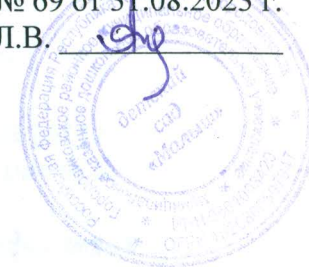


МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД «МАЛЫШ»

Принята на
Педагогическом совете
Протокол № 1 от 30.08.2023г.

Утверждена приказом
Заведующая МКДОУ детский сад «Малыш»
Приказ № 69 от 31.08.2023 г.
Агеева Л.В.



Рабочая программа

образовательной деятельности по реализации образовательной области «Физическое развитие» основной общеобразовательной программы
– образовательной программы дошкольного образования с детьми в возрасте от 3 до 6 лет
на 2023 -2024 учебный год

Разработала: инструктор
по физической культуре
Задубняк Е.С.

г. Городовиковск, 2023 г.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД «МАЛЫШ»

Принята на
Педагогическом совете
Протокол № 1 от 30.08.2023г.

Утверждена приказом
Заведующая МКДОУ детский сад «Малыш»
Приказ № 69 от 31.08.2023 г.
Агеева Л.В. _____

Рабочая программа
**образовательной деятельности по реализации образовательной области “Физическое развитие” основной общеобразовательной программы
– образовательной программы дошкольного образования с детьми в возрасте от 3 до 6 лет
на 2023 -2024 учебный год**

Разработала: инструктор
по физической культуре
Задубняк Е.С.

г. Городовиковск, 2023 г.

Целевой раздел

Целевой раздел

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана в соответствии с Основной образовательной программой дошкольного образования МКДОУ д/с «Малыш» образовательная область «Физическое развитие» направление «Физическая культура»).

1.1.1. Цели и задачи реализации рабочей программы

Цели реализации Программы

Обязательная часть

Целью реализации Программы, которая определена пунктом 14.1. раздела II. Целевой раздел Федеральной программы, является разностороннее развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций.

К традиционным российским духовно-нравственным ценностям относятся, прежде всего, жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, служение Отечеству и ответственность за его судьбу, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России.

Задачи реализации Программы

Обязательная часть

Цель Программы достигается через решение задач, определенных пунктом 14.2. раздела II. Целевой раздел Федеральной программы:

- приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям российского народа - жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей;
 - построение (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;
 - создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
 - охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
 - обеспечение развития физических (силовых, скоростных, в том числе гибкости, выносливости, координации), личностных, нравственных качеств и основ патриотизма.
- накопление и обогащение двигательного опыта у детей и потребности в двигательной активности;
- обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.
 - развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

- развитие интереса к участию в подвижных, спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Задачи реализации Программы в области физического развитие с учетом возраста воспитанников:

От 3 лет до 4 лет.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;
- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;
- формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;
- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;
- закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

От 4 лет до 5 лет.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;
- формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;
- воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;
- укреплять здоровье ребенка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

От 5 лет до 6 лет.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;

- развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;
- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;
- продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
- укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;
- воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

1.1.2. Содержание психолого-педагогической работы.

Содержание психолого-педагогической работы ориентировано на разностороннее развитие дошкольников с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по направлению развития и образования детей, представленным в области «Физическая культура» и включает:

1. Образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности: игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной.
2. Образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных моментов.
3. Самостоятельную деятельность детей.
4. Взаимодействие с семьями детей по реализации основной образовательной программы дошкольного образования.

Образовательная деятельность осуществляется по области:

- физическое развитие (направления: физическая культура (основная гимнастика, подвижные игры, спортивные игры, спортивные упражнения), формирование основ здорового образа жизни; активный отдых).

Формы, способы, методы и средства реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.

Формы, способы, методы и средства реализации программы

<i>Совместная образовательная деятельность педагогов и детей</i>		<i>самостоятельная деятельность детей</i>	<i>образовательная деятельность в семье</i>
<i>непосредственно образовательная деятельность</i>	<i>образовательная деятельность в режимных моментах</i>		
<p>Физкультурные занятия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сюжетно-игровые, - тематические, -классические, -тренирующие, - на тренажерах, - на улице, -походы. <p>Общеразвивающие упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> -с предметами, - без предметов, -сюжетные, -имитационные. <p>Игры с элементами спорта.</p> <p>Спортивные упражнения</p> <p>Восстановительные приемы:</p> <p>стретчинговые, дыхательные, релаксационные, самомассажные, взаимомассажные и кинезиологические упражнения.</p>	<p>Индивидуальная работа с детьми.</p> <p>Игровые упражнения.</p> <p>Игровые ситуации.</p> <p>Утренняя гимнастика:</p> <ul style="list-style-type: none"> -классическая, -игровая, -полоса препятствий, -музыкально-ритмическая, -аэробика, - имитационные движения. <p>Физкультминутки.</p> <p>Динамические паузы.</p> <p>Подвижные игры.</p> <p>Игровые упражнения.</p> <p>Игровые ситуации.</p> <p>Проблемные ситуации.</p> <p>Имитационные движения.</p> <p>Спортивные праздники и развлечения, Дни здоровья.</p> <p>Туристические походы, экскурсии, реализация проектов</p> <p>Гимнастика после дневного сна:</p> <ul style="list-style-type: none"> -оздоровительная, -коррекционная, -полоса препятствий. <p>Упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - корригирующие -классические, - коррекционные. <p>Интегративная деятельность</p> <p>Контрольно-диагностическая деятельность.</p>	<p>Подвижные игры.</p> <p>Игровые упражнения.</p> <p>Имитационные движения.</p> <p>Дидактические игры на спортивную тематику.</p>	<p>Беседа</p> <p>Совместные игры.</p> <p>Походы.</p> <p>Занятия в спортивных секциях.</p> <p>Посещение бассейна.</p>

Способы работы область «Физическое развитие» направление «Физическая культура»

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

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

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

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

Методы и приемы обучения

Наглядные:

- наглядно-зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и спортивного 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.

Организованная образовательная деятельность по реализации образовательной области «Физическое развитие» осуществляется в следующих формах:

- в традиционной форме (вводно-подготовительная часть, общие развивающие движения, основные виды движений, подвижные игры);
- в игровой форме (набор подвижных игр большой, средней и малой интенсивности или с элементами спортивных игр);
- по принципу круговой тренировки;
- в форме соревнования, где дети в ходе различных эстафет команды выявляют победителей;
- в форме проектной деятельности;
- в форме занятия с элементами фитнес технологий (стретчинга, упражнений с фитболом, ритмических движений под музыкальное сопровождение);
- в форме самостоятельного задания, когда ребенку предлагается вид движений, дается определенное время, и он самостоятельно тренируется, после чего проверяется выполнение задания.

В каждой возрастной группе один раз в месяц проводится развлечение или досуг с использованием познавательных бесед, где детям даются представления о строении собственного тела, назначении органов, о том, что полезно и вредно для человеческого организма, а также прививаются элементарные навыки по уходу за собой и оказанию первой помощи.

1.2. Планируемые результаты освоения Программы

Планируемые результаты от 3 лет до 4 лет.

Основные движения:

Ребенок умеет прокатывать двумя руками мяч большого диаметра вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади; скатывает мяч по наклонной доске; уверенно прокатывает мяч товарищу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях; прокатывает мяч в воротца, под дугу, стоя в парах; при ходьбе вдоль скамейки, прокатывает по ней мяч двумя и одной рукой; умеет произвольно прокатывать обруч и ловить его, имеет навык бросания мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой; получается подбрасывать мяча вверх и ловля его; умеет при отбивании мяча о землю его ловить; умеет в паре бросать и ловить мяч; справляется с бросанием, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз, с расстояния 1,5 м; владеет умением метания вдаль; справляется с перебрасыванием мяча через сетку;

владеет навыком ползания на четвереньках на расстояние 4 – 5 – 6 м до кегли (взять ее, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой); по гимнастической скамейке, за катящимся мячом; может проползти на четвереньках под 3 – 4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м); при ползании по доске на четвереньках опирается на ладони и ступни; лазает произвольным способом (не пропуская реек) на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку и спускается с нее; умеет подлезать под дугу, не касаясь руками пола;

выполняет ходьбу в заданном направлении, небольшими группами, друг за другом по ориентирам (по прямой, по кругу, обходя предметы, в рассыпную, «змейкой», с поворотом и сменой направления); на носках; высоко поднимая колени, перешагивая предметы, с остановкой по сигналу; парами друг за другом, в разных направлениях; с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше); по наклонной доске; в чередовании с бегом;

ребенок освоил бег группами и по одному за направляющим, в рассыпную, со сменой темпа; по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; убежание от ловящего, может поймать убегающего; бегают в течение 50 – 60 сек; справляется с быстрым бегом на 10 – 15 м; и медленным бегом на 120 – 150 м;

ребенок умеет прыгать на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2 – 3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону); в длину с места (не менее 40 см); через 2 линии (расстояние 25 – 30 см), из обруча в обруч (плоский) по прямой; через 4 – 6 параллельных линий (расстояние 15 – 20 см); спрыгивает с высоты 10 – 15 см., перепрыгивает через веревку (высота 2 – 5 см);

сохраняет равновесие: при ходьбе по прямой и извилистой дорожке (ширина 15 – 20 см, длина 2 – 2,5 м), обычным и приставным шагом; по гимнастической скамье, по ребристой доске, наклонной доске; перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу; по шнуру, плоскому обучу, лежащему на полу, приставным шагом; с выполнением заданий (присесть, встать и продолжить движение); на носках, с остановкой.

