Переброска мячей друг другу, отскока о пол (расстояние</p>	<p>10.1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине. (3-4 раза).</p> <p>10.2. Ходьба по двум гимнастическим скамейкам парами, держась за руки. (3-4 раза)</p> <p>10.3. Прыжки через короткую скакалку различными способами.</p> <p>12.1. Ползание на</p>

	<p>3.1. Ходьба по гимна. скамейке, на каждый шаг хлопок перед собой и за спиной.(3-4раза);</p> <p>3.2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч(обручи в шахматном порядке) (3-4 раза).</p> <p>3.3. Прокатывание мяча между предметами, стараясь не задевать их. (3-4 раза).</p>	<p>6.3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине (3-4 раза).</p>	<p>3 м)(10-12 раз)</p> <p>9.2. Ползание на ладонях и коленях в прямом направлении. (3-4 раза).</p> <p>9.3. Ходьба на носках, между предметами, руки на поясе. (3-4 раза).</p>	<p>четвереньках между предметами, разложенными по двум сторонам зала. После ползания, встать, потянуться и хлопнуть в ладоши над головой.(3-4 раза)</p> <p>12.2Ходьба по рейке гимнастической скамейки, руки за голову.(3-4 раза).</p> <p>12.3. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч без паузы. (3-4 раза);</p>
3-я часть: подвижные игр	«День и ночь»;	«Совушка»; «Два Мороза»	«Удочка»; «Не оставайся на полу »;	«Хитрая лиса»; «Паук и мухи»
Малоподвижные игры и дыхательные уп	Звук «З»; «Машина» диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «З»; «Машина» диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «З»; «Машина» диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звук «З»; «Машина» диафрагмальное-релаксационное дыхание.

Планирование занятий по физическому развитию для детей от 6 до 7 лет на воздухе.

ЯНВАРЬ.

Задачи	Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками, упражнять в метании снежков на дальность. Упражнять с элементами игры с клюшкой и шайбой			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному за ведущим между постройками из снега в среднем темпе. Бег оздоровительный, на носках.			
№ занятия	2	5	8	11
2-я часть: игровые упражнения	«Кто быстрее» «Проскользи – не упади»» 2-3 раза Катание друг друга на санках. «Забей в лунку» (игры с клюшкой и шайбой)	«Кто дальше бросит?» 2 раза «Веселые воробушки» 2 раза «Пас друг другу» (игры с клюшкой и шайбой)	«Затейники» «Хоккеисты» «Кто быстрее» Катание друг друга на санках	«По ледяной дорожке» «По местам» «Поезд»
Подвижные игры	«Два Мороза»	«Два Мороза»	«Два Мороза»	«Хитрая лиса»

				«Эхо»
--	--	--	--	-------

в помещении:

Задачи: обучать детей прыжкам на скакалке.

**Планирование занятий физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 6 до 7 лет.
ФЕВРАЛЬ.**

Первое занятие обучающее, второе игровое, а третье повторение пройденного материала.

Задачи	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер; повторить лазанье обруч (или под дугу). Упражнять в метании мешочков, лазаньи на гим., стенку, в ползании на четвереньках между предметами.			
Интеграция образовательных областей	<i>Здоровье:</i> проводить комплекс закаливающих процедур. <i>Безопасность:</i> учить правилам использования спортивного инвентаря. <i>Труд:</i> учить убирать физкультурный инвентарь и оборудование после проведения физкультурных упражнений и игр. <i>Коммуникация:</i> обсуждать пользу закаливания и физической культуры. <i>Чтение худ. литературы:</i> проводить подвижную игру под текст стихотворения. <i>Музыка:</i> вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.			
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному; бег и ходьба с высоким поднимания колен. Ходьба боком правым и левым, спиной вперед и упр., для рук. Бег оздоровительный. Перестроение в три колонне.			
ОРУ	с обручем стр 59	с гим., палкой стр 61	б/п стр 63	с большим мячом стр 65
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	<p>1.1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. (3-4 раза);</p> <p>1.2. Броски мяча в середину между шеренгами одной рукой, ловля двумя руками. (3-4 раза).</p> <p>1.3. Прыжки на двух ногах через короткие шнуры (без паузы). (8-10 раз)</p> <p>3.1. Ходьба по рейке гимна. скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за головой. (3-4 раза);</p> <p>3.2. Прыжки между предметами на правой, затем левой ногой (3-4 раза).</p>	<p>4.1. Подскоки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед. (3-4 раза)</p> <p>4.2. Переброска мячей друг другу, стоя в шеренгах, двумя руками от груди (10-12 раз);</p> <p>4.3. Лазанье под дугу прямо и боком. (3-4 раза)</p> <p>6.1. Прыжки на двух ногах между предметами, затем на правой и левой ноге, используя энергичный взмах рук. (3-4 раза);</p> <p>6.2. Ползание на ладонях и коленях между предметами..</p>	<p>7.1. Лазанье на гимнастическую стенку, с переходом на другой пролет и спуск вниз. (2-3 раз)</p> <p>7.2. Ходьба парами по стоящим рядом параллельно гимнастическим скамейкам, держась за руки. (2-3 раз)</p> <p>7.3. «Попади в круг» (3-4 раза)</p> <p>9.1. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет (10-12 раз)</p> <p>9.2. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи, попеременно правой и левой ногой. (3-4 раза).</p> <p>9.3. Метание мешочков в</p>	<p>10.1. Ползание на четвереньках между предметами, не задевая их. (3-4 раза).</p> <p>10.2. Ходьба по гимнастической скамейке с хлопками перед собой и за спиной на каждый шаг. (3-4 раза)</p> <p>10.3. Прыжки из обруча в обруч, без паузы, используя взмах рук. (3-4 раза)</p> <p>12.1. Лазанье на гимнастическую стенку с переходом на другой</p>

	3.3. «Гонка мячей». (3-4 раза).	(3-4 раза); 6.3. Переброска мяча друг другу в парах. (от груди) (3-4 раза).	горизонтальную цель правой и левой рукой. (3-4 раза).	пролет. (3-4 раза) 12.2. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе.(3-4 раза). 12.3. Эстафета «Передал – садись». (3-4 раза);
3-я часть: подвижные игр	«Ключи»;	«Не оставайся на полу»; «Два Мороза»	«Удочка»; «Не попадись»; (с прыжками)	«Жмурки»; «Паук и мухи»
Малоподвижные игры и дыхательные упражнения	Звуки «П» - «Б», «Столбик» диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звуки «П» - «Б», «Столбик» диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звуки «П» - «Б», «Столбик» диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звуки «П» - «Б», «Столбик» диафрагмальное-релаксационное дыхание.

Планирование занятий по физическому развитию для детей от 6 до 7 лет на воздухе.

ФЕВРАЛЬ.

Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровые задание с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками.			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному за ведущим между постройками из снега в среднем темпе. Бег оздоровительный, на носках.			
№ занятия	2	5	8	11
2-я часть: игровые упражнения	«Быстро по местам» «Точная подача» 2-3 раза «Попрыгунчики» Катание друг друга на санках.	«Кто дальше бросит?» 2 раза «Веселые воробушки» 2 раза «Пас друг другу» (игры с клюшкой и шайбой)	«Снежинки» «Гонка санок» «Загони шайбу» Катание друг друга на санках	«Затейники» «Не попадись» «Белые медведи» «Поезд»
Подвижные игры	«Два Мороза»	«Мышеловка»	«Карусель»	«Мышеловка»

в помещении:

Задачи: продолжать упражнять детей в прыжках на скакалке.

- спортивные игры

Планирование занятий физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 6 до 7 лет.

МАРТ.

Первое занятие обучающее, второе игровое, а третье повторение пройденного материала.

Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе и ползании по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, ползании и эстафету с мячом. Упражнять в метании мешочков в
---------------	---

	горизонтальную цель; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку.			
Интеграция образовательных областей	<p>Здоровье: проводить комплекс закаливающих процедур (прогулка на свежем воздухе).</p> <p>Безопасность: формировать навыки безопасного поведения во время ходьбы по гимнастической скамейке боком.</p> <p>Труд: учить детей постоянно убирать на своё место спортивный инвентарь.</p> <p>Коммуникация: поощрять речевую активность детей, обсуждать влияние прогулок на свежем воздухе на здоровье человека.</p> <p>Социализация: поощрять проявление смелости, взаимовыручки при выполнении физических упражнений.</p> <p>Музыка: проводить игры и упражнения под музыку.</p>			
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному; ходьба и бег между кеглями и кубиками, ходьба на носках, руки за голову; в полуприседе, руки на коленях Бег оздоровительный, по сигналу врассыпную. Перестроение в три колонне.			
ОРУ	с малым мячом стр 72	с флажками стр 74	с гантелями	б/п стр 79
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	<p>1.1. Ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу – на середине разойтись. (3-4 раза);</p> <p>1.2. Броски мяча вверх одной рукой, ловля двумя руками. (10 раз).</p> <p>1.3. Прыжки на двух ногах вперед способом ноги врозь, ноги вместе. (3-4 раза)</p> <p>1.4. Эстафета с мячом «Передача мяча в шеренге»</p> <p>3.1. Ходьба в колонне по одному по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой и за спиной (3-4 раза);</p> <p>3.2. Прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед (3-4 раза).</p> <p>3.3. Эстафета с мячом (способ – стойка на коленях, сидя на пятках). (5-6 раза).</p>	<p>4.1. Прыжки через короткую скакалку, продвигаясь вперед.</p> <p>4.2. Перебрасывание мяча через сетку двумя руками и ловля его после отскока от пола (10-12 раз);</p> <p>4.3. Ползание под дугу(высота 40 см), не касаясь руками пола (сгруппироваться «в комочек»). (3-4 раза)</p> <p>6.1. Прыжки через шнуры, разложенные вдоль зала по двум сторонам. По одной стороне прыгают на правой ноге, по другой – на левой (3-4 раза);</p> <p>6.2. Переброска мячей в парах. (по выбору детей) (10-12 раз);</p> <p>6.3. Ползание на четвереньках по гим., скамейке на ладонях и ступнях (3-4 раза).</p>	<p>7.1. Метание мешочков в горизонтальную цель.(3-4 раз)</p> <p>7.2. Ползание а прямом направлении на четвереньках «Кто быстрее».(3-4 раза)</p> <p>7.3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки свободно балансируют. (3-4 раза)</p> <p>9.1. Метание мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой. (3-4 раза).</p> <p>9.2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на ладони и колени с мешочком на спине. (3-4 раза).</p> <p>9.3. Ходьба между предметами (6-8 шт; расстояние между предметами 40 см) «змейкой» с мешочком на голове.</p>	<p>10.1. Лазанье на гимнастическую стенку. (3-4 раза).</p> <p>10.2. Ходьба по прямой с перешагиванием через набивные мячи, по переменно правой и левой ногой, руки за голову. (3-4 раза)</p> <p>10.3. Прыжки на правой и левой ноге между предметами (3-4 раза)</p> <p>12.1. Лазанье под дугу прямо и боком, не задевая шнур (высота 40 см). (3-4 раза)</p> <p>12.2. Передача мяча – эстафета «Передача мяча в шеренге». (3-4 раза).</p> <p>12.3. Прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь</p>

				вперед. (3-4 раза);
3-я часть: подвижные игры	«Ключи»;	«Затейник»;	«Волк во рву»;	«Совушка»;
Малоподвижные игры и дыхательные упражнения	Звуки «Ж», «Пистолет» диафрагмальное-релаксационное дыхание.			

Планирование занятий по физическому развитию для детей от 6 до 7 лет на воздухе.

МАРТ.