Общеразвивающие упражнения:

Ребенок правильно выполняет упражнения для развития и укрепления мышц плечевого пояса: поднимает и опускает прямые руки вперед, отводит их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно); перекладывает предмет из одной руки в другую; может выполнять хлопки над головой и перед собой; махи руками; упражнения для кистей рук;

малыш освоил потягивание, приседание, обхватив руками колени; наклоны вперед и в стороны; может сгибать и разгибать ноги из положения сидя; поднимать и опускать ноги из положения лежа; поворачивается со спины на живот и обратно;

дошкольник поднимает и опускает ноги, согнутые в коленях; приседает с предметами, поднимается на носки; выставляет ноги вперед, в сторону, назад;

с удовольствием выполняет музыкально-ритмические упражнения: ритмическую ходьбу и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом; умеет поочередно выставлять ногу вперед, на пятку, притопывать, может красиво присесть "пружинкой", выполняет кружение в разные стороны; при выполнении имитационных движений старается передать настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и так далее).

Строевые упражнения:

Умеет строиться в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам; выполняет перестроение в колонну по два, в рассыпную, смыкание и размыкание обычным шагом, повороты направо и налево переступанием.

ребенок повторяет за педагогом упражнения из разных исходных положений (стоя, ноги слегка расставлены, ноги врозь, сидя, лежа на спине, животе, с заданным положением рук), с предметами (кубики двух цветов, флажки, кегли и другое).

Подвижные игры:

ребенок старается действовать сообща с другими детьми, соблюдает правила, бегают, не наталкиваясь друг на друга, не толкает товарища, начинает и заканчивает действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигается определенным способом и в заданном направлении, придает своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает).

Элементы спортивных упражнений:

умеет катать санки по прямой, перевоза игрушки или за другими детьми, и кататься самостоятельно с невысокой горки.

самостоятельно катается на трёхколёсном велосипеде по прямой, по кругу, выполняет повороты направо, налево.

Активный отдых.

Активно участвует в физкультурных досугах и праздниках.

Планируемые результаты от 4 лет до 5 лет.

Основные движения:

Ребенок умеет прокатывать мяч между линиями, шнурами, палками (длина 2 - 3 м), положенными (на расстоянии 15 - 20 см одна от другой), огибая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70 - 80 см; выполняет прокатывание обруча педагогу, может удержать обруч, катящегося от педагога; прокатывает обруч друг другу в парах; выполняет упражнение подбрасывает мяч вверх и ловит его после удара об пол; перебрасывает мяч другу в кругу; выполняет бросок мяча двумя руками из-за головы стоя; умеет прокатывать мяч по наклонной доске, попадая в предмет; может отбить мяч правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд; справляется с подбрасыванием и ловля мяча не менее 3 - 4 раз подряд; умеет бросать мяч двумя руками из-за головы, сидя; уверенно бросает вдаль; попадает в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2 - 2,5 м;

умеет ползать на четвереньках "змейкой" между расставленными кеглями, по наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; справляется с проползанием в обручи, под дуги; залезает на гимнастическую стенку и спускается с нее, не пропуская реек; переходит по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1 - 2 рейки, ползает на четвереньках с опорой на стопы и ладони; подлезает под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком;

дошкольник выполняет ходьбу в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг, "змейкой", с остановкой по сигналу, в противоположную сторону; со сменой ведущего; в чередовании с бегом, прыжками; приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте; с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной);

умеет бегать в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени; обегая предметы; на месте; бег в рассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; в парах; по кругу, держась за руки; со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; выполняет непрерывный бег 1 - 1,5 мин; пробегает 30 - 40 м в чередовании с ходьбой 2 - 3 раза; медленный бег 150 - 200 м; бег на скорость 20 м; челночный бег 2x5 м; бегают в рассыпную с ловлей и увертыванием;

выполняет прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь, стараясь достать предмет, подвешенный над головой; подпрыгивает на двух ногах с продвижением вперед на 2 - 3 м; перепрыгивает через шнур, плоский кубик (высота 5 см), через 4 - 6 линий (расстояние между линиями 40 - 50 см); может выполнить 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; умеет прыгать в длину с места; спрыгивать со скамейки; старается справиться с прямым галопом; делает попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой;

сохраняет равновесие при ходьбе по доске, по скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны); выполняет поворот при ходьбе по доске до конца и обратно; умеет ходить по наклонной доске вверх и вниз; сохраняет равновесие при стойке на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе; умеет пробегать по наклонной доске вверх и вниз; справляется с ходьбой по доске и расхождением вдвоем на ней; не теряет равновесие при кружении в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны.

Общеразвивающие упражнения:

Уверенно выполняет упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью); перекладывает предмет из одной руки в другую; сгибает и разгибает руки, выполняет махи руками; сжимает и разжимает кисти рук, вращает кистями; выполняет упражнения пальчиковой гимнастики; повороты головы вправо и влево, наклоны головы;

правильно выполняет упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: наклоны вперед, вправо, влево, повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя; поочередно поднимает ноги из положения, лежа на спине, на животе, стоя на четвереньках;

старательно справляется с упражнениями: сгибание и разгибание ног; отведение ноги вперед, в сторону, назад; выставление ноги на пятку (носок); приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны; поднимание на носки и опускание на всю ступню; захватывание стопами и перекладывание предметов с места на место.

Умеет выполнять общеразвивающие упражнения из разных исходных положений, в разном темпе (медленном, среднем, быстром) с предметами и без них.

Ритмическая гимнастика:

Может выполнить ритмическую ходьбу под музыку в разном темпе; на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком, прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку; старается правильно выполнить постановку ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное "выбрасывание" ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками.

Строевые упражнения:

Уверенно выполняет построение в колонну по одному, по два, по росту, врассыпную; умеет размыкаться и смыкаться на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без ориентира; перестраивается из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении; старается правильно выполнить повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.

Подвижные игры:

Старается правильно играть роль водящего, ориентируется в предлагаемом игровом пространстве, может организовать знакомые игры с небольшой группой сверстников; выполняет правила, творчески подходит к игре придумывает и комбинирует движения в игре.

Спортивные упражнения:

Выполняет подъем с санками на гору, скатывается с горки, может тормозить при спуске, прокатить на санках друга. Может кататься на самокате по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью.

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

Активный отдых.

Активно участвует в подвижных играх, играх с элементами соревнования, аттракционах, знает подвижные игры народов России, старается красиво выполнять музыкально-ритмические и танцевальные упражнения.

Планируемые результаты от 5 до 6 лет.

Основные движения:

Уверенно прокатывает мяч по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой); прокатывает обруч, бежит за ним и ловит его; прокатывает набивной мяч; передает мяч друг другу стоя и сидя, в разных построениях; перебрасывает мяч друг другу и ловит его разными способами стоя и сидя, в разных построениях; отбивает мяч об пол на месте 10 раз; может вести мяч 5 - 6 м; метает в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метает вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); перебрасывает мяч из одной руки в другую; подбрасывает и ловит мяч одной рукой 4 - 5 раз подряд; перебрасывает мяч через сетку, забрасывает его в баскетбольную корзину;

ползает на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени), ползает на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3 - 4 м), "змейкой" между кеглями; переползает через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле; ползает на животе; ползает по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползает на четвереньках по скамейке назад; проползает под скамейкой; лазает по гимнастической стенке чередующимся шагом;

выполняет ходьбу обычным шагом, с заданиями: на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3 - 4 м; умеет ходить "змейкой" без ориентиров; в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты;

бегает в колонне по одному, "змейкой", с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих; бегают с пролезанием в обруч; с ловлей и увертыванием; высоким подниманием коленей; между расставленными предметами; группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих; в

заданном темпе, обегая предметы; мелким и широким шагом; справляется с непрерывным бегом 1,5 - 2 мин; медленным бегом 250 - 300 м; быстрый бегом 10 м 2 - 3 - 4 раза; челночным бегом 2 x 10 м, 3 x 10 м; пробегает на скорость 20 м; пробегает под вращающейся скакалкой;

подпрыгивает на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь; на одной ноге; подпрыгивает с хлопками перед собой, над головой, за спиной; подпрыгивает с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок; перепрыгивает с места предметы высотой 30 см; спрыгивает с высоты в обозначенное место; подпрыгивает на месте 30 - 40 раз подряд 2 раза; подпрыгивает на одной ноге 10 - 15 раз; прыгает на двух ногах с продвижением вперед на 3 - 4 м; на одной ноге (правой и левой) 2 - 2,5 м; перепрыгивает боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); впрыгивает на возвышение 20 см двумя ногами; прыгает в длину с места; в высоту с разбега; в длину с разбега;

умеет перешагивать и прыгать через неподвижную скакалку (высота 3 - 5 см); перепрыгивает через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом; прыгает через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку;

умеет сохранять равновесие при ходьбе по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой; выполняет стойку на гимнастической скамье на одной ноге; поднимается на носки и опускается на всю стопу, стоя на скамье; пробегает по скамье; может выполнить расхождение вдвоем на лежащей, на полу доске; ходит по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); выполняет приседание после бега на носках, руки в стороны; умеет кружиться парами, держась за руки; выполняет упражнение "ласточка".

Общеразвивающие упражнения:

Правильно выполняет упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимает руки вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно); махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя; перекладывает предмет из одной руки в другую впереди и сзади себя; поднимает руки со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь); умеет сжимать и разжимать кисти рук;

старается правильно выполнять упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: поднимание рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь ее затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине; при выполнении наклонов вперед, касается ладонями пола, умело выполняет наклоны вправо и влево; поднимает ноги, сгибает и разгибает и скрещивает их из исходного положения, лежа на спине;

умеет приседать, обхватывая колени руками; выполняет махи ногами; поочередно поднимает и опускает ноги из положения, лежа на спине, руки в упоре; захватывает предметы ступнями и пальцами ног и перекладывает их с места на место.

уверенно выполняет упражнения из разнообразных исходных положений: сидя, лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги вместе, врозь; руки вниз, на поясе, перед грудью, за спиной). Ребенок умеет самостоятельно комбинировать и придумывать новые общеразвивающие упражнения.

Ритмическая гимнастика:

Выполняет ходьбу и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах, на носках, пружинящим, топающим шагом, "с каблука", вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение); подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружится по одному и в парах, запоминает комбинации из двух-трех освоенных движений.

Строевые упражнения:

Ребенок выполняет строевые упражнения: строится по росту, поддерживает равнение в колонне, шеренге; перестраивается в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестраивается в колонну по трое, в две шеренги на месте и при передвижении; размыкается в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; выполняет повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком; ходьбу "змейкой", расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары.

Подвижные игры:

Активно участвует в сюжетных и несюжетных подвижных играх, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах, оценивает качество движений и соблюдает правила, старается быстро ориентироваться в пространстве, наращивает и удерживает скорость, проявляет находчивость, целеустремленность.

Может оказать помощь товарищу, проявляет инициативу при организации игры с небольшой группой сверстников, младшими детьми; проявляет нравственно-волевые качества, самостоятельность и сплоченность, чувства ответственности за успехи команды, стремится к победе, к преодолению трудностей; придумывает новые варианты игр, может комбинировать движения.

Спортивные игры:

Городки: может бросать битую сбоку, выбивает городки с кона (5 - 6 м) и полукона (2 - 3 м); знает 3 - 4 фигур.

Баскетбола: перебрасывает мяч другому ребенку от груди; ведёт мяч правой и левой рукой; забрасывает мяч в корзину двумя руками от груди; может поддержать игру по упрощенным правилам.

Бадминтон: отбивает волан ракеткой в заданном направлении; старается играть с педагогом.

Элементы футбола: отбивает мяч правой и левой ногой в заданном направлении; ведёт мяч ногой между и вокруг предметов; отбивает мяч о стенку; передаёт мяч ногой друг другу (3 - 5 м); может поддержать игру по упрощенным правилам.

Спортивные упражнения:

Умеет кататься на санках: по прямой, со скоростью, с горки, поднимается с санками в гору, может тормозить при спуске с горки.

Может кататься на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с разворотом, с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила безопасного передвижения.

Формирование основ здорового образа жизни:

Ребенок имеет представление о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Может рассказать о видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие) знает о выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Соблюдает правила безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем и оборудованием) и соблюдает в ходе туристских прогулок.

Активный отдых.

Ребенок имеет представления о туризме как о виде активного отдыха и способе ознакомления с природой и культурой родного края; знает, что необходимо в подборе снаряжения (необходимых вещей и одежды) для туристской прогулки, наблюдает за природой, пытается с помощью взрослого ориентироваться на местности, знает об осторожности в преодолении препятствий.

СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Учебный план программы

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки, продолжительность непрерывной организованной образовательной деятельности определяется Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".

Педагогический процесс предполагает организованное обучение по физической культуре предусмотрено три физкультурных занятия:

2 в спортивном зале и 1 занятие на улице.

<i>Группа</i>	<i>Продолжительность занятия</i>	<i>Количество занятий в неделю</i>	<i>Количество занятий в год</i>
Вторая младшая группа (с 3 до 4 лет)	15	3	
Средняя группа (с 4 до 5 лет)	20	3	
Старшая группа (с 5 до 6 лет)	25	3	

Формы работы	Виды деятельности	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет
Физкультурно - оздоровительная работа в режиме дня	утренняя гимнастика	Ежедневно 10 мин	Ежедневно 10 мин	Ежедневно 10 мин
	подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) – 15-20 мин	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) – 20-25 мин	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) – 25-30 мин
	физкультминутки в середине статического занятия	3-5мин ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5мин ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5мин ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	физкультурный досуг	1 раз в месяц 20 мин 1 раз в месяц во второй половине дня Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы,	1 раз в месяц 20-25 мин Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные	1 раз в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 30 - 40 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты,

		аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения.	упражнения.	музыкально-ритмические упражнения, творческие задания.
	физкультурный праздник		педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1 - 1,5 часов.	педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры
	день здоровья	1 раз в квартал Дни здоровья: в этот день подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия).	1 раз в квартал В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.	1 раз в квартал проводятся оздоровительные мероприятия и туристские прогулки. непродолжительные пешие прогулки и экскурсии с постепенно удлиняющимися переходами - на стадион, в парк, на берег моря и другое. Время перехода в одну сторону составляет 30 - 40

				минут, общая продолжительность не более 1,5 - 2 часов. Время непрерывного движения 20 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут
Самостоятельная двигательная деятельность	самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	

2.2. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей **Обязательная часть**

Содержание образовательной деятельности с детьми от 3 лет до 4 лет

Педагог формирует умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях. Выполнять общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения по показу; создает условия для активной двигательной деятельности и положительного эмоционального состояния детей. Педагог воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания сообща, действуя, в общем для всех темпе. Организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре.

Педагог продумывает и организует активный отдых, приобщает детей к здоровому образу жизни, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки.

Педагог выполняет вместе с детьми упражнения из разных исходных положений (стоя, ноги слегка расставлены, ноги врозь, сидя, лежа на спине, животе, с заданным положением рук), с предметами (кубики двух цветов, флажки, кегли и другое).

Содержание образовательной деятельности с детьми от 4 лет до 5 лет

Педагог формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.

Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.

Педагог обучает разнообразным упражнениям, которые дети могут переносить в самостоятельную двигательную деятельность.

Повышаются требования к детям при выполнении общеразвивающих упражнений. Педагог предлагает выполнять общеразвивающие упражнения из разных исходных положений, в разном темпе (медленном, среднем, быстром) с предметами и без них. К предметам и пособиям, названным ранее, добавляются малые мячи, косички, палки, обручи и другое. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Содержание образовательной деятельности с детьми от 5 лет до 6 лет

Педагог совершенствует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживает детскую инициативу. Закрепляет умение осуществлять самоконтроль и оценку качества выполнения упражнений другими детьми; создает условия для освоения элементов спортивных игр, использует игры-эстафеты; поощряет осознанное выполнение упражнений и соблюдение правил в подвижных играх; поддерживает предложенные детьми варианты их усложнения; поощряет проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками.

Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образе жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности. Организует для детей и родителей (законных представителей) туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.

Педагог продолжает обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности.

Педагог поддерживает стремление детей выполнять упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими). Подбирает упражнения из разнообразных исходных положений: сидя, лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги вместе, врозь; руки вниз, на поясе, перед грудью, за спиной). Педагог поддерживает инициативу, самостоятельность и поощряет комбинирование и придумывание детьми новых общеразвивающих упражнений.

Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Педагог продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).

Часть, формируемая участниками образовательных отношений

Часть, формируемая участниками образовательных отношений

Задачи реализации регионального компонента:

- формировать представления детей о культурных особенностях малой Родины;
- развивать интерес к жизни людей родного края, их жизни, быту, культуре, традициям;
- сформировать ценностные отношения к природе родного края и чувство сопричастности к ее сохранению.

2.3. ПЛАНИРОВАНИЕ ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ ДЕТЕЙ от 3-6 лет.

Планирование организованной образовательной деятельности по физическому развитию детей

ВТОРАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА 3-4 ГОДА В СООТВЕТСТВИИ С ФОП

Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Младшая группа . Издательство МОСКА СИТЕЗ 2014 г.

Федорова С.Ю.«План физкультурных занятий» младшая группа Издательство МОСКА СИТЕЗ 2020 г.

Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика» Комплексы упражнений Издательство МОСКА СИТЕЗ 2016 г.

Интернет ресурсы –Дошкольное воспитание.

Условные обозначения:

обучение	
повторение	
закрепление	

№ Занятия Месяц	Программное содержание:							Используемая литература:
	Используемая литература СЕНТЯБРЬ							
	Задачи: Знакомство детей и последующее закрепление знаний: с построением в рассыпную, в колонну по одному, беге за направляющим, беге на носках, ходьбе с высоким подниманием колен, перешагивая через предметы, ползании на четвереньках на расстояние 4 м до кегли, прыжках на двух ногах на месте, в прокатывании двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади, ходьбе по прямой дорожке ш 15-20 см. длина 2-2,5 м обычным шагом. Разучивание гимнастических зарядок № 1, № 2 и включение их в ОРУ на занятиях (см. используемая литература), подвижных игр: «Беги ко мне», «Догони мяч», «Быстро в домик», «Кот и воробышки», «Пузырь», «Мой веселый звонкий мяч»							
	построение	ходьба	бег	равновесие	ползание	метание	прыжки	Используемая литература:
1 занятие сентябрь	Построение в рассыпную	Ходьба в заданном направлении небольшими группами (знакомство со спортивным залом)						Гимнастическая зарядка с лентами №1 Федорова С.Ю. стр. 26. Гимнастическая зарядка с лентами № 2 без предметов Федорова С.Ю. стр. 33. подвижные игры: Пензулаева Л.И. «Беги ко мне»,
2 занятие сентябрь	Построение в рассыпную	Ходьба в заданном направлении небольшими группами	Бег группами за направляющим		Ползание на четвереньках на расстояние 4 м до кегли (взять ее стать выпрямиться			

					поднять двумя руками над головой)			«Догони мяч» стр.24-25. «Кот и воробышки» стр. 26 «Быстро в домик» стр. 27.
3 занятие сентябрь	Построение в рассыпную	Ходьба в заданном направлении небольшими группами	Бег группами за направляющим	Ходьба высоко поднимая колени, перешагивая предметы	Ползание на четвереньках на расстояние 4 м до кегли (взять ее встать выпрямиться поднять двумя руками над головой)			
4 занятие сентябрь	Построение в колонну по одному	Ходьба в заданном направлении небольшими группами	Бег группами за направляющим	Ходьба высоко поднимая колени, перешагивая предметы	Ползание на четвереньках на расстояние 4 м до кегли (взять ее встать выпрямиться поднять двумя руками над головой)			
5 занятие сентябрь	Построение в колонну по одному	Ходьба в заданном направлении небольшими группами	Бег группами за направляющим	Ходьба высоко поднимая колени, перешагивая предметы		Прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади		
6 занятие сентябрь	Построение в колонну по одному	Ходьба в заданном направлении небольшими группами	Бег группами за направляющим	Ходьба по прямой дорожке ш 15-20 см. дл 2-2,5 м обычным шагом		Прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета,		

						подталкивая его сверху или сзади		
7 занятие сентябрь	Построение колонну по одному	Ходьба в заданном направлении небольшими группами Ходьба на носках	Бег группами за направляющим	Ходьба по прямой дорожке ш 15-20 см. дл 2-2,5 м обычным шагом		Прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предета, подталкивая его сверху или сзади		
8 занятие сентябрь	Построение в колонну по одному	Ходьба в заданном направлении небольшими группами Ходьба на носках	Бег группами за направляющим	Ходьба по прямой дорожке ш 15-20 см. дл 2-2,5 м обычным шагом			Прыжки на двух ногах на месте	
ОКТАБРЬ								
<p>Задачи: Обучить, повторить и закрепить: построение в круг, ходьба и бег на носках, ходьба и бег в рассыпную, ходьбе друг за другом по кругу, ходьбе по прямой дорожке ш 15-20 см. длина 2-2,5 м приставным шагом, ходьбе по извилистой дорожке ш 15-20 см. длина 2-2,5 м обычным шагом; ползание на четвереньках на расстояние 5 м – 6 м до кегли (взять ее встать выпрямиться поднять двумя руками над головой); скатывание мяча по наклонной доске; прыжки на двух ногах продвигаясь вперед на 2-3 м. Разучивание гимнастических зарядок № 1, № 2 и включение, закрепление их в ОРУ на занятиях (см. используемая литература). Разучивание подвижных игр: «Ловкий шофер», «Зайка серый умывается», «Поймай комара»</p>								
9 занятие октябрь	Построение в колонн по одному	Ходьба в заданном направлении небольшими группами Ходьба на носках	Бег группами за направляющим		Ползание на четвереньках на расстояние 5 м до кегли (взять ее встать выпрямиться поднять двумя руками над		Прыжки на двух ногах на месте	Гимнастическая зарядка с султанчиками №1 Федорова С.Ю. стр. 33. Гимнастическая зарядка без предметов без предметов

					головой)			Пензулаева Л.И. стр. 29. подвижные игры: Пензулаева Л.И. «Ловкий шофер», стр.29 «Кот и воробьишки» стр. 26 «Быстро в домик» стр. 27. «Зайка серый умывается». стр. 30
10 занятие октябрь	Построение в колонну по одному	Ходьба в заданном направлении небольшими группами Ходьба на носках	Бег группами за направляю щим Бег на носок		Ползание на четвереньках на расстояние 5 м до кегли (взять ее стать выпрямиться поднять двумя руками над головой)		Прыжки на двух ногах на месте	«Поймай комара» стр. 36 «Найди свой домик», «Догони мяч» стр.24-25. «Кот и воробьишки» стр. 26
11 занятие октябрь	Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием	Ходьба в заданном направлении небольшими группами Ходьба на носках	Бег группами за направляю щим Бег на носок		Ползание на четвереньках на расстояние 5 м до кегли (взять ее встать выпрямиться поднять двумя руками над головой)	Скатывание мяча по наклонной доске		
12 занятие октябрь	Построение в шеренгу Повороты направо налево переступанием	Ходьба в заданном направлении небольшими группами Ходьба на носках	Бег группами за направляю щим Бег на носок	Ходьба по прямой дорожке ш 15- 20 см. дл 2-2,5 м приставным шагом		Скатывание мяча по наклонной доске		
13 занятие октябрь	Построение в круг по ориентирам	Ходьба в заданном направлении небольшими группами Ходьба на носках	Бег группами за направляю щим	Ходьба по прямой дорожке ш 15- 20 см. дл 2-2,5 м приставным шагом		Скатывание мяча по наклонной доске		

			Бег на носках				
14 занятие октябрь	Построение в круг по ориенирам	Ходьба в заданном направлении небольшими группами Ходьба на носках	Бег группами за направляющим Бег на носках	Ходьба по прямой дорожке ш 15-20 см. дл 2-2,5 м приставным шагом			Прыжки на двух ногах продвигаясь вперед на 2-3 м
15 занятие октябрь	Построение в круг по ориентирам	Ходьба в заданном направлении небольшими группами Ходьба на носках	Бег группами за направляющим Бег на носках		Ползание на четвереньках на расстояние 6 м до кегли (взять ее встать выпрямиться поднять двумя руками над головой)		Прыжки на двух ногах продвигаясь вперед на 2-3 м
16 занятие октябрь	Построение в круг по ориентирам	Ходьба друг за другом по ориентирам по кругу Ходьба на носках	Бег группами за направляющим Бег на носках		Ползание на четвереньках на расстояние 6 м до кегли (взять ее встать выпрямиться поднять двумя руками над головой)		Прыжки на двух ногах продвигаясь вперед на 2-3 м