Задачи	Повторить упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и мячом;			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному с упражнениями для рук и ног. Бег оздоровительный, с высоким подниманием колен.			
№ занятия	2	5	8	11
2-я часть: игровые упражнения	«Бегуны» «Мяч о стенку» «Лягушки в болоте»	«Мы веселые ребята» 2 раза «Охотники и утки» 2 раза «Тихо-громко»	«Кто скорее до мяча» «Пас ногой» «Ловкие зайчата» «Горелки»	«Салки - перебежки» «Передача мяча в колонне» «Удочка»
Подвижные игры	«Совушка»	«Удочка»	«Эхо»	«Горелки»

в помещении:

Спортивные игры с элементами баскетбола.

Подвижные игры

Планирование занятий физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 6 до 7 лет.

АПРЕЛЬ.

Первое занятие обучающее, второе игровое, а третье повторение пройденного материала.

Задачи	Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках в длину, в перебрасывании мяча друг другу. Упражнять в построении в пары (колонна по два), в метании мешочков на дальность, в ползании.
Интеграция образовательных областей	Здоровье: проводить комплекс закаливающих процедур; расширять представление о важных компонентах ЗОЖ. Безопасность: формировать навыки безопасного поведения во время ходьбы по гимнастической скамейке, метания мяча. Труд: убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий. Коммуникация: обсуждать пользу закаливания и занятий физкультурой. Познание: развивать восприятие предметов по цвету, форме, величине. Социализация: создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (отзывчивость,

	дружелюбие).			
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному; ходьба на пятках, руки за голову; в полуприседе, руки на коленях Бег оздоровительный, по сигналу врассыпную. Перестроение в три колонне.			
ОРУ	с малым мячом стр 81	с обручем стр 83	б/п стр 85	с гантелями
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: основные виды движений	<p>1.1. Ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг передавать мяч перед собой и за спиной. (3-4 раза);</p> <p>1.2. прыжки на двух ногах вдоль шнура, продвигаясь вперед (3-4 раза).</p> <p>1.3. Переброска мячей в шеренгах (8-10 раз)</p> <p>3.1 Ходьба по скамейке боком, приставным шагом с мешочком на голове⁴ на середине присесть, руки вынести вперед, подняться, не уронив мешочек, и пройти дальше. (3-4 раза)</p> <p>3.2. Прыжки, через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед.</p> <p>3.3. Переброска мячей друг другу в парах (способ по выбору детей). (5-6 раза).</p>	<p>4.1. Прыжки в длину с места.</p> <p>4.2. Броски мяча друг другу в парах. (10-12 раз);</p> <p>4.3. Ползание на четвереньках – «Кто быстрее до кубика». (3-4 раза)</p> <p>6.1. Прыжки в длину с места. (3-4 раза);</p> <p>6.2 Эстафета с мячом «Передал – садись»;</p> <p>6.3. Лазанье под шнур в группировке, не касаясь руками пола и не задевая шнур. (3-4 раза).</p>	<p>7.1. Метание мешочков на дальность – «Кто дальше бросит». (3-4 раз)</p> <p>7.2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. (3-4 раза)</p> <p>7.3. Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через предметы. (3-4 раза)</p> <p>7.4. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед («Кто быстрее до предмета»)</p> <p>9.1. Метание мешочков на дальность правой и левой рукой. (3-4 раза).</p> <p>9.2. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами. (3-4 раза).</p> <p>9.3. Прыжки через короткую скакалку на месте, вращая ее вперед, на назад, скрестно (способ по выбору детей)</p>	<p>10.1. Бросание мяча в шеренгах.</p> <p>10.2. Прыжки в длину с места (3-4 раза)</p> <p>10.3. Ходьба на носках между предметами с мешочком на голове. (3-4 раза)</p> <p>12.1. Прыжки через шнуры на правой и левой ноге попеременно. (3-4 раза)</p> <p>12.2. Переброска мячей друг другу в парах (способ произвольный) и. п: ноги на ширине плеч (3-4 раза).</p> <p>12.3. Игровое упражнение с бегом «Догони пару». (3-4 раза);</p>
3-я часть: подвижные игр	«Хитрая лиса»;	«Мышеловка»;	«Затейники»;	«Салки с ленточкой»; «День, ночь, огонь, вода»
Малоподвижные игры и дыхательные уп	«Кто ушел?» Звуки «В», «Лев» диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звуки «В», «Лев» диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звуки «В», «Лев» диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звуки «В», «Лев» диафрагмальное-релаксационное дыхание.

Планирование занятий по физическому развитию для детей от 6 до 7 лет на воздухе.

АПРЕЛЬ.				
Задачи	Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками.			
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному с упражнениями для рук и ног. Бег оздоровительный, галопом правым и левым боком..			
№ занятия	2	5	8	11
2-я часть: игровые упражнения	«Быстро возьми» «Перешагни – не задень» «С кочки на кочку»	«Пас ногой» 2 раза «Пингвины» 2 раза	«Перебежки» «Кто дальше прыгнет» «Пас ногой» «Поймай мяч»	«Передача мяча в колонне»
Подвижные игры	«Охотники и утки» «Великаны и гномы»	«Горелки»	«Тихо - громко»	«Лягушки в болоте» «Горелки» «Великаны и гномы»

в помещении:

Повторить все упражнения и подвижные игры, усвоенные детьми ранее.

Планирование занятий физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей от 6 до 7 лет.

МАЙ.

Первое занятие обучающее, второе игровое, а третье повторение пройденного материала.

Задачи	Повторить упражнение в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге; в бросании малого мяча о стенку. Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места, в метании мешочков на дальность. Повторить упражнения в лазанье на гимнастическую стенку.			
Интеграция образовательных областей	<p>Здоровье: рассказывать о режиме дня и о его влиянии на здоровье человека.</p> <p>Безопасность: формировать навыки безопасного поведения во время ходьбы, бега, прыжков.</p> <p>Труд: учить детей постоянно убирать спортивный инвентарь на своё место.</p> <p>Коммуникация: поощрять речевую активность детей, обсуждать пользу соблюдения режима дня.</p> <p>Познание: развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время перестроения в колонну.</p> <p>Музыка: сопровождать игровые упражнения музыкой.</p>			
1-я часть: вводная	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному; ходьба боком правым и левым, руки на пояс; спиной вперед, со сменой темпа движения по сигналу; на сигнал «Лягушки!» присесть на корточки, «Мышки!» ходьба мелким, семенящим шагом. Бег оздоровительный, по сигналу враспынную. Перестроение в три колонне.			
ОРУ	с обручем стр 89	с мячом стр 91	б/п стр 92	с гим., палками стр 95
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть:	1.1. Ходьба по гимнастической	4.1. Прыжки в длину с	7.1. Метание мешочков на	10.1. Лазанье по гимнастической

основные виды движений	<p>скамейке, передавая мяч перед собой и за спиной на каждый шаг. В конце скамейки сойти, не прыгая. (3-4 раза);</p> <p>1.2. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед (дистанция 10 м) (3-4 раза).</p> <p>1.3. Броски малого мяча о стену и ловля его после отскока. (8-10 раз)</p> <p>3.1 Ходьба по скамейке навстречу друг другу, на середине скамьи разойтись, помогая друг другу (3-4 раза).</p> <p>3.2. Броски мяча верх одной рукой и ловля его двумя руками, стараясь не прижимать мяч к груди, следить за его полетом. (3-4 раза).</p> <p>3.3. Прыжки на двух ногах между предметами. «Кто быстрее»</p>	<p>места.</p> <p>4.2. Ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом. (10-12 раз);</p> <p>4.3. Пролезание в обруч прямо и боком, не касаясь руками пола и не касаясь верхнего края обруча. (3-4 раза)</p> <p>6.1. Прыжки в длину с места. (3-4 раза);</p> <p>6.2. Метание мешочков в вертикальную цель (расстояние до цели 3-4 м)</p> <p>6.3. Ходьба между предметами с мешочком на голове. (3-4 раза).</p>	<p>дальность – «Кто дальше бросит». (3-4 раз)</p> <p>7.2. Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за головой. (3-4 раза)</p> <p>7.3. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. (3-4 раза)</p> <p>9.1. Метание мешочков на дальность правой и левой рукой. (3-4 раза).</p> <p>9.2. Лазанье под шнур прямо и боком, не касаясь руками пола, в группировке – сложившись в «комочек». (3-4 раза).</p> <p>9.3. Ходьба между предметами на носках с мешочком на голове.</p>	<p>стенке с переходом на другой пролет, ходьба по рейке и спуск вниз.</p> <p>10.2. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, руки за головой. (3-4 раза)</p> <p>10.3. Прыжки на двух ногах между кеглями. (3-4 раза)</p> <p>12.1. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках – «по – медвежьим». (3-4 раза)</p> <p>12.2. прыжки между предметами на правой и левой ноге. (3-4 раза).</p> <p>12.3. Ходьба с перешагиванием через предметы, боком приставным шагом, с мешочком на голове (3-4 раза);</p>
3-я часть: подвижные игры	«Совушка»;	«Горелки»;	«Воробы и кошка»;	«Охотники и утки»
Малоподвижные игры и дыхательные упражнения	«Великаны и гномы» Звуки «Т» - «Д» «Машина» диафрагмальное-релаксационное дыхание.	«Летает - не летает» Звуки «Т» - «Д» «Машина» диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звуки «Т» - «Д» «Машина» диафрагмальное-релаксационное дыхание.	Звуки «Т» - «Д» «Машина» диафрагмальное-релаксационное дыхание.

Планирование занятий по физическому развитию для детей от 6 до 7 лет на воздухе.

МАЙ.

Задачи	Упражнять детей в продолжительном беге. Развивая выносливость; развивать точность движений при переброске мяча друг другу в движении; упражнять в прыжках через короткую скакалку; повторить упражнение в равновесии с дополнительным заданием.
1-я часть:	Ходьба в колонне по одному с упражнениями для рук и ног, между предметами. Бег оздоровительный.

№ занятия	2	5	8	11
2-я часть: игровые упражнения	«Пас на ходу» «Брось - поймай» Прыжки через короткую скакалку	«Ловкие прыгуны» 2 раза «Проведи мяч» 2 раза «Пас друг другу»	«Мяч водящему» «Кто скорее до кегли» Индивидуальные игры с мячом	«Кто быстрее» «Пас ногой» Кто выше прыгнет
Подвижные игры	«День, ночь, огонь, вода» «Кто позвал?»	«Мышеловка»	«Горелки»	«Не оставайся на земле»

в помещении:

Повторить все упражнения и подвижные игры, усвоенные детьми ранее

2.5. Циклограмма деятельности инструктора по физической культуре.

ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ПЯТНИЦА
7.40-8.10 утренняя гимнастика (7.40-7.50; 8.00-8.10) 8.10 -8.40 подготовка к занятиям 8.40 – 10.40 занятия в спортивном зале (8.40-8.55; 9.05-9.25; 9.35-10.00;10.10-10.40) 10.40-11.55 проветривание помещения; подбор и проверка спортивного оборудования и инвентаря 11.55- 13.30 изготовление пособий для физ.занятий. работа с документами, самообразование (изучение метод. литературы)	7.40-8.10 утренняя гимнастика (7.40-7.50; 8.00-8.10) 8.10-9.00- подготовка к индивидуальным занятиям 9.00-11.00 -индивидуальная работа с детьми 11.00-13.00 самообразование (изучение метод. литературы) 13.00- 13.30 – консультация воспитателей младшей группы	7.40-8.10 утренняя гимнастика (7.40-7.50; 8.00-8.10) 8.10 -8.40 подготовка к занятиям 8.40 – 10.40 занятия в спортивном зале (8.40-8.55; 9.05-9.25; 9.35-10.00;10.10-10.40) 10.40-11.00- проветривание помещения; подбор и проверка спортивного оборудования и инвентаря 11.00-12.00 изготовление пособий для физ.занятий. работа с документами, самообразование (изучение метод. литературы) 12.00-13.00 Перерыв	7.40-8.10 утренняя гимнастика (7.40-7.50; 8.00-8.10) 8.10 -8.40 подготовка к занятиям 8.40 – 10.40 занятия в спортивном зале (8.40-8.55; 9.05-9.25; 9.35-10.00;10.10-10.40) 10.40-11.00- проветривание помещения; подбор и проверка спортивного оборудования и инвентаря 11.00- 13.00- изготовление пособий для физ.занятий. работа с документами ,самообразование (изучение метод. литературы) индивидуальная работа с

		<p>13.00-14.00 - консультация воспитателям средней группы и старшей группы</p> <p>14.00-15.00 подготовка консультаций для родителей</p> <p>15.00-15.50 - подготовка к физ.досугам и развлечениям</p> <p>15.50-16.45 - занятия в спортивном зале (досуги и развлечения)</p>	<p>детьми</p> <p>подготовить комплексы утренней гимнастики.</p> <p>13.00 - 13.30 консультация воспитателям подготовительной группы.</p>
--	--	--	--

2.6. Формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы

Важнейшим условием реализации программы является создание развивающей и эмоционально комфортной для ребенка образовательной среды. Пребывание в детском саду должно доставлять ребенку радость, а образовательные ситуации должны быть увлекательными.

Важнейшие образовательные ориентиры:

- обеспечение эмоционального благополучия детей;
- создание условий для формирования доброжелательного и внимательного отношения детей к другим людям;
- развитие детской самостоятельности (инициативности, автономии и ответственности);
- развитие детских способностей, формирующихся в разных видах деятельности.

Для реализации этих целей педагогам рекомендуется:

- проявлять уважение к личности ребенка и развивать демократический стиль взаимодействия с ним и с другими педагогами;
- создавать условия для принятия ребенком ответственности и проявления эмпатии к другим людям;
- обсуждать совместно с детьми возникающие конфликты, помогать решать их, вырабатывать общие правила, учить проявлять уважение друг к другу;

Создание условий для физического развития

Физическое развитие очень важно для здоровья детей, потому что позволяет реализовать их врожденное стремление к движению. Становление детской идентичности, образа Я тесно связано с физическим развитием ребенка, с его ловкостью, подвижностью, активностью.

Для того чтобы стимулировать физическое развитие детей, важно:

- ежедневно предоставлять детям возможность активно двигаться;
- обучать детей правилам безопасности;
- создавать доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере;
- использовать различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать.
- обсуждать с детьми важные жизненные вопросы, стимулировать проявление позиции ребенка;
- обращать внимание детей на тот факт, что люди различаются по своим убеждениям и ценностям, обсуждать, как это влияет на их поведение;
- обсуждать с родителями (законными представителями) целевые ориентиры, на достижение которых направлена деятельность педагогов Организации, и включать членов семьи в совместное взаимодействие по достижению этих целей.

Система дошкольного образования в образовательной организации должна быть нацелена на то, чтобы у ребенка развивались игра и познавательная активность. В организации должны быть созданы условия для проявления таких качеств, как: инициативность, жизнерадостность, любопытство и стремление узнавать новое. Адекватная организация образовательной среды стимулирует развитие уверенности в себе, оптимистического отношения к жизни, дает право на ошибку, формирует познавательные интересы, поощряет готовность к сотрудничеству и поддержку другого в трудной ситуации, то есть обеспечивает успешную социализацию ребенка и становление его личности.

Изучаемые детьми темы выступают как материал для достижения целей образовательной работы — развития способностей и инициативы ребенка, овладения доступными для дошкольного возраста культурными средствами (наглядными моделями и символами). Благодаря этому образовательная программа становится залогом подготовки детей к жизни в современном обществе, требующем умения учиться всю жизнь и при этом разумно и творчески относиться к действительности.

Обеспечение эмоционального благополучия ребенка достигается за счет уважения к его индивидуальности, чуткости к его эмоциональному состоянию, поддержки его чувства собственного достоинства. В дошкольном учреждении педагоги должны создать атмосферу принятия, в которой каждый ребенок чувствует, что его ценят и принимают таким, какой он есть; могут выслушать его и понять.

Особенности организации предметно-пространственной среды для физического развития. Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровое пространство должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности).

Предметно-развивающая образовательная среда

Спортивный зал:

- Спортивное оборудование (лестницы, скамейки, дуги, стенка осанки и пр.);
- Комплект мягких модулей;
- Массажный коврик
- Мяч массажный.
- Гимнастические маты
- Целевая доска для метания и многое др.

Учебно-методическое обеспечение:

- Наглядный материал (плакаты, карты-пиктограммы, различные иллюстрации и картинки);
- Дидактический материал «Виды спорта»;
- Подборка различных видов оздоровительных гимнастик;
- Подборка стихов, потешек, загадок;
- Подборка музыкальных произведений;
- Технические средства обучения.
- Перспективные планы.
- Конспекты занятий.

В работе используются следующие методы и приемы обучения:

Наглядные:

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

Словесные:

- объяснения, пояснения, указания;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы к детям и поиск ответов;
- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция.
- слушание музыкальных произведений;

Практические:

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

2.7. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников.

«Здоровье»

Объяснять родителям, как образ жизни семьи воздействует на здоровье ребенка.

Информировать родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка (спокойное общение, питание, закаливание, движения). Рассказывать о действии негативных факторов (переохлаждение, перегревание, перекармливание и др.), наносящих непоправимый вред здоровью малыша. Помогать родителям сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье ребенка.

Ориентировать родителей на совместное с ребенком чтение литературы, посвященной сохранению и укреплению здоровья, просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.

Знакомить родителей с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в детском саду. Разъяснять важность посещения детьми секций, студий, ориентированных на оздоровление дошкольников. Совместно с родителями и при участии медико-психологической службы детского сада создавать индивидуальные программы оздоровления детей и поддерживать семью в их реализации,

Образовательная область «Физическая культура»

Разъяснять родителям (через оформление соответствующего раздела в «уголке для родителей», на родительских собраниях, в личных беседах, рекомендуя соответствующую литературу) необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка.

Ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту; привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику (это лучше всего делать на личном примере или через совместную утреннюю зарядку); стимулирование двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями (лыжи, коньки, фитнес), совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или лес; создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, лыжи, коньки, велосипед, самокат и т.д.); совместное чтение литературы, посвященной спорту; просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.

Информировать родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях детского сада в решении данных задач.

Знакомить с лучшим опытом физического воспитания дошкольников в семье и детском саду, демонстрирующим средства, формы и методы развития важных физических качеств, воспитания потребности в двигательной деятельности.

Создавать в детском саду условия для совместных с родителями занятий физической культурой и спортом. Привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду (а также районе, городе).

2.8. Годовой план работы с родителями инструктора по физической культуре на 2025-2026 учебный год.

Месяц	Группа	Наименование мероприятий	Форма проведения
Сентябрь	Все группы	- «Особенности физического развития детей в младшем, среднем, старшем дошкольном возрасте» «Велогонки»	Родительское собрание
	4 группа		Районные соревнования
Октябрь	Все группы	- «Двигательная активность дома» -«Одежда по сезону»	Анкетирование Наглядная информация-консультация на стендах
Ноябрь	1 и 2 группа	«Каким же должно быть питание для маленького спортсмена?» «Зачем заниматься утренней гимнастикой и физкультурой?» «Как выбрать спортивную секцию?»	Наглядная информация-консультация на стендах
	3 и 4 группа		
Декабрь	1 и 2 группа 3 и 4 группа	«Физическая культура в детском саду» «Какой вид спорта подходит моему ребенку?» «Активный детский отдых зимой»	Наглядная информация-консультация на стендах
	Все группы		
Январь	1 и 2 группа	«Как хорошо быть закаленными и здоровыми» «Значение закаливающих процедур в жизни ребенка-дошкольника» «Как выбрать лыжи для ребенка»	Наглядная информация-консультация на стендах
	3 и 4 группа		
Февраль	Все группы	День защитника отечества	Спортивный праздник
Март	Все группы	«Укрепляем мышцы спины пресса – формирование правильной осанки» «Подарите детям радость движений!» «Здоровье начинается со стопы» «Коррекция плоскостопия»	Консультация
	1 и 2 группа 3 и 4 группа		Наглядная информация-консультация на стендах
Апрель	1 и 2 группа 3 группа 4 группа	«Вместе с мамой, вместе с папой» «Домашний стадион» «Гимнастика для глаз»	Наглядная информация-консультация на стендах
Май	Все группы	«Игры детей летом»	Собрание - консультация
Июль		«Игры с ребенком летом»	Наглядная информация-консультация на стендах
Август			
Участие родителей в спортивных мероприятиях детского сада Выступление на родительских собраниях по запросам родителей Индивидуальные беседы-консультации по запросам родителей			

Примечание:

- Группа общеразвивающей направленности для детей от 3 до 4 лет – 1 группа
- Группа общеразвивающей направленности для детей от 4 до 5 лет – 2 группа
- Группа общеразвивающей направленности для детей от 5 до 6 лет – 3 группа
- Группа общеразвивающей направленности для детей от 6 до 7 лет – 4 группа

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ.

3.1. Материально – техническое оснащение образовательного процесса

Вид помещения	Основное предназначение	Оснащение
Музыкально-спортивный зал	-проведение занятий с детьми -Развлечения, праздники, тематические досуги; -Театральные представления, филармония; -Родительские собрания и прочие мероприятия для родителей	-Пианино, -Театр, ширма -Демонстрационный, раздаточный материал для занятий

№	Наименование оборудования	Размер	Количество
1.	Гимнастическая скамейка	2х25х25	2 шт
2.	Гимнастическая скамейка	2,5х23	1 шт
3.	Обруч	60 см	35 шт
4.	Обруч	90 см	8 шт
5.	Гимнастические палки	70 см	40 шт
6.	Ребристая дорожка пластмассовая	150х29	4 шт
7.	Ребристая дорожка деревянная	130х30	3 шт
8.	Мостик – лестница деревянная	119х50	2 шт
9.	Дорожка со следочками деревянная	186х45	2 шт
10.	Дорожка со следочками мягкая	170 х 42	1 шт
11.	Массажная дорожка с пуговицами	205х40	2 шт
12.	Сенсорная дорожка с цветными камешками	244х25	2 шт
	Дорожка массажная 4 наполнителя	130х20	2 шт
13	Туннель	120х48	4 шт
14	Флажки		100 шт
15	Мешочки с песком	250 гр	35 шт
16	Массажный мяч «ежик»	8 см	35 шт
17.	Мяч резиновый	20 см	40 шт
18.	Мяч для метания		80 шт
19.	Гимнастический снаряд «Дорожка»		2 шт
20.	Дуги для подлезания «Радуга»		2 комплекта
21.	Конус сигнальный	20 см	10 шт
22.	Ориентиры для спортивных игр	Полукруг: Желтые 23	Набор 4 шт

		Красные 16	
23.	Игра «Кегли»	5 кегль 2 мяча	Набор 50 шт
24.	Гантели	0,5 кг пустые	70 шт
25.	Массажная кочка		12 шт
26.	Ракетки пляжные с мячиком		8 шт
27.	Волан		4 уп. 12 шт
28.	Игра «Заплети косу»	2 м	1 шт
29.	Игра «Заплети косу»	3 м	2 шт
30.	Игра «Заплети косу»	1,5 м	1 шт
31.	Полоска лента - гусеница	2x30 см	2 шт
32.	Кольцеброс	5 колец	2 шт
33.	Кольцеброс	7 колец	2 шт
34.	Мини спорт «Веселый футбол»		2 шт
35.	Насос для мячей		2 шт
36.	Диск здоровья		10 шт
37.	Клюшки с двумя шарами		4 набора 8 шт
38.	Канат	5 м	1 шт
39.	Стойка для баскетбола		2 шт
40.	Ленточки на палочке		43 шт
41.	Скакалка	2,5 м	20 шт
42.	Коврики гимнастические	135x35	40
43.	Мат гимнастический складной	206x80x8	3 шт
44.	Мат гимнастический	1x1x10 см	6 шт
45.	Мяч гимнастический	D=65 см	40
46.	Мяч гимнастический	D=75 см	1
47.	Мяч гимнастический с рожками	D=45 см	10
48.	Мяч гимнастический с рожками	D=55 см	20
49.	Балансировочная доска	50x30	2 шт
50.	Щит для метания	70x70	2 шт

3.2. Учебно-методическое обеспечение программы.