17 занятие октябрь	Построение в круг по ориентирам	Ходьба друг за другом по ориентирам по кругу Ходьба на носках	Бег одному за направляющим Бег на носках	Ходьба по извилистой дорожке ш 15-20 см. дл 2-2,5 м обычным шагом	Ползание на четвереньках на расстояние 6 м до кегли (взять ее встать выпрямиться поднять двумя руками над головой)			
НОЯБРЬ								
<p>Задачи: обучить, повторить и закрепить: построение в круг по ориентирам, ходьбу и бег друг за другом по ориентирам по кругу, ходьбу и бег в рассыпную; бег в теч. 50-60 сек; ходьбе по извилистой дорожке ш 15-20 см. длина 2-2,5 м обычным и приставным шагом; ходьбе по гимнастической скамейке; ползание на четвереньках по гимнастической скамейке; ползание на четвереньках за катящимся мячом; катание мяча друг другу сидя парами ноги врозь; катание мяча друг другу стоя на коленях. Разучивание гимнастических зарядок № 1, № 2 и включение, закрепление их в ОРУ на занятиях (см. используемая литература). Разучивание подвижных игр: «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Мыши в кладовой». Закрепление основных видов движений в игровых упражнениях и заданиях.</p>								
18 занятие ноябрь	Построение в круг по ориентирам	Ходьба друг за другом по ориентирам по кругу Ходьба на носках	Бег одному за направляющим Бег на носках	Ходьба по извилистой дорожке ш 15-20 см. дл 2-2,5 м обычным шагом		Катание мяча друг другу сидя парами ноги врозь		Гимнастическая зарядка без предметов №1 Федорова С.Ю. стр. 39. Гимнастическая зарядка с флажками Пензулаева Л.И. стр. 36. подвижные игры: Пензулаева Л.И. «Поймай комара» стр. 36 «Мыши в кладовой». стр. 34 «По ровненькой дорожке», стр. 35. «Кот и воробышки» стр.
19 занятие ноябрь	Построение в круг по ориентирам	Ходьба друг за другом по ориентирам по кругу Ходьба на носках	Бег по кругу	Ходьба по извилистой дорожке ш 15-20 см. дл 2-2,5 м обычным шагом		Катание мяча друг другу сидя парами ноги врозь		
20 занятие ноябрь	Построение в круг по ориентирам	Ходьба друг за другом по ориентирам по кругу Ходьба на носках	Бег по кругу	Ходьба по извилистой дорожке ш 15-20 см. дл 2-2,5 м приставным шагом		Катание мяча друг другу сидя парами ноги врозь		

21 занятие ноябрь	Построение в круг по ориентирам	Ходьба друг за другом по ориентирам по кругу Ходьба на носках	Бег по кругу	Ходьба по извилистой дорожке ш 15-20 см. дл 2-2,5 м приставным шагом	Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке			26 «Быстро в домик» стр. 27. «Зайка серый умывается». стр. 30
22 занятие ноябрь	Построение врассыпную	Ходьба врассыпную Ходьба на носках	Бег одному за направляющим Бег на носках	Ходьба по извилистой дорожке ш 15-20 см. дл 2-2,5 м приставным шагом	Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке			
23 занятие ноябрь	Построение рассыпную	Ходьба врассыпную Ходьба на носках	Бег по одному за направляющим Бег на носках		Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке	Катание мяча друг другу стоя на коленях		
24 занятие ноябрь	Построение врассыпную	Ходьба врассыпную Ходьба на нсках	Бег по одному за направляющим Бег на носках		Ползание на четвереньках за катящимся мячом	Катание мяча друг другу стоя на коленях		
25 занятие ноябрь	Построение в круг по ориентирам	Ходьба друг за другом по ориентирам по кругу Ходьба на носках	Бег врассыпную		Ползание на четвереньках за катящимся мячом	Катание мяча друг другу стоя на коленях		
26 занятие ноябрь	Построение в круг по ориентирам	Ходьба друг за другом по ориентирам по кругу Ходьба на носках	Бег врассыпную	Ходьба по гимнастической скамейке	Ползание на четвереньках е за катящимся мячом			

ДЕКАБРЬ

Задачи: обучить, повторить и закрепить: построение в колонну по два; ходьбе друг за другом обходя предметы; бег в течении 50-60 сек, бег и ходьбу в рассыпную; ходьбу по гимнастической скамейке; проползание на четвереньках под дугой(высота 50 см);

<p>Прокатывание мяча в воротца; прокатывание мяча под дугу; прыжки на одной ноге на месте и продвижением вперед на 2-3 метра. Разучивание гимнастических зарядок № 1, № 2 и включение, закрепление их в ОРУ на занятиях (см. используемая литература). Разучивание подвижных игр: «Коршун и птенчики», «Птица и птенчики». «Лягушки-попрыгушки». Закрепление основных видов движений в игровых упражнениях и заданиях.</p>								
27 занятие декабрь	Построение в круг по ориентирам	Ходьба друг за другом по ориентирам по кругу Ходьба на носках	Бег врассыпную	Ходьба по гимнастической скамейке		Прокатывание мяча в воротца		Гимнастическая зарядка без предметов №1 Федорова С.Ю. стр. 45.
28 занятие декабрь	Построение в круг по ориентирам	Ходьба друг за другом по ориентирам по кругу Ходьба на носках	Бег в теч. 50-60 сек	Ходьба по гимнастической скамейке		Прокатывание мяча в воротца		Гимнастическая зарядка с мячом Пензулаева Л.И. стр. 39. подвижные игры:
29 занятие декабрь	Построение в круг по ориентирам	Ходьба друг за другом по ориентирам по кругу Ходьба на носках	Бег в теч. 50-60 сек			Прокатывание мяча в воротца	Прыжки на одной ноге на месте	Пензулаева Л.И. «Коршун и птенчики», стр. 38
30 занятие декабрь	Построение в круг по ориентирам	Ходьба друг за другом по ориентирам по кругу Ходьба на носках	Бег в теч. 50-60 сек		Проползание на четвереньках под дугой(выс 50 см)		Прыжки на одной ноге на месте	«Мыши в кладовой». стр. 34 «Птица и птенчики». стр.41.
31 занятие декабрь	Построение в колонну по два	Ходьба врассыпную Ходьба на носках	Бег в теч. 50-60 сек		Проползание на четвереньках под дугой(выс 50 см)		Прыжки на одной ноге на месте	«По ровненькой дорожке», стр. 35. «Лягушки-попрыгушки». стр. 38
32 занятие декабрь	Построение в колонну по два	Ходьба врассыпную Ходьба на носках	Бег в теч. 50-60 сек Бег на носках		Проползание на четвереньках под дугой(выс 50 см)	Прокатывание мяча под дугу		

33 занятие декабрь	Построение в колонну по два	Ходьба враспынную Ходьба на носках	Бег в теч. 50-60 сек Бег на носках			Прокатывание мяча под дугу	Прыжки на одной ноге продвигаясь вперед на 2-3 м	
34 занятие декабрь	Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием	Ходьба друг за другом обходя предметы Ходьба на носках	Бег в теч. 50-60 сек Бег на носках			Прокатывание мяча под дугу	Прыжки на одной ноге продвигаясь вперед на 2-3 м	
ЯНВАРЬ								
<p>Задачи: обучить, повторить и закрепить: построение в шеренгу, ходьба друг за другом обходя предметы, ходьба змейкой, бег обегая предметы; ходьба по ребристой доске; прокатывание мяча под дугу стоя парами; ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя руками; прыжки на одной ноге продвигаясь вперед на 2-3 м; Прыжки через линию (вперед и, развернувшись, в обратную сторону); прыжки через 2 линии, расстояние 25-30 см; Разучивание гимнастических зарядок № 1, № 2 и включение, закрепление их в ОРУ на занятиях (см. используемая литература). Разучивание подвижных игр: « Лохматый пес», «Найди свой цвет», «Коршун и цыплята» ». Закрепление основных видов движений в игровых упражнениях и заданиях.</p>								
занятие январь	Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием	Ходьба друг за другом обходя предметы Ходьба на носках	Бег одному за направляющим Бег на носках Бег в теч. 50-60 сек	Ходьба по ребристой доске			Прыжки на одной ноге продвигаясь вперед на 2-3 м	Гимнастическая зарядка с кубиками №1 Федорова С.Ю. стр. 51. Гимнастическая зарядка № 2 с обручем
36 занятие январь	Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием	Ходьба друг за другом обходя предметы Ходьба на носках	Бег одному за направляющим Бег на носках Бег в теч. 50-60 сек	Ходьба по ребристой доске			Прыжки через линию (вперед и, развернувшись, в обратную сторону)	Пензулаева Л.И. стр. 43. подвижные игры: Пензулаева Л.И. « Лохматый пес» стр. 45; «Найди свой

37 занятие январь	Построение в шеренгу Повороты направо налево переступанием	Ходьба змейкой Ходьба на носгах	Бег одному за направляющим Бег на носгах Бег в теч. 0-60 сек	Ходьба по ребристой доске			Прыжки через линию (вперед и, развернувшись, в обратную сторону)	цвет» стр. 44 «Коршун и цыплята» стр. 43 «По ровенькой дорожке», стр. 35. «Поймай комара» стр. 36
38 занятие январь	Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием	Ходьба змейкой Ходьба на носгах	Бег одному за направляющим Бег на носгах Бег в теч. 50-60			Прокатывание мяча под дугу стоя парами	Прыжки через линию(вперед и, развернувшись, в обратную сторону)	
39 занятие январь	Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием	Ходьба змейкой Ходьба на носгах	Бег одному за направляющим Бег в теч. 50-60			Прокатывание мяча под дугу стоя парами	Прыжки через 2 линии, раст 25-30 см	
40 занятие январь	Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием	Ходьба змейкой Ходьба на носгах	Бег обегая предметы Бег в теч. 50-60 сек			Прокатывание мяча под дугу стоя парами	Прыжки через 2 линии, раст 25-30 см	
41 занятие январь	Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием	Ходьба змейкой Ходьба на носгах	Бег обегая предметы Бег в теч. 50-60 сек			Ходьба вдоль скамйки, прокатывая по ней мяч двумя руками	Прыжки через 2 линии, раст 25-30 см	

ФЕВРАЛЬ

Задачи: обучить, повторить и закрепить: построение в шеренгу, повороты направо и налево переступанием; ходьба высоко поднимая

<p>колени; ходьба с остановкой по сигналу; бег, обегая предметы; бег вдоль одной линии; ходьба по наклонной доске; проползание на четвереньках под 3-4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м); ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске; ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя руками и одной рукой; бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя руками, одной рукой. Прыжки из обруча в обруч (плоский) по прямой. Разучивание гимнастических зарядок № 1, № 2 и включение, закрепление их в ОРУ на занятиях (см. используемая литература). Разучивание подвижных игр: «Воробышки в гнездышках», «Воробышки и кот», «Поезд» ». Закрепление основных видов движений в игровых упражнениях и заданиях.</p>							
42 занятие февраль	Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием	Ходьба змейкой Ходьба на носках	Бег, обегая предметы		Проползание на четвереньках под 3-4 дугами(выс 50 см, раст 1 м)	Ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя руками	
43 занятие февраль	Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием	Ходьба друг за другом Ходьба высоко поднимая колени	Бег одному за направляющим Бег на носках		Проползание на четвереньках под 3-4 дугами(выс 50 см, раст 1 м)	Ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя руками	
44 занятие февраль	Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием	Ходьба друг за другом Ходьба на носках Ходьба высоко поднимая колени	Бег одному за направляющим Бег на носках		Проползание на четвереньках под 3-4 дугами(выс 50 см, раст 1 м)	Ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч одной рукой	
45 занятие февраль	Построение в круг по ориентирам	Ходьба друг за другом Ходьба на носках Ходьба высоко поднимая колени	Бег одному за направляющим Бег на носках	Ходьба по наклонной доске		Ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч одной рукой	
46 занятие февраль	Построение в круг по ориентирам	Ходьба друг за другом Ходьба на носках Ходьба высоко	Бег вдоль одной линии Бег в теч.	Ходьба по наклонной доске		Ходьба вдоль скамейки, прокатывая	
<p>Гимнастическая зарядка с кубиками №1 Федорова С.Ю. стр. 51. Гимнастическая зарядка № 2 с обручем Пензулаева Л.И. стр. 43. подвижные игры: Пензулаева Л.И. «Воробышки в гнездышках». стр.49 «Поезд» музыкальная игра –интернет ресурсы. Пензулаева Л.И. « Лохматый пес» стр. 45; «Найди свой цвет» стр. 44 «Коршун и цыпята» стр. 43 «По ровенькой дорожке», стр. 35.</p>							

		поднимая колени	50-60 сек			по ней мяч одной рукой	
47 занятие февраль	Построение в круг по ориентирам	Ходьба друг за другом Ходьба на носках Ходьба высоко поднимая колени	Бег вдоль одной линии Бег в теч. 50-60 сек	Ходьба по наклонной доске		Бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя руками, одной рукой	
48 занятие февраль	Построение в колонну по одному	Ходьба друг за другом Ходьба на носках Ходьба высоко поднимая колени	Бег вдоль одной линии Бег на носках		Ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске	Бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя руками, одной рукой	
49 занятие февраль	Построение в колонну по одному	Ходьба друг за другом Ходьба с остановкой по сигналу	Бег вдоль одной линии Бег на носках		Ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске	Бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя руками, одной рукой	
50 занятие февраль	Построение в колонну по одному	Ходьба друг за другом Ходьба с остановкой по сигналу	Бег вдоль одной линии Бег на носках		Ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске		Прыжки из обруча в обруч (плоский) по прямой

МАРТ

Задачи: обучить, повторить и закрепить: построение в колонну и шеренгу по одному; ходьба с остановкой по сигналу; бег между двух линий; бег со сменой направления; ходьба перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу; влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее; подбрасывание мяча вверх и ловля его; бросание

<p>мяча о землю и ловля его; прыжки в длину с места не менее 40 см; прыжки из обруча в обруч (плоский) по прямой. Разучивание гимнастических зарядок № 1, № 2 и включение, закрепление их в ОРУ на занятиях (см. используемая литература). Разучивание подвижных игр: «Зайка серый умывается», «Автомобили», «Поезд»». Закрепление основных видов движений в игровых упражнениях и заданиях.</p>								
51 занятие март	Построение в колонну по одному	Ходьба друг за другом Ходьба с остановкой по сигналу	Бег вдоль одной линии Бег на носках			Подбрасывание мяча вверх и ловля его	Прыжки из обруча в обруч (плоский) по прямой	Гимнастическая зарядка с кубиками №1 Федорова С.Ю. стр. 51. Гимнастическая зарядка № 2 с обручем Пензулаева Л.И. стр. 43.
52 занятие март	Построение в колонну по одному	Ходьба друг за другом Ходьба на носках Ходьба высоко поднимая колени	Бег между двух линий Бег в теч. 50-60 сек			Подбрасывание мяча вверх и ловля его	Прыжки из обруча в обруч (плоский) по прямой	подвижные игры: Пензулаева Л.И. «Зайка серый умывается», стр. 58 «Автомобили», стр.59 «Воробышки в гнездышках». стр.49
53 занятие март	Построение в колонну по одному	Ходьба друг за другом Ходьба на носках Ходьба высоко поднимая колени	Бег между двух линий Бег на носках		Влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее	Подбрасывание мяча вверх и ловля его		«Поезд» музыкальная игра –интернет ресурсы. Пензулаева Л.И. « Лохматый пес» стр. 45; «Найди свой цвет» стр. 44
54 занятие март	Построение в колонну по одному	Ходьба друг за другом Ходьба на носках Ходьба высоко поднимая колени	Бег между двух линий Бг в теч. 50-60 сек		Влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее	Бросание мяча о землю и ловля его		

55 занятие март	Построение в колонну по одному	Ходьба друг за другом Ходьба на носках Ходьба высоко поднимая колени	Бег со сменой направления Бег на носках		Влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее	Бросание мяча о землю и ловля его		«Коршун и цыплята» стр. 43 «По ровненькой дорожке», стр. 35.
56 занятие март	Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием	Ходьба друг за другом Ходьба на носках Ходьба высоко поднимая колени	Бег со сменой направления Бег на носках			Бросание мяча о землю и ловля его	Прыжки в длину с места не менее 40 см	
57 занятие март	Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием	Ходьба друг за другом Ходьба на носках Ходьба высоко поднимая колени	Бег со сменой направления Бег на носках	Ходьба перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу			Прыжки в длину с места не менее 40 см	
58 занятие март	Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием	Ходьба с остановкой по сигналу	Бег по одному за направляющим Бег на носках Бег с остановками	Ходьба перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу			Прыжки в длину с места не менее 40 см	
АПРЕЛЬ								
<p>Задачи: обучить, повторить и закрепить: построение в колонну по два; ходьба с остановкой по сигналу; Ходьба парами друг за другом; ходьба парами в разных направлениях; бег с остановками; медленный бег 120-150 м; ходьба по шнуру; ходьба перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу; подлезание под дугу, не касаясь руками пола; бросание одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребенка, с расстояния 1,5 м; бросание и ловля мяча в парах; Прыжки через 4-6 параллельных линий расстояние 15-20 см. Разучивание гимнастических зарядок № 1, № 2 и включение, закрепление их в ОРУ на занятиях (см. используемая</p>								