Формирование основ здорового образа жизни

1. Родителям о физическом воспитании детей Г.Б. Хотянова Физкультура и спорт, Москва 1958.
2. Здоровьесберегающие технологии в детском саду Т.С. Яковлева Москва, школьная пресса 2007.
3. Домашний спортуголок А.А. Гужаловский Москва "Советский спорт" 1988.
4. Укрепляйте здоровье детей Е.Н. Вавилова Москва, Просвещение 1986.
5. Диагностика культуры здоровья дошкольников В.А. Деркунская Педагогическое общество России, Москва 2006.
6. Детские болезни С.М. Говалов Издательство Медицина 1970.
7. Укрепляйте здоровье детей. Е.Н. Вавилова Москва Просвещение 1976.
8. Технология валеологического развития ребенка в дошкольном образовательном учреждении. Л.Г. Татарникова. Санкт-Петербург 2002, 2 шт
9. Энциклопедический справочник здоровья детей. В.И. Белова Москва 2004.
10. Воспитание здорового ребенка. М.Д. Маханева Москва 2000.
11. Здоровьесбережение и здоровьесформирование в условиях детского сада Е. И. Николаева, В. И. Фёдорова, Е.Ю. Захарина Санкт-Петербург, Детство-пресс 2014

Физическая культура

1. Аверина И. Е. Физкультурные минутки и динамические паузы в дошкольных образовательных учреждениях: практ. пособие. -2-е изд. – М.: Айрис – пресс, 2006. - 144. – (Дошкольное воспитание и развитие).
2. Адашквичене Э. Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду: Кн. для воспитателя дет.сада. М.: Просвещение, 1992. – 159 с.: ил.
3. Александрова Е. Ю. Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях по программ «Остров здоровья». – Волгоград: Учитель, 2007. -151 с.
4. Анисимова Т.Г., Савинова. Е. Б. Физическое развитие детей 5-7 лет: планирование, занятия с элементами игры в волейбол, подвижные игры, физкультурные досуги. – Волгоград: Учитель, 2009. – 144 с.
5. Бабенкова Е. А. Как сделать осанку красивой, а походку легкой. – М.: ТЦ Сфера, 2008. – 96 с. (Здоровый малыш).
6. Буцинская П. П. Общеразвивающие упражнения в детском саду: Кн. для воспитателя дет.сада. – 2-е изд., перераб. И доп. – М.: Просвещение, 1990. – 175 с.: ил.
7. Быкова А. И. Обучение детей дошкольного возраста основным движениям.
8. Вареник Е. Н., Кудрявцева С. Г., Сергиенко Н.Н. Занятия по физкультуре с детьми 3-7 лет: Планированиеи конспекты. – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 208 с. (Здоровый малыш).
9. Вареник Е.Н. Утренняя гимнастика в детском саду. – М.: ТЦ Сфера, 2009.- 128 с.
10. Галаванова А. С. Игры, которые лечат (для детей от 1 года до 3 лет). – М.: «ТЦ Сфера», 2006. – 96 с.
11. Гришин В. Г. Игры с мячом и ракеткой: (Из опыта работы). Пособие для воспитателя ст. групп дет. сада. – 2-е изд., испр. И доп. – М.: Просвещение, 1982. – 96 с., ил.
12. Гришин В. Г. Серсо в детском саду: Псобие для воспитателя дет. сада. (Из опыта работы). – М.: Просвещение, 1985. – 64 с., ил.
13. Гужаловский А. А. Домашний спортуголок. – М.: Советский спорт, 1988. – 48 с., ил. – (Физкультурная библиотечка родителей).
14. Детская гимнастика. Марго и Урсула Кризель. Министерство просвещения 1962
15. Желобкович Е. Ф. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2010. – 192 с.
16. Занятия по физкультуре с детьми 3-7 лет Е.Н. Вареник, С.Г. Кудрявцева, Н.Н. Сергиенко Творческий центр сфера Москва 2008
17. Инструктор по физкультуре (журнал) СФЕРА, Москва 2015.
18. Как научить детей плавать Т.И. Осокина Москва, просвещение 1985
19. Коваленко В. С. Оздоровительный комплекс для детей и методы оценки его эффективности. – СПб, 1994. -87.
20. Ковалько В. И. Азбука физкультминуток для дошкольников: Практические разработки физкультминуток, игровых упражнений, гимнастических комплексов и подвижных игр (средняя, старшая, подготовительная группы). - М.:ВАКО, 2006.-176 с.
21. Козырева О. В. Лечебная физкультура для дошкольников (при нарушениях опорно – двигательного аппарата): Пособие для инструкторов лечеб. физкультуры, воспитателей и родителей. – М.: Просвещение, 2003. – 112 с.: ил.
22. Коньки в детском саду Л.Н. Пустынникова Москва, просвещение 1982 5-7 лет
23. Красикова И. С. Дыхательная гимнастика и массаж для детей с заболеваниями органов дыхания. – СПб.: КОРОНА принт, 2004. – 160с.: ил.

24. Кузина О. Б. Лучшие спортивные занятия, праздники и развлечения в детском саду. – Ярославль: Академия развития, 2009. – 160 с.: ил.- (Детский сад: день за днем. В помощь воспитателем и родителям).
25. Лайзане С. Я. Физическая культура для малышей. Пособие для воспитателя дет. сада. «Просвещение», 1978.-158 с.: ил.
26. Лайзане С. Я. Физическая культура для малышей: Кн. для воспитателя дет. сада. – 2-е изд., испр.-М.: Просвещение, 1987.-160 с.: ил.
27. Леви - Гориневский Е.Г. Физическое воспитание детей дошкольного возраста. – М.: Москва, 1952. – 173.
28. Лескова Г. П. и др. Общеразвивающие упражнения в детском саду: Пособие для воспитателя. – М.: Просвещение, 1981. – 160 с., ил.
29. Маханева М. Д. С физкультурой дружить – здоровым быть! Методическое пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 240 с. (Синяя птица).
30. Обучение детей дошкольного возраста основным движениям. А.И. Быкова Москва 1955.
31. Обучение детей дошкольного возраста основным движениям. А.И. Быкова Москва 1957.
32. Общеразвивающие упражнения в детском саду Г.П. Лескова, П.П. Буцинская, В. И. Васюкова Москва, Просвещение 1981.
33. Оздоровляющие учебные игры А.С. Валявский А.С. Яковис Тесса, Санкт-Петербург, 2001.
34. Оздоровительный комплекс для детей и методы оценки его эффективности Л.Д. Степанова Санкт-Петербург 1994.
35. Оздоровление детей в условиях детского сада Л.В. Кочеткова СФЕРА, Москва 2005.
36. Осокина Т. И. Игры и развлечения детей на воздухе. – 2-е изд., дораб. – М.: Просвещение, 1983. – 224 с., ил. – (Б-ка воспитателя дет. сада).
37. Осокина. Т. И. Как научить детей плавать: Пособие для воспитателя дет. сада. – 3-е изд., дораб. И доп. – М.: Просвещение 1985. – 80 с., ил.
38. Останко Л. В. Оздоровительная гимнастика для дошкольников. – СПб.: Издательский Дом «Литера», 2006.- 32 с.: ил (Серия «Готовимся к школе»).
39. Пензулаева Л. И. Подвижные игры и игровые упражнения с детьми 3-5 лет. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2001. – 112 с.
40. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду. Система работы в средней группе. – М.: Мозаика-синтез , 2012.- 112 с.
41. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду. Система работы в старшей группе. – М.: Мозаика-синтез , 2012.- 128 с.
42. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной к школе группе. – М.: Мозаика-синтез , 2012.- 112 с.
43. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду: Вторая младшая группа.– М.: Мозаика-синтез , 2014.- 80 с.
44. Подольская Е. И. Комплексы лечебной гимнастики для детей 5-7 лет. – Волгоград: Учитель, 2010. – 143 с.
45. Подольская Е. И. Сценарии спортивных праздников и мероприятий для детей 3-7 лет. – Волгоград: Учитель, 2009. – 174 с.
46. Потапчук А. А., Матвеев С. В., Дидур М. Д. Лечебная физическая культура в детском возрасте. – СПб.: Речь, 2007. – 464 с.
47. Потапчук. А. А. Физкультурно – оздоровительные технологии при нарушениях опорно – двигательного аппарата у детей. Методическое пособие. – СПб, 2004. – 148.

48. Пустынникова Л. Н. Коньки в детском саду: Из опыта работы воспитателя дет. сада. 2-е изд., испр. И доп. – М.: Просвещение, 1988. – 80 с.: ил.
49. Развитие движений ребёнка-дошкольника М.И. Фонарёва Москва, Просвещение 1975.
50. Рунова М. А. Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 3-4 лет (с учетом двигательной активности): метод. пособие для воспитателей и инструкторов физкультуры.- М.: Просвещение, 2007. – 79 с.: ил. - (Дошкольный мир).
51. Рунова М. А. Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 4-5 лет (с учетом двигательной активности): метод. пособие для воспитателей и инструкторов физкультуры.- М.: Просвещение, 2007. – 111 с.: ил. - (Дошкольный мир).
52. Рунова М. А. Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5-7 лет (с учетом двигательной активности): метод. пособие для воспитателей и инструкторов физкультуры.2-е изд. - М.: Просвещение, 2006. – 141 с.: ил. - (Дошкольный мир).
53. Сейфуллина Р. И. Детская гимнастика: Пособие для воспитателей детских садов. – Ленинград, 1962. – 175.
54. Серсо в детском саду В.Г. Гришин Москва, Просвещение 1985
55. Утренняя гимнастика под музыку Е.П. Иова Москва, Просвещение 1984, 2
56. Утробина К. К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 3-5 лет. Конспекты занятий и развлечений. Игры и тренинги: Пособие для воспитателей и инструкторов по физкультуре. – М.: Издательство ГНОМ и Д, 2006 – 104 с.
57. Физическая культура для малышей С.Я. Лайзане Москва, просвещение 1978, 1987 1-3 года.
58. Физическое воспитание детей дошкольного возраста Е.Г. Леви-Гориневская Москва, Просвещение 1952, 2 шт.
59. Физкультура, разработки занятий М.А. Фисенко Корифей, Волгоград 2005 6-7 лет.
60. Физкультурные занятия в детском саду Е.Ф. Желобкович Москва Скрипторий-2003 2010 4-5 лет
61. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет Л.И. Пензуллаева Москва, просвещение 1983.
62. Физкультурные минутки и динамические паузы в ДОУ И.Е. Аверина Арис-пресс, Москва 2006.
63. Филиппова. С. О. Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения: Методическое пособие для руководителей физического воспитания дошкольных учреждений. – СПб.: «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2011. – 416 с., ил.
64. Фисенко М. А. Физкультура. Первая и вторая младшие группы. Разработки занятий.- Волгоград: ИТД «Корифей». – 128 с.
65. Фисенко М. А. Физкультура. Подготовительная группа. Разработки занятий. – Изд. 2-е, переработанное. – Волгоград: ИТД «Корифей». – 96 с.
66. Фомина А. И. Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду: Пособие для воспитателя подготовке к школе группы 2-е изд., дораб. – М.: Просвещение, 1984. – 159 с., ил.
67. Фонарева М. И. Развитие движений ребенка – дошкольника. Из опыта работы. – М.: «Просвещение», 1975. – 239.
68. Фролов В. Г. Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке: Пособие для воспитателя. – М.: Просвещение, 1986.-159 с.

69. Хотянова Г. Б. Родителям о физическом воспитании детей. – М.: Издательство «Физкультура и Спорт», 1998. – 1999.

3.3 Организация жизни детей при реализации программы организация развивающей предметно – пространственной среды в группах общеразвивающей направленности для детей от 3 до 7 лет.

В ГБДОУ №12 режим работы детского сада установлен, исходя из потребности семьи и возможностей бюджетного финансирования детского сада:

-рабочая неделя – пятидневная;

-длительность работы детского сада – 12 часов;

-ежедневный график работы детского сада с 7.00 до 19.00 часов.

Учебный год в детском саду начинается с 1 сентября и заканчивается 31 мая. В летние месяцы проводится оздоровительная работа с детьми и деятельность по художественно-эстетическому развитию и физическому развитию.

Ежедневная организации жизни и деятельности детей осуществляется с учетом:

-построения образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми: основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра;

-решения программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей, и самостоятельной деятельности детей не только в рамках занятий, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

Основные принципы построения режима дня:

-Режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность.

-Соответствие правильности построения режима дня возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника. Поэтому, в ДОУ для каждой возрастной группы определен свой режим дня. В детском саду выделяют следующее возрастное деление детей по 4 группам:

Группа общеразвивающей направленности для детей от 3 лет до 4 лет

Группа общеразвивающей направленности для детей от 4 лет и 5 лет

Группа общеразвивающей направленности для детей от 5 до 6 лет

Группа общеразвивающей направленности для детей от 6 до 7 лет

3.4. Режимы пребывания воспитанников в дошкольном образовательном учреждении

Щадящий режим

На щадящий режим переходят дети, вернувшиеся в детский сад после болезни, ослабленные дети. Эти дети должны первыми получать питание, укладывать на дневной сон, возвращаться с прогулки. В последнюю очередь их одевают на прогулку, поднимают после сна.

Тренирующий режим

Тренирующий режим воспитатели используют в сентябре месяце, когда постепенно вводится учебная нагрузка на детей. В это время проходит диагностика, а также постепенное увеличение количества занятий и время их проведения.

Гибкий режим

Гибкий режим воспитатели используют во время карантина, во время сильных морозов, во время дождя.

Индивидуальный режим

Индивидуальный режим воспитатель использует во время проведения диагностики, бесед, индивидуальной работы, после болезни ребенка. При этом воспитатель учитывает самочувствие ребенка, настроение, его желание.

Подготовка к дневному сну

1. За 30 минут до сна обеспечить спокойную обстановку, исключить шумные игры.
2. Проветрить спальное помещение перед сном со снижением температуры воздуха на 3-5 градуса.
3. Первыми за обеденный стол сажать детей с ослабленным здоровьем, чтобы их затем первыми уложить спать.
4. Для быстрого засыпания детей использовать элементы рефлексотерапии и аутогенной тренировки.

Щадящий режим

№ п.п.	Виды деятельности в режиме дня	Ограничения	Ответственный
1.	Приход в детский сад	По возможности с 8.00-8.30	Утренний сон (родители)
2.	Утренняя гимнастика	Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50 %	Воспитатели
3.	Гигиенические закаливающие и общеукрепляющие процедуры: <ul style="list-style-type: none"> • Умывание; • Полоскание полости рта после еды; • Воздушные ванны с бодрящей гимнастикой. 	<ul style="list-style-type: none"> • t /в=16-20гр., тщательное вытирание рук, лица. • t/в=20-22 гр., наливается перед полосканием. • Снимается пижама, надевается сухая футболка. 	Помощник воспитателя и воспитатель.
4.	Питание: завтрак, обед, полдник.	Первыми садятся за стол	Помощник воспитателя и воспитатель.
5.	Сборы на прогулку (утреннюю, вечернюю), выход на прогулку	<ul style="list-style-type: none"> • Одевание в последнюю очередь. • Выход последними. 	Помощник воспитателя и воспитатель.
6.	Возвращение с прогулке	<ul style="list-style-type: none"> • Возвращение первыми (под присмотром взрослого) • Снимается влажная майка, поменять на сухую. 	Помощник воспитателя и воспитатель.
7.	Прогулка	<ul style="list-style-type: none"> • Вовлечение в умеренную двигательную деятельность 	Воспитатель
8.	Физкультурная деятельность	Отмена или снижение нагрузки по бегу и прыжкам на 50%	Инструктор по физической культуре
9.	Деятельность	Вовлечение в активную	Воспитатель

	статического, интеллектуального плана	интеллектуальную деятельность в первой половине деятельности	
10.	Дневной сон	<ul style="list-style-type: none"> • Укладывание первыми • Подъем по мере просыпания 	Воспитатель
11.	Совместная деятельность с воспитателем	Учет настроения ребенка и его желание	Воспитатель
12.	Самостоятельная деятельность	Предлагать места для игр и другой деятельности уделенные от окон и дверей	Воспитатель
13.	Уход детей домой	По возможности до 18.00	Родители

**3.5. СИСТЕМА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
В ГРУППЕ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 3 ДО 4 ЛЕТ**

Блок физкультурно-оздоровительной работы	Физкультурно-оздоровительные мероприятия: (ОО «Физическое развитие»)	Время проведения
1. Использование вариативных режимов дня пребывания ребенка в ГБДОУ	<ul style="list-style-type: none"> - Типовой режим дня по возрастным группам на холодный период года; - Типовой режим дня по возрастным группам на теплый период года; - Щадящий режим (Коррекция образовательной нагрузки; увеличение длительности дневного сна) 	В течение года
2. Сохранение и укрепление психического здоровья детей	<ul style="list-style-type: none"> - Создание психологически комфортного климата в ГБДОУ; - Обеспечение педагогами положительной эмоциональной мотивации всех видов детской деятельности; - Личностно-ориентированный стиль взаимодействия педагогов и специалистов с детьми; - Формирование основ коммуникативной деятельности у детей 	В течение года
3. Система двигательной активности:	<u>Регламентированная деятельность:</u> <ul style="list-style-type: none"> - Утренняя гимнастика; - Образовательная деятельность по физическому развитию детей; - Физкультминутки; - Динамическая переменка; - Бодрящая гимнастика после сна. <u>Совместная деятельность:</u> <ul style="list-style-type: none"> - Подвижные игры на воздухе и в помещении; - Подгрупповая и индивидуальная работа с варьированием физической нагрузки с учетом исходного уровня 	Ежедневно в течение года

	здоровья и возможностей ребенка; <u>Самостоятельная двигательная деятельность</u> детей на воздухе и в помещении	
4. Формирование основ культуры здоровья.	<ul style="list-style-type: none"> - Воспитание культурно-гигиенических навыков; - Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни; - Воспитание у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой; - Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании; - Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности; 	В течение года
5. Лечебно-профилактическая и оздоровительная работа.	<u>Закаливание естественными физическими факторами:</u> <ul style="list-style-type: none"> - Режим теплового комфорта в выборе одежды для пребывания в группе, в образовательной деятельности по физическому развитию, во время прогулок; - Режим проветривания в течение дня; - Местные и общие воздушные ванны; - Световоздушные и солнечные ванны в весенне - летний сезон; <u>Организация закаливающих процедур:</u> <ul style="list-style-type: none"> - Ходьба по массажным дорожкам; - Босохождение; - Топтание в воде; - Ходьба по мокрым дорожкам; - Элементы обширного умывания 	В течение года
6. Организация питания.	Сбалансированное питание в соответствии с действующими натуральными нормами (12 часов)	В течение года

**СИСТЕМА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
В ГРУППЕ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 4 ДО 5 ЛЕТ.**

Блок физкультурно-оздоровительной работы	Физкультурно-оздоровительные мероприятия: (ОО «Физическое развитие»)	Время проведения
1. Использование вариативных режимов дня пребывания ребенка в ГБДОУ	<ul style="list-style-type: none"> - Типовой режим дня по возрастным группам на холодный период года; - Типовой режим дня по возрастным группам на теплый период года; - Щадящий режим (Коррекция образовательной нагрузки; увеличение длительности дневного сна) 	В течение года

2. Сохранение и укрепление психического здоровья детей	<ul style="list-style-type: none"> - Создание психологически комфортного климата в ГБДОУ; - Обеспечение педагогами положительной эмоциональной мотивации всех видов детской деятельности; - Личностно-ориентированный стиль взаимодействия педагогов и специалистов с детьми; - Формирование основ коммуникативной деятельности у детей 	В течение года
3. Система двигательной активности:	<u>Регламентированная деятельность:</u> <ul style="list-style-type: none"> - Утренняя гимнастика; - Образовательная деятельность по физическому развитию детей; - Физкультминутки; - Динамическая перемена; - Бодрящая гимнастика после сна. <u>Совместная деятельность:</u> <ul style="list-style-type: none"> - Подвижные игры на воздухе и в помещении; - Подгрупповая и индивидуальная работа с варьированием физической нагрузки с учетом исходного уровня здоровья и возможностей ребенка; <u>Самостоятельная двигательная деятельность</u> детей на воздухе и в помещении	Ежедневно в течение года
4. Формирование основ культуры здоровья.	<ul style="list-style-type: none"> - Воспитание культурно-гигиенических навыков; - Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни; - Воспитание у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой; - Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании; - Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности; 	В течение года
5. Лечебно-профилактическая и оздоровительная работа.	<u>Закаливание естественными физическими факторами:</u> <ul style="list-style-type: none"> - Режим теплового комфорта в выборе одежды для пребывания в группе, в образовательной деятельности по физическому развитию, во время прогулок; - Режим проветривания в течение дня; - Местные и общие воздушные ванны; - Световоздушные и солнечные ванны в весенне - летний сезон; <u>Организация закаливающих процедур:</u>	В течение года

	<ul style="list-style-type: none"> - Ходьба по массажным дорожкам; - Босохождение; - Топтание в воде; - Ходьба по мокрым дорожкам; - Элементы обширного умывания 	
6. Организация питания.	Сбалансированное питание в соответствии с действующими натуральными нормами (12 часов)	В течение года

**СИСТЕМА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
В ГРУППЕ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 5 ДО 6 ЛЕТ.**

Блок физкультурно-оздоровительной работы	Физкультурно-оздоровительные мероприятия: (ОО «Физическое развитие»)	Время проведения
1. Использование вариативных режимов дня пребывания ребенка в ГБДОУ	<ul style="list-style-type: none"> - Типовой режим дня по возрастным группам на холодный период года; - Типовой режим дня по возрастным группам на теплый период года; - Щадящий режим (Коррекция образовательной нагрузки; увеличение длительности дневного сна) 	В течение года
2. Сохранение и укрепление психического здоровья детей	<ul style="list-style-type: none"> - Создание психологически комфортного климата в ГБДОУ; - Обеспечение педагогами положительной эмоциональной мотивации всех видов детской деятельности; - Личностно-ориентированный стиль взаимодействия педагогов и специалистов с детьми; - Формирование основ коммуникативной деятельности у детей 	В течение года
3. Система двигательной активности:	<p><u>Регламентированная деятельность:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Утренняя гимнастика; - Образовательная деятельность по физическому развитию детей; - Физкультминутки; - Динамическая переменка; - Бодрящая гимнастика после сна. <p><u>Совместная деятельность:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Подвижные игры на воздухе и в помещении; - Подгрупповая и индивидуальная работа с варьированием физической нагрузки с учетом исходного уровня здоровья и возможностей ребенка; <p><u>Самостоятельная двигательная деятельность</u> детей на воздухе и в помещении</p>	Ежедневно в течение года
4. Формирование основ	<ul style="list-style-type: none"> - Воспитание культурно-гигиенических 	В течение

культуры здоровья.	<p>навыков;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни; - Воспитание у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой; - Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании; - Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности; 	года
5. Лечебно-профилактическая и оздоровительная работа.	<p><u>Закаливание естественными физическими факторами:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Режим теплового комфорта в выборе одежды для пребывания в группе, в образовательной деятельности по физическому развитию, во время прогулок; - Режим проветривания в течение дня; - Местные и общие воздушные ванны; - Световоздушные и солнечные ванны в весенне - летний сезон; <p><u>Организация закаливающих процедур:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Ходьба по массажным дорожкам; - Босохождение; - Топтание в воде; - Ходьба по мокрым дорожкам; - Обширное умывание 	В течение года
6. Организация питания.	Сбалансированное питание в соответствии с действующими натуральными нормами (12 часов)	В течение года

**СИСТЕМА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
В ГРУППЕ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 6 ДО 7 ЛЕТ.**

Блок физкультурно-оздоровительной работы	Физкультурно-оздоровительные мероприятия: (ОО «Физическое развитие»)	Время проведения
1. Использование вариативных режимов дня пребывания ребенка в ГБДОУ	<ul style="list-style-type: none"> - Типовой режим дня по возрастным группам на холодный период года; - Типовой режим дня по возрастным группам на теплый период года; - Щадящий режим (Коррекция образовательной нагрузки; увеличение длительности дневного сна) 	В течение года
2. Сохранение и укрепление психического здоровья детей	<ul style="list-style-type: none"> - Создание психологически комфортного климата в ГБДОУ; - Обеспечение педагогами положительной эмоциональной мотивации всех видов детской деятельности; 	В течение года

	<ul style="list-style-type: none"> - Личностно-ориентированный стиль взаимодействия педагогов и специалистов с детьми; - Формирование основ коммуникативной деятельности у детей 	
3. Система двигательной активности:	<p><u>Регламентированная деятельность:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Утренняя гимнастика; - Образовательная деятельность по физическому развитию детей; - Физкультминутки; - Динамическая переменка; - Бодрящая гимнастика после сна. <p><u>Совместная деятельность:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Подвижные игры на воздухе и в помещении; - Подгрупповая и индивидуальная работа с варьированием физической нагрузки с учетом исходного уровня здоровья и возможностей ребенка; <p><u>Самостоятельная двигательная деятельность</u> детей на воздухе и в помещении</p>	Ежедневно в течение года
4. Формирование основ культуры здоровья.	<ul style="list-style-type: none"> - Воспитание культурно-гигиенических навыков; - Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни; - Воспитание у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой; - Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании; - Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности; 	В течение года
5. Лечебно-профилактическая и оздоровительная работа.	<p><u>Закаливание естественными физическими факторами:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Режим теплового комфорта в выборе одежды для пребывания в группе, в образовательной деятельности по физическому развитию, во время прогулок; - Режим проветривания в течение дня; - Местные и общие воздушные ванны; - Световоздушные и солнечные ванны в весенне - летний сезон; <p><u>Организация закаливающих процедур:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Ходьба по массажным дорожкам; - Босохождение; - Топтание в воде; - Ходьба по мокрым дорожкам; - Обширное умывание 	В течение года

6. Организация питания.	Сбалансированное питание в соответствии с действующими натуральными нормами (12 часов)	В течение года
--------------------------------	--	----------------

Режим двигательной активности воспитанников

В дошкольной организации необходимо проводить постоянную работу по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и совершенствованию его функций.

Важно обращать внимание на выработку у детей правильной осанки.

В помещении следует обеспечивать оптимальный температурный режим, регулярное проветривание; приучать детей находиться в помещении в облегчённой одежде.

Необходимо обеспечивать пребывание детей на воздухе в соответствии с режимом дня.

Важно обеспечивать оптимальный двигательный режим – рациональное сочетание различных видов занятий и форм двигательной активности, в котором общая продолжительность двигательной активности составляет не менее 60% от всего времени бодрствования.

Следует поощрять участие детей в совместных подвижных играх и физически упражнениях на прогулке. Развивать инициативу детей в организации самостоятельных подвижных и спортивных игр и упражнений, поощрять самостоятельное использование детьми имеющегося физкультурного и спортивно-игрового оборудования.

Воспитывать у детей интерес к физическим упражнениям, учить пользоваться физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).

Ежедневно следует проводить с желающими детьми утреннюю гимнастику.

В процессе образовательной деятельности, требующей высокой умственной нагрузки и в середине времени, отведённого на занятия, рекомендуется, проводить физкультминутку длительностью 1-3 минуты.

Режим двигательной активности в группе общеразвивающей направленности для детей от 3 до 4 лет

Формы организации.	Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.
Зарядка, утренняя гимнастика.	Ежедневно, 5-6 мин.				
Динамические перемены между занятиями.	Ежедневно, 10 мин.				
Физкультурные занятия.	15 мин		15 мин		15 мин
Музыкальные занятия.		15 мин		15 мин	
Упражнения после дневного сна.	Ежедневно, 5 мин.				
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня:	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15-20 мин.				
а) Подвижные игры, Спортивные игры.					
б) Спортивные упражнения, Физкультурные упражнения на прогулке.					
в) Физминутки (в середине статического занятия).	Ежедневно, 5 мин.				
Активный отдых:				2 раза в месяц.	
а) Спортивные развлечения.					
б) Спортивные праздники.	1 раз в квартал.				

в) День здоровья.	1 раз в квартал.
Неделя здоровья.	Каникулы.
Самостоятельная двигательная деятельность: а) самостоятельное использование физкультурного и спортивно – игрового оборудования; б) самостоятельные подвижные и спортивные игры.	Ежедневно.

Режим двигательной активности в группе общеразвивающей направленности для детей от 4 до 5 лет

Формы организации.	Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.
Зарядка, утренняя гимнастика.	Ежедневно, 5-6 мин.				
Динамические переменки между занятиями.	Ежедневно, 10 мин.				
Физкультурные занятия.	20 мин		20 мин		20 мин
Музыкальные занятия.		20 мин		20 мин	
Упражнения после дневного сна.	Ежедневно, 5 мин.				
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня:	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15-20 мин.				
а) Подвижные игры, Спортивные игры.					
б) Спортивные упражнения, Физкультурные упражнения на прогулке.					
в) Физминутки (в середине статического занятия).	Ежедневно, 5 мин.				
Активный отдых:				2 раза в	
а) Спортивные развлечения.				месяц.	
б) Спортивные праздники.	1 раз в квартал.				
в) День здоровья.	1 раз в квартал.				
Неделя здоровья.	Каникулы.				
Самостоятельная двигательная деятельность: а) самостоятельное использование физкультурного и спортивно – игрового оборудования; б) самостоятельные подвижные и спортивные игры.	Ежедневно.				

Режим двигательной активности в группе общеразвивающей направленности для детей от 5 до 6 лет

Формы организации	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Зарядка, утренняя гимнастика	6 - 8 мин	6 - 8 мин	6 - 8 мин	6 - 8 мин	6 - 8 мин

Динамические переменки между занятиями	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Физкультурные занятия	25 мин		25 мин		25 мин
Музыкальные занятия		25 мин		25 мин	
Упражнения после дневного сна	5 – 10 мин	5 – 10 мин	5 – 10 мин	5 – 10 мин	5 – 10 мин
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня:	<p>Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20 - 25 мин</p> <p>1 – 3 в зависимости от вида и содержания занятия</p> <p>Ежедневно 5 минут</p>				
а) Подвижные игры Спортивные игры					
б) Спортивные упражнения Физкультурные упражнения на прогулке					
в) Физминутки (в середине статического занятия)					
Активный отдых:				2 раз в месяц 20 - 25 мин	
а) Спортивные развлечения					
б) Спортивные праздники	2 раза в квартал				
в) День здоровья	1 раз в квартал				
Неделя здоровья	Каникулы				
Самостоятельная двигательная деятельность:	<p>Ежедневно.</p> <p>Ежедневно.</p>				
а) самостоятельное использование физкультурного и спортивно – игрового оборудования					
б) самостоятельные подвижные и спортивные игры					

Режим двигательной активности в группе общеразвивающей направленности для детей от 6 до 7 лет

Формы организации	Время
Утренняя гимнастика	10-12 мин
Хороводная игра или игра средней подвижности	3-5 мин
Физминутка во время занятия	2-3 мин

Динамическая пауза между занятиями (если нет физкультуры или музыки)	5 мин
Подвижная игра на прогулке	15-20 мин
Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	10-15 мин
Динамический час на прогулке	35 мин
Физкультурные занятия	30 мин
Гимнастика после дневного сна	5-10 мин
Спортивные развлечения	40-50 мин 1 раз/мес
Спортивные праздники	60-90 мин 2/год
Неделя здоровья	Осень Весна
Подвижные игры во 2 половине дня	15-20 мин
Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно

3.6.Расписание занятий по физическому развитию в летний оздоровительный период.

	Группа общеразвивающей направленности для воспитанников от 3 до 4 лет	Группа общеразвивающей направленности для воспитанников от 4 до 5 лет	Группа общеразвивающей направленности для воспитанников от 5 до 6 лет	Группа общеразвивающей направленности для воспитанников От 6 до 7 лет
Понедельник	Утренняя гимнастика на улице - 07.40 – 07.50		Утренняя гимнастика на улице - 08.00 – 08.10	
	Занятие (на улице) 10.15 – 10.30	Занятие (на улице) 10.35 – 10.55	Занятие в зале 09.00 – 09.25	Занятие в зале 09.35 – 10.05
Вторник	Утренняя гимнастика на улице - 07.40 – 07.50		Утренняя гимнастика на улице - 08.00 – 08.10	
Среда	Утренняя гимнастика на улице - 07.40 – 07.50		Утренняя гимнастика на улице - 08.00 – 08.10	
	Занятие в зале 09.00 – 09.15	Занятие в зале 09.25 – 09.45	Занятие на улице 11.00 – 11.25	Занятие в зале 09.55 – 10.25
	Спортивный досуг (нечетные среды) 16.25 – 16.40	Спортивный досуг (четные среды) 15.15 – 15.35	Спортивный досуг (нечетные среды) 15.45 – 16.10	Спортивный досуг (четные среды) 15.45 – 16.15
Пятница	Утренняя гимнастика на улице - 07.40 – 07.50		Утренняя гимнастика на улице - 08.15 – 08.25	
	Занятие в зале 09.00 – 09.15	Занятие в зале 09.25 – 09.45	Занятие в зале 09.55 – 10.20	Занятие на улице 11.00 – 11.25

Расписание занятий по физическому развитию в холодный период

	Группа общеразвивающей направленности для воспитанников от 3 до 4 лет	Группа общеразвивающей направленности для воспитанников от 4 до 5 лет	Группа общеразвивающей направленности для воспитанников от 5 до 6 лет	Группа общеразвивающей направленности для воспитанников От 6 до 7 лет
Понедельник	Утренняя гимнастика - 07.40 – 07.50		Утренняя гимнастика - 08.00 – 08.10	
	Занятие 8.40 – 8.55	Занятие 9.05 – 9.25	Занятие 09.35-10.00	Занятие 10.10-11.40
Вторник	Утренняя гимнастика - 07.40 – 07.50		Утренняя гимнастика - 08.00 – 08.10	
Среда	Утренняя гимнастика - 07.40 – 07.50		Утренняя гимнастика - 08.00 – 08.10	
	Занятие 8.40 – 8.55 Спортивный досуг (нечетные среды) 16.30 – 16.45	Занятие 9.05 – 9.25 Спортивный досуг (четные среды) 16.30 – 16.45	Занятие 09.35-10.00 Спортивный досуг (нечетные среды) 15.50 – 16.15	Занятие 10.10-11.40 Спортивный досуг (четные среды) 15.50 – 16.20
Пятница	Утренняя гимнастика - 07.40 – 07.50		Утренняя гимнастика - 08.00 – 08.10	
	Занятие 8.40 – 8.55	Занятие 9.05 – 9.25	Занятие 09.35-10.00	Занятие 10.10-11.40

3.7. Учебный план по реализации рабочей программы

<u>Формы педагогической работы</u>	Группа общеразвивающей направленности для детей от 3 до 4 лет	Группа общеразвивающей направленности для детей от 4 до 5 лет	Группа общеразвивающей направленности для детей от 5 до 6 лет	Группа общеразвивающей направленности для детей от 6 до 7 лет
Физкультурные занятия в зале	3 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
Физкультурные занятия на воздухе.		1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю
Форма организации занятия	Фронтальное	Фронтальное	Фронтальное	Фронтальное
Объем (время)	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин
Количество в неделю	3 раза	3 раза	3 раза	3 раза
Количество в месяц	12 раз	12 раз	12 раз	12 раз
Количество в год	108	108	108	108
Утренняя гимнастика		5-6 мин	6-8 мин	10-12 мин
Физкультурные развлечения	2-а раза в месяц, по средам			
Спортивные праздники		Не менее 2-х раз в год		
День здоровья	2-а раза в год (сентябрь, май)			

3.8. Организация развивающей предметно – пространственной среды в спортивном зале.

Развивающая предметно-пространственная среда физкультурного зала содержательно **насыщена** и соответствует разным возрастным возможностям детей ГБДОУ №12. Образовательное пространство физкультурного зала оснащено необходимым оборудованием: спортивным инвентарём для ОРУ (общеразвивающие упражнения), для подвижных игр, для ходьбы, бега, для ползания и лазания, для катания, бросания, ловли, для проведения эстафет, для внедрения здоровьесберегающих технологий (для комплекса закаливающих мероприятий - тактильные дорожки, «дорожки здоровья»; для проведения ЛФК - фитболы, мешочки с песком, колючие мячики для массажа, массажные «кочки» и т.д.)

Всё пространство предметно развивающей среды физкультурного зала **безопасно**, соответствует санитарно-гигиеническим требованиям, правилам пожарной безопасности. Имеются справки о ежегодном прохождении испытаний физкультурного оборудования.

Пространство физкультурного зала **трансформируется** в зависимости от возрастных особенностей детей и тематики занятий, соответствующей программе, в том числе отменяющихся интересов и возможностей детей.

Например, октябрь старшая группа («Осенний калейдоскоп» - ОРУ (общеразвивающие упражнения) с палкой, ходьба по скамейке с мешочком на голове, пролезание в обруч и т.д.) («Новогоднее приключение»)-кубики, наклонная доска, гимнастическая скамейка. Большие обручи, клюшка, шайба
Декабрь, старшая группа («Новогоднее приключение»)-кубики, наклонная доска, гимнастическая скамейка, большие обручи, клюшка, шайба, средние колючие мячи).

Игры, оборудование физкультурного зала, спортивный инвентарь физкультурного зала **полифункциональны**, и пригодны для использования в разных видах детской активности.

Например, индивидуальные коврики для детей можно использовать как коврики, для занятий ОРУ, ЛФК и т.д., а также как «лодку» для «плавания и гребли», а также как «ковёр-самолёт» для досугов и тематических занятий и т.д.

Гимнастическая скамейка может использоваться как гимнастическая скамейка для спортивных упражнений, как «мостик» в тематических занятиях, как «домик» для персонажей игр и сказок, как «бревно» для гимнасток, как большая «лодка», если на неё сесть друг за другом всей группе детей, как «препятствие» в полосе препятствий, как разграничение пространства и т.д.

Коврик массажный для массажа стоп, как «кочки» в играх, как «ёжики» в тематических занятиях и т.д.

Мячик «арабский» для ОРУ, как «колобок» в тематических занятиях, как «эстафетный мячик» в эстафетах.

Мягкие модули для полосы препятствий, как разграничение пространства, как «домики», «машинки», «лодки», «паровозики», «лошадки» в тематических занятиях и т.д.

Фитболы как «мячи», «лошадки», как «паровозики», для ОРУ, для ЛФК, для эстафет и подвижных игр. Обручи для ОРУ, как «домики» в подвижных играх, в эстафетах и т.д.

В физкультурном зале организовала различные пространства (для подвижных игр, для эстафет, для спортивных игр, для лазания, для ползания, для уединения), наполненные разнообразным спортивным оборудованием, спортивным инвентарём, музыкальным центром, игрушками, играми и обеспечивающими свободный выбор детей.

Игровой материал периодически меняется, появляются новые предметы стимулирующие игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей (например, игрушки для сюрпризных моментов, мячи с шипами, фитболы, настенные игры, кегли), таким образом развивающая среда физкультурного зала является **вариативной**.

Все игры и пособия в физкультурном зале **доступны** всем детям, в том числе с ограниченными возможностями здоровья. В физкультурном зале имеется свободный доступ детей, в том числе с ограниченными возможностями здоровья к играм, игрушкам, материалам, пособиям, спортивному инвентарю, обеспечивающим все основные виды детской активности (например, во время физкультурного занятия

все дети в равной мере пользуются спортивными снарядами, спортивным инвентарём, игрушками, пособиями в зависимости от тематики программы).

Предметно развивающая среда спроектирована в соответствии с программой, реализуемой в ДООУ **Созданы условия реализации образовательных областей.** В каждой группе имеются спортивные уголки, которые соответствуют возрасту, гендерным особенностям, особенностям физического, речевого развития. Развивающая предметно-пространственная среда спортивного уголка содержательно **насыщена** и соответствует разным возрастным возможностям детей группы, **трансформируется** в зависимости от возрастных особенностей детей и тематики занятий, игры, спортивный инвентарь спортивного уголка **полифункциональны**, и пригодны для использования в разных видах детской активности, развивающая среда спортивного уголка является **вариативной** (так как игровой материал периодически меняется), все игры и пособия в спортивном уголке **доступны** всем детям, всё пространство спортивного уголка **безопасно**.

Комплектация уголков:

Во всех возрастных группах имеется

1. Теоретический материал:

- картотека подвижных игр
- картотека малоподвижных игр
- картотека физкультминуток
- картотека бодрящих гимнастик
- атрибуты для подвижных и малоподвижных игр: эмблемы, маски, оборудование (например – мячики)
- для профилактики плоскостопия и развития мелкой моторики рук:
- мешочки с крупой (бобы, горох, фасоль и т. д.) в разных формах для ходьбы;
- коврики и массажные дорожки с рельефами, «ребрами», резиновыми шипами и т. д. ;
- бросовый материал (шишки, яйца от киндер сюрпризов и т. д.) для захвата и перекладывания с места на место стопами и пальцами ног.
- нестандартное оборудование, сделанное своими руками;
- мячики – ежики;
- мешочки с разной крупой для рук;
- картотека считалок (II младшая группа во II половине года) ;
- иллюстрированный материал по зимним видам спорта (средняя группа во II половине года) ;
- иллюстрированный материал по летним видам спорта (средняя группа во II половине года) ;
- символика и материалы по истории Олимпийского движения (средняя группа во II половине года) ;
- сведения о важнейших событиях спортивной жизни страны (старшие группы) .

2. Игры (средние и старшие группы) :- дидактические игры о спорте: настольно-печатные игры, парные картинки, лото, домино, лабиринт, разрезные картинки, пазлы, игры с фишками и т. д. - спортивные настольные игры (хоккей, баскетбол, футбол и т. д.) .

- эспандер (средний и старший возраст) .

3. Для игр и упражнений с прыжками:

- скакалки;
- обручи;
- шнуры;

4. Для игр и упражнений с бросанием, ловлей, метанием:

- кольцоброс;

- мячи резиновые разных размеров;
- попрыгунчики (средние и старшие группы) ;
- мячи или мешочки с песком для метания (средние и старшие группы) ;
- корзины для игр с бросанием;
- мишень для метания (средний и старший возраст) ;
- кегли;
- нестандартное оборудование.

IV. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.

4.1. Краткая презентация рабочей программы.

Рабочая программа по образовательной области «Физическое развитие» разработана в соответствии с ООП «ГБДОУ детский сад 12 Адмиралтейского района», в соответствии с введением в действие ФГОС ДО.

Рабочая программа по развитию детей обеспечивает разностороннее развитие детей в возрасте от 3 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей.

За основу рабочей программы взяты методические рекомендации Л. И. Пензулаевой «Физкультурные занятия в детском саду», «Физкультурно-оздоровительная работа» под ред. Васильевой М.А, они не противоречат с задачами основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Веракса, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, в которой прописан раздел по физическому воспитанию детей и приобщения их к здоровому образу жизни.

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

Содержание образовательной области «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 наносящим 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.).

Программа разработана в соответствии с **нормативно-правовыми документами**, регламентирующими функционирование системы дошкольного образования в РФ:

Цели и задачи реализации Программы

Основные цели и задачи:

- **Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:**
 - Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.
- **Физическая культура:**
 - Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.
 - Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

- Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.
- Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту

Формы работы:

- Занятия;
- Утренняя гимнастика;
- Игра;
- Беседа;
- Рассматривание;
- Спортивные и физкультурные досуги;
- Спортивные состязания;
- Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера;
- Проектная деятельность;
- Проблемная ситуация;
- Экспериментирование.
- Самостоятельная двигательная активность детей.
- Подвижные игры на свежем воздухе.
- Ходьба по «дорожкам здоровья».
- Обязательное проведение утренней гимнастики, физкультминуток на свежем воздухе.

Так же используются нетрадиционные методы:

- пальчиковая гимнастика
- дыхательная гимнастика
- зарядка для глаз
- Су-Джок терапия
- фитбол - гимнастика
- точечный массаж
- релаксация

Варианты проведения физкультурных занятий:

- Занятия по традиционной схеме
- Занятия, состоящие из набора подвижных игр большой, средней и малой интенсивности
- Занятия-тренировки в основных видах движений
- Ритмическая гимнастика
- Занятия-соревнования, где дети в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей
- Занятия-зачёты, во время которых дети сдают физкультурные нормы
- Сюжетно-игровые занятия

4.2. Приложение.

4.2.1. Подборка электронных образовательных ресурсов для работы педагогов дошкольных образовательных учреждений

НАЗВАНИЕ	АДРЕСОВАНОСТЬ	ССЫЛКА URL/ КРАТКАЯ АННОТАЦИЯ РЕСУРСА	СТАТУС РЕСУРСА
Урок для родителей	родителям	http://www.safety.mts.ru/ru/deti_v_internete/for_adults/lessons/ Компания МТС совместно с факультетом психологии МГУ имени М.В. Ломоносова и Фонда развития Интернет разработали курс для родителей «Дети в интернете».	Спонсорский МТС
Галка-игралка	родителям	https://www.galka-igralka.ru/ Развивающие игры-занятия для мам и детей от 0 до 5 лет	частный, есть платные пакеты
Мерсибо	детям и родителям	https://mersibo.ru/ Развивающие и коррекционные игры, квесты для детей дошкольного и младшего школьного возраста	Развивающий портал mersibo.ru Общество с ограниченной ответственностью «Мерсибо» Частный, платный
Quick, Draw!	Родителям и детям	https://quickdraw.withgoogle.com/ Браузерный симулятор рисования от Google. Игроку называют любое слово, которое он должен нарисовать за 20 секунд. Если нейронная сеть не найдет связи между рисунком и словом, раунд считается проигранным.	Бесплатно, реклама отсутствует
Лаборатория юного рассказчика	Детям от 5 лет	https://vk.com/lab_creator Онлайн - обучение детей придумывать собственные истории и делиться ими с миром. Даже если они еще не	Запись на вебинары, работа с детьми онлайн в подгруппах

		умеют писать.	
Подборка команд общения с Искусственным интеллектом “Алиса”	для детей, под контроле м взрослых.	https://dialogs.yandex.ru/store/categories/kids Подборка голосовых команд для составления диалога с искусственным интеллектом “Алиса”-Яндекс. Рассказ сказок, загадки, поговорки, игры и т.д	Бесплатная, комплексная платная подписка на сервисы для доступа без рекламы
«Интернет-Гномик»	Сайт для детей и родителей	https://i-gnom.ru/ Данный ресурс полезен не только детям но и их родителям. Предлагается изучить информацию о познавательном развитии ребенка дошкольника, статьи, различные материалы, развивающие игры для детей. Есть родительский форум, который регулярно пополняется новыми темами и событиями	Бесплатно
Центр семьи и детства	Сайт для будущих мам и семей с детьми раннего возраста	http://www.rastem.ru/ Сайт просветительского характера и ориентирован на молодых мам. Особое место уделено наличию бесплатной библиотеке и возможности изучить психолого-педагогическую литературу по вопросу раннего развития детей от 0 до 3-х лет. книги скачиваются в доступном формате. Библиотека постоянно обновляется. особый раздел игры и занятия для детей от 0 до 3 лет. Простые и понятные инструкции позволяют без специальной подготовки поиграть и развлечь детей.	Статус и поддержка сайта не определена, не известны конкретные спонсоры
РАСКРАС КА.КОМ сделай мир —цветным	Сайт для детей и родителей	Raskraska.com Ресурс посвящен только раскраскам. Раскраски на любой вкус и для детей всех возрастов - раскраски из мультфильмов и раскраски из фильмов, раскраски из сказок, комиксов и передач. Раскраски для девочек и раскраски	Статус и поддержка сайта не определена, не известны конкретные спонсоры

		для мальчиков. Разные и много. На сайте есть как раскраски онлайн, так и раскраски доступные для скачивания.	
Персональные данные .дети	Проект для родителей	<p>http://xn--80aalcbc2bocdadlpp9nfk.xn--d1acj3b/</p> <p>Проект ориентирован на повышение компетентности в области персональных данных детей. Здесь представлены различные материалы, которые были разработаны специалистами Роскомнадзора, не только для педагогов и родителей, которые хотят помочь детям понять важность конфиденциальности личной жизни при использовании цифровых технологий, но также для школьников, которые с легкостью используют среду Интернет.</p>	Поддержка Роскомнадзора
Веб Ландия. Лучшие сайты для детей	Сайт для детей и родителей	<p>https://web-landia.ru/</p> <p>Ресурс представляет собой 1695 проверенных сайтов, которые можно использовать для игры, развлечения и обучения. Даже самый притязательный родитель найдет что-то интересное и полезное для себя. 3D-модели динозавров и познавательные онлайн игры, кулинарные рецепты и лучшие подборки поделок, интерактивные азбуки и полноценный литературоведческий анализ произведений из школьной программы, биографии известных личностей и историю археологических открытий, виртуальные экскурсии по мировым музеям.89ш32угшш8</p>	Портал создан Российской государственной детской библиотекой при поддержке Министерства культуры РФ и компании «Билайн».

Твой ребенок.ру	Сайт для родителей	<p>http://www.tvoyrebenok.ru/</p> <p>Сайт адресован родителям современного ребенка дошкольного возраста. Для удобства использования, сайт для родителей разбит на тематические разделы, в которых приводится информация по тем или иным аспектам рождения, развития, воспитания детей. Обновление детского сайта происходит еженедельно. Представлен качественный иллюстративный материал и мультимедийный архив.</p>	Проект поддерживается Информационно-маркетинговым центром "Абрамовский и Партнеры"
Лукошко сказок	Сайт для родителей и детей	<p>https://lukoshko.net/</p> <p>Сайт ориентирован на детей и предлагает сказки, стихи и рассказы для детей. Здесь можно найти русские народные сказки и сказки других народов, сказки известных писателей-сказочников, рассказы о животных, стихи и песни для детей. Есть функция «Словарь» - возможность ввести слова, которые помогут понять значения непонятных слов, встречающихся в сказках.</p>	Статус и поддержка сайта не определена, не известны конкретные спонсоры
Мурзилка. ежемесячный журнал для детей от 6-12 лет	Сайт для родителей и детей	<p>https://murzilka.org/glossary/detskaya_gazeta/</p> <p>Сайт посвящен одному из детских журналов которому в 2019 году исполнилось 95 лет. Уникальность ресурса заключается в том, что в «Мурзилке» печатаются сказки, сказочные повести, рассказы, пьесы, стихи, в том числе и авторские детские произведения. Авторы «Мурзилки» - это писатели, художники и классики детской литературы. Каждый месяц обновляется список новых рассказов и конкурсов для детей и их родителей.</p>	ООО "Редакция журнала "Мурзилка"

Книгоход. Всё о детских книгах	для родителей , педагогов	https://instagram.com/knigohod?igshid=asyshh7r2ghk Обзоры, подборки, анонсы, рекомендации по книгам для детей российских, советских и зарубежных авторов	Профиль сообщества.
Бэби пикассо	Для родителей , педагогов	https://instagram.com/baby_picasso?igshid=1lbn8e1ymbs06 Искусство и творчество, совместное рисование. Наборы занятий по книгам и мультфильмам.	Частный профиль.

	Ссылка	Краткое содержание
1.	https://www.igraemsa.ru/	Играемся — детские развивающие онлайн-игры
2.	http://igraem.pro/	Детские развивающие онлайн-игры
3.	https://learningapps.org/	Интерактивные игры, возможность ДО, создания профиля для воспитанника
4.	http://learningapps.org/userapps.php?user=2188	Подборка заданий одного педагога ДООУ
5.	http://www.poznayka.ru	Познайка. Развивающие игры, раскраски, приложения и многое другое для того, чтобы обучаться, играючи.
6.	http://www.playlandia.ru	Развивающие игры для детей от 3 до 6 лет. Простроено по темам (цвета, буквы, цифры, на память, на внимание, на логику) и по возрастам

7.	https://myskills.ru/ https://mcko.ru/articles/2255	МЦКО, сайт Мои достижения - серия развивающих заданий для дошкольников
8.	https://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/doshkolnoe-obrazovanie/konkursy/proekty.html	Городской методический центр (МОСКВА). Образовательные проекты для дошкольников
9.	https://uchi.ru/	Учи.ру
10.	https://reshi-pishi.ru/	«Реши-Пиши» - развивающие задания для дошкольников
11.	https://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/srednyaya-i-starshaya-shkola/fizicheskaya-kultura/anonsy/materialy-dlya-organizatsii-dvigatelnoj-aktivnosti-v-distantsionnom-rezhime.html	Материалы для организации двигательной активности в дистанционном режиме (разработаны «Международной Академией спорта Ирины Винер» и Городским методическим центром Москвы)
12.	https://www.facebook.com/gpbu.mospriroda/?ti=as	Мосприрода. Дистанционные экскурсии, конкурсы и т.п.

Название	Ссылка
Мы танцуем мы играем	https://www.youtube.com/channel/UC-PSP6AODGIIk8MTOovHU_Q (регистрация не нужна)
Он-лайн курс «Стань школьником с Робобориком!»	https://roboborik.com/ (регистрация нужна)

<p>Физкультура дома в режиме онлайн видеоуроки для самостоятельных занятий физической культурой. Разработаны «Международной Академией спорта Ирины Винер» и Городским методическим центром</p>	<p>https://m.facebook.com/story.php?story_fbid=2567708490005637&id=201440476632462</p> <p>Вход через facebook</p>
<p>Он-лайн сервис Айкьюша (платный, есть 10 бесплатных заданий в день)</p>	<p>https://iqsha.ru/</p> <p>(регистрация не нужна)</p>
<p>«Развитие ребенка» - развивающие задания для дошкольников</p>	<p>https://childdevelop.ru/worksheets/?fbclid=IwAR3JAKOcc3NhCIWEVIdiIj9m7NWB1woar2pn_CoTkjNOD6x1VTWzy7l6IFI</p> <p>(регистрация не нужна)</p>
<p>«Реши-Пиши» - развивающие задания для дошкольников</p>	<p>https://m.facebook.com/story.php?story_fbid=1324083641108432&id=100005204259630</p>
<p>«Легко сказать» - детский тренажер для развития речи в Яндекс.Станции (и других устройствах с Алисой)</p>	<p>https://yandex.ru/alice/legko-skazat</p> <p>Нужна Алиса на любом устройстве (ноутбук, телефон, умная колонка и т.д.)</p>

Мосприрода. Дистанционные экскурсии, конкурсы и т.п.	https://www.facebook.com/gpbu.mospriroda/?ti=as Вход через facebook
Онлайн кинотеатр сказок	https://m.facebook.com/story.php?story_fbid=1324368254413304&id=100005204259630 Вход через facebook

4.2.2. Организация образовательного процесса в особых условиях.

Расписание занятий по физическому развитию

	Группа от 3 до 4 лет	Группа от 4 до 5 лет	Группа от 5 до 6 лет	Группа от 6 до 7 лет
Понедельник	Утренняя гимнастика - 07.50 – 08.00	Утренняя гимнастика - 08.00 – 08.10	Утренняя гимнастика - 08.10 – 08.20	Утренняя гимнастика - 08.20 – 08.30
	Занятие 9.00 – 9.15	Занятие 9.30 – 9.50	Занятие 10.40-11.05	Занятие 11.40-12.10
Вторник	Утренняя гимнастика - 07.50 – 08.00	Утренняя гимнастика - 08.00 – 08.10	Утренняя гимнастика - 08.10 – 08.20	Утренняя гимнастика - 08.20 – 08.30
Среда	Утренняя гимнастика - 07.50 – 08.00	Утренняя гимнастика - 08.00 – 08.10	Утренняя гимнастика - 08.10 – 08.20	Утренняя гимнастика - 08.20 – 08.30
	Занятие 9.00 – 9.15	Занятие 9.30 – 9.50	Занятие 10.25-10.50	Занятие 11.30-12.00
Четверг	Спортивный досуг 1 и 3 неделя месяца 16.30 – 16.45	Спортивный досуг 2 и 4 неделя месяца 16.45 – 17.05	Спортивный досуг 1 и 3 неделя месяца 15.50 – 16.15	Спортивный досуг 2 и 4 неделя месяца 16.00 – 16.30
Пятница	Утренняя гимнастика - 07.50 – 08.00	Утренняя гимнастика - 08.00 – 08.10	Утренняя гимнастика - 08.10 – 08.20	Утренняя гимнастика - 08.20 – 08.30
	Занятие 9.00 – 9.15	Занятие 9.30 – 9.50	Занятие 10.25-10.50	Занятие 11.30-12.00