литература). Разучивание подвижных игр: «Тишина», «Мы топаем ногами», «Огуречик-огуречик». Закрепление основных видов движений в игровых упражнениях и заданиях.								
59 занятие апрель	Построение в колонну по два	Ходьба с остановкой по сигналу Ходьба на носках Ходьба высоко поднимая колени	Бег по одному за направляющим Бег на носках Бег с остановками	Ходьба перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу		Бросание и ловля мяча в парах		Гимнастическая зарядка без предметов №1 Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика» комплексы упражнений
60 занятие апрель	Построение в колонну по два	Ходьба с остановкой по сигналу Ходьба на носках Ходьба высоко поднимая колени	Медленный бег 120-150 м		Подлезание под дугу, не касаясь руками пола	Бросание и ловля мяча в парх		стр. 23 (комплекс 31) Гимнастическая зарядка № 2 с мячом большого диаметра Пензулаева Л.И.
61 занятие апрель	Построение в колонну по два	Ходьба парами друг за другом	Бег с остановками Медленный бег 120-150 м		Подлезание под дугу, не касаясь руками пола	Бросание и ловля мяча в парах		«Оздоровительная гимнастика» комплексы упражнений стр. 23
62 занятие апрель	Построение в колонну по два	Ходьба парами друг за другом	Медленный бег 120-150 м		Подлезание под дугу, не касаясь руками пола	Бросание одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребенка, с раст. 1,5 м		(комплекс 32) подвижные игры: Пензулаева Л.И. «Тишина», стр. 61. «Мы топаем ногами», стр. 63
63 занятие апрель	Построение в колонну по два	Ходьба парами друг за другом	Медленный бег 120-150 м			Бросание одной рукой мяча в обруч, расположенн	Прыжки через 4-6 параллельных линий раст. 15-20 см	«Огуречик-огуречик» стр.64 « Лохматый пес» стр. 45;

						ый на уровне глаз ребенка, с раст.1,5 м		«Найди свой цвет» стр. 44 «Коршун и цыплята» стр. 43
64 занятие апрель	Построение в колонну по два	Ходьба парами в разных направлениях	Медленный бег 120-150 м			Бросание одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребенка, с раст.1,5 м	Прыжки через 4-6 параллельных линий раст. 15-20 см	«По ровненькой дорожке», стр. 35.
65 занятие апрель	Построение в колонну по два	Ходьба парами в разных направлениях	Медленный бег 120-150 м	Ходьба по шнуру			Прыжки через 4-6 параллельных линий раст. 15-20 см	
66 занятие апрель	Построение в колонну по два	Ходьба парами в разных направлениях	Медленный бег 120-150 м	Ходьба по шнуру		Метание вдаль		
МАЙ								
<p>Задачи: обучить, повторить и закрепить: построение в шеренгу; повороты направо и налево переступанием; ходьба с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше); ходьба в чередовании с бегом; бег мелким шагом; ходьба по плоскому обручу, лежащему на полу приставным шагом; метание вдаль; перебрасывание мяча через сетку; спрыгивание с высоты 10-15 см; перепрыгивание через веревку высота 2-5 см. Разучивание гимнастических зарядок № 1, № 2 и включение, закрепление их в ОРУ на занятиях (см. используемая литература). Разучивание подвижных игр: «Коршун и насадка», «Кролики», «Огуречик-огуречик».</p> <p>Закрепление основных видов движений в игровых упражнениях и заданиях</p>								
67 занятие май	Построение в колонну по одному	Ходьба с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше)	Медленный бег 120-150 м	Ходьба по шнуру		Метание вдаль		Гимнастическая зарядка без предметов №1 Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика» комплексы

68 занятие май	Построение в колонну по одному	Ходьба с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше)	Медленный бег 120-150 м			Метание в даль	Спрыгивание с высоты 10-15 см	упражнений стр. 24 (комплекс 34) Гимнастическая зарядка № 2 с флажками Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика» комплексы упражнений стр. 25 (комплекс 36) подвижные игры: Пензулаева Л.И. «Тишина», стр. 61. «Мы топчем ногами», стр. 63 «Огуречик-огуречик» стр.64 «Коршун и наседка», стр. 68 «Кролики», интернет - ресурсы
69 занятие май	Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием	Ходьба с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше)	Медленный бег 120-150 м			Перебрасывание мяча через сетку	Спрыгивание с высот 10-15 см	
70 занятие май	Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием	Ходьба на носках Ходьба высоко поднимая колени Ходьба в чередовании с бегом	Бег мелким шагом	Ходьба по плоскому обручу, лежащему на полу приставным шагом		Перебрасывание мяча через сетку	Спрыгивание с высоты 10-15 см	
71 занятие май	Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием	Ходьба на носках Ходьба высоко поднимая колени Ходьба в чередовании с бегом	Бег мелким шагом	Ходьба по плоскому обручу, лежащему на полу приставным шагом		Перебрасывание мяча через сетку	Перепрыгивание через веревку выс 2-5 см	
72 занятие май	Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием	Ходьба на носках Ходьба высоко поднимая колени Ходьба в чередовании с бегом	Бег мелким шагом	Ходьба по плоскому обручу, лежащему на полу приставным шагом.			Перепрыгивание через веревку выс 2-5 см	
73 и 74 занятия май	Выполнение диагностических показателей. Диагностика воспитанников.							

Основное движение (бег) отрабатываются в подвижных играх	Убегание от ловящего, ловля убегающего
Музыкально- ритмические упражнения Разученные на музыкальных занятиях	Ритмическая ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на носках, танцующим шагом, вперед приставным шагом
Включаются в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры	Поочередное выставление ноги вперед, на пятку, притопывание, приседания «пружинки», кружение
	Имитационные движения- разнообразные упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчонок и т.д)

Перспективный план спортивных игр и упражнений на улице

Сентябрь	бег	Быстрый бег 10-15 м
Октябрь	Катание на трехколесном велосипеде	По прямой, по кругу, с поворотами направо, налево
Ноябрь	Упражнение с обручем	Ловля обруча, катящегося от педагога и прокатывание его произвольно
Декабрь	Катание на санках	По прямой, перевоза игрушки или друг друга самостоятельно с небольшой горки
Январь	Ходьба на лыжах	По прямой, ровной лыжне ступающим шагом и скользящим шагом с поворотами переступанием. Скольжение по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых.
Февраль	Ходьба на лыжах	По прямой, ровной лыжне ступающим шагом и скользящим шагом с поворотами переступанием
Март	Упражнение с обручем	Произвольное прокатывание обруча. Ловля обруча, катящегося от педагога и прокатывание его произвольно
Апрель	бег	Быстрый бег 10-15 м
Май	Катание на трехколесном велосипеде	По прямой, по кругу, с поворотами направо, налево

Активный отдых		
Физкультурный досуг 1 раз в месяц 20-25 мин	Сентябрь	Тема- «Теремок»
	Октябрь	Тема- «Веселое путешествие»
	Ноябрь	Тема- «Мячик круглый есть у нас»
	Декабрь	Тема- «Загадочный лес»
	Январь	Тема- «Медведь встречает Новый год»
	Февраль	Тема- «Царство снежинок»
	Март	Тема- «Игры с Петрушкой»
	Апрель	Тема- «На птичьем подворье»
	Май	Тема- «Веселый клоун»
День здоровья 1 раз в квартал	Октябрь	Тема - «Пешая прогулка по территории детского сада»
	Декабрь	Тема - «Зимние забавы»
	Март	Тема- «Вместе весело играть»
	Июнь	Тема- «Мой веселый звонкий мяч»

Планирование организованной образовательной деятельности по физическому развитию детей

СРЕДНЯЯ ГРУППА 4-5 ЛЕТ В СООТВЕТСТВИИ С ФОП

Используемая литература:

Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Средняя группа . Издательство МОСКА СИТЕЗ 2015 г.

Федорова С.Ю. « Примерный план физкультурных занятий с детьми 4-5 лет» Средняя группа Издательство МОСКА СИТЕЗ 2017 г.

Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика» Комплексы упражнений Издательство МОСКА СИТЕЗ 2016 г.

Сулим Е.В. «Занятия физкультурой: игровой стретчинг для дошкольников» Издательство ТЦ Сфера 2016 г.

Интернет ресурсы –Дошкольное

Обозначения:

обучение	
повторение	
закрепление	

ПРОГРАМНОЕ СОДЕРЖАНИЕ

СЕНТЯБРЬ

Задачи: обучить, повторить, закрепить; построение в колонну по одному; ходьба на пятках; ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления; ходьба по доске с перешагиванием через предметы; ходьба по доске с мешочком на голове; ходьба по доске с предметом в руках; ползание на четвереньках по наклонной доске; ползание на четвереньках змейкой между расставленными кеглями; прокатывание мяча между линиями, длина 2-3 м, положенными на расстоянии 15-20 см одна от другой; прокатывание мяча между шнурами, длина 2-3 м, положенными на расстоянии 15-20 см одна от другой; прыжки на двух ногах на месте. Разучивание гимнастических зарядок № 1, № 2 и включение, закрепление их в ОРУ на занятиях (см. используемая литература). Разучивание подвижных игр: «Найди себе пару», «Автомобили», «Самолеты», «К медведя во бору», «Огуречик-огуречик». Закрепление основных видов движений в игровых упражнениях и заданиях.

№ занятия
месяц

построение	ходьба	бег	равновесие	ползание	метание	прыжки	используемая литература:
------------	--------	-----	------------	----------	---------	--------	--------------------------

1 занятие сентябрь	Построение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках	Бег в колонне по одному Бег на носках	Ходьба по доске с перешагиванием через предметы			Прыжки на двух ногах на месте	Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика» Комплексы упражнений.
2 занятие сентябрь	Построение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках	Бег в колонне по одному Бег на носках	Ходьба по доске с перешагиванием через предметы	Ползание на четвереньках змейкой между расставленными кеглями			Гимнастическая зарядка № 1 без предметов стр.33. (комплекс 1) Гимнастическая зарядка № 2 с мячом большого диаметра стр.35. (комплекс 4).
3 занятие сентябрь	Построение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках	Бег в колонне по одному Бег на носках		Ползание на четвереньках змейкой между расставленными кеглями	Прокатывание мяча между линиями, длина 2-3 м, положенными на расстоянии 15-20 см одна от другой		Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Средняя группа . подвижные игры: «Найди себе пару», стр. 20 «Автомобили», стр. 21
4 занятие сентябрь	Построение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках	Бег в колонне по одному Бег на носках	Ходьба по доске с мешочком на голове	Ползание на четвереньках змейкой между расставленными кеглями	Прокатывание мяча между линиями, длина 2-3 м, положенными на расстоянии 15-20 см одна от другой		«Самолеты», стр.22 «К медведя во бору», стр.28 «Огуречик-огуречик». стр. 25
5 занятие сентябрь	Построение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления Ходьба на носках Ходьба на пятках	Бег в колонне по одному Бег на носках	Ходьба по доске с мешочком на голове		Прокатывание мяча между линиями, длина 2-3 м, положенными на расстоянии 15-20 см одна от другой		

6 занятие сентябрь	Построение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления Ходьба на носках Ходьба на пятках	Бег в колонне по одному Бег на носках	Ходьба по доске с мешочком на голове		Прокатывание мяча между шнурами, длина 2-3 м, положенными на расстоянии 15-20 см одна от другой	
7 занятие сентябрь	Построение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления Ходьба на носках Ходьба на пятках	Бег в колонне по одному Бег на носках		Ползание на четвереньках по наклонной доске	Прокатывание мяча между шнурами, длина 2-3 м, положенными на расстоянии 15-20 см одна от другой	
8 занятие сентябрь	Построение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба с изменением темпа Ходьба на носках Ходьба на пятках	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени	Ходьба по доске с предметом в руках	Ползание на четвереньках по наклонной доске	Прокатывание мяча между шнурами, длина 2-3 м, положенными на расстоянии 15-20 см одна от другой	

ОКТАБРЬ

Задачи: обучить, повторить, закрепить; построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба на внешней стороне стопы; ходьба с изменением темпа; бег, высоко поднимая колени; бег, обегая предметы; ходьба по доске с предметом в руках; ходьба по доске ставя ногу с носка руки в стороны; ползание на четвереньках по наклонной доске; ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; прокатывание мяча между палками, длина 2-3 м, положенными на расстоянии 15-20 см одна от другой; прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево; прокатывание мяча огибая кубики (кегли), расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см; прыжки на двух ногах вокруг себя. Разучивание гимнастических зарядок № 1, № 2 и включение, закрепление их в ОРУ на занятиях (см. используемая литература). Разучивание подвижных игр: «Кот и мыши», «Ловишки», «Самолеты», «Лошадки», «Найди себе пару». Закрепление основных видов движений в игровых упражнениях и заданиях.

9 занятие октябрь	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба с изменением темпа Ходьба на носках Ходьба на пятках	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени	Ходьба по доске с предметом в руках	Ползание на четвереньках по наклонной доске			Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика» Комплексы упражнений. Гимнастическая зарядка № 1 без предметов стр.36. (комплекс 7)
10 занятие октябрь	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба с изменением темпа Ходьба на носках Ходьба на пятках	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени	Ходьба по доске с предметом в руках		Прокатывание мяча между палками, длина 2-3 м, положенными на расстоянии 15-20 см одна от другой		Гимнастическая зарядка № 2 с обручем стр.37. (комплекс 8); Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Средняя группа .
11 занятие октябрь	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба с изменением темпа Ходьба на носках Ходьба на пятках	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени			Прокатывание мяча между палками, длина 2-3 м, положенными на расстоянии 15-20 см одна от другой	Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево	подвижные игры: ««Кот и мыши», стр.31 «Ловишки», стр. 34 «Лошадки», стр.38
12 занятие октябрь	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба на внешней стороне стопы	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени			Прокатывание мяча между палками, длина 2-3 м, положенными на расстоянии 15-20 см одна от другой	Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево	«Найди себе пару», стр. 20 «Автомобили», стр. 21 «Самолеты», стр.22 «К медведя во бору», стр.28

13 занятие октябрь	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба на внешней стороне стопы	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени		Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками		Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево
14 занятие октябрь	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба на внешней стороне стопы	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени		Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками		Прыжки на двух ногах вокруг себя
15 занятие октябрь	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба на внешней стороне стопы	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени	Ходьба по доске ставя ногу с носка руки в стороны	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками		Прыжки на двух ногах вокруг себя
16 занятие октябрь	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба на внешней стороне стопы	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег обегая предметы	Ходьба по доске ставя ногу с носка руки в стороны			Прыжки на двух ногах вокруг себя

17 занятие октябрь	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба на внешней стороне стопы	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег обегая предметы	Ходьба по доске ставя ногу с носка руки в стороны		Прокатывание мяча огибая кубики (кегли), расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см	
-----------------------	--	--	---	---	--	--	--

НОЯБРЬ

Задачи: обучить, повторить, закрепить: построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба приставным шагом вперед; ходьба приставным шагом по шнуру; бег, обегая предметы; бег на месте; ходьба по скамье с перешагиванием через предметы; проползание в обруч; проползание под дуги; прокатывание мяча огибая кубики (кегли), расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см.; прокатывание обруча педагогу; прыжки на двух ногах ноги вместе-ноги врозь; прыжки на двух ногах стараясь достать предмет, подвешенный над головой. Разучивание гимнастических зарядок № 1, № 2 и включение, закрепление их в ОРУ на занятиях (см. используемая литература). Разучивание подвижных игр и игровых упражнений: «Салки», «Лиса и куры», «Пингвины», «Цветные автомобили», «Догони пару». Закрепление основных видов движений в игровых упражнениях и заданиях.

18 занятие ноябрь	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба на внешней стороне стопы	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег, обегая предметы		Проползание в обруч	Прокатывание мяча огибая кубики (кегли), расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см	Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика» Комплексы упражнений. Гимнастическая зарядка № 1 без предметов стр.36.
	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба на приставным шагом вперед	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени		Проползание в обруч	Прокатывание мяча огибая кубики (кегли), расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см	(комплекс 7) Гимнастическая зарядка № 2 с обручем стр.37. (комплекс 8); Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Средняя группа . подвижные игры:

20 занятие ноябрь	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба приставным шагом вперед	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени		Проползание в обруч		Прыжки на двух ногах ноги вместе-ноги врозь	«Салки», стр.40 «Ловишки», стр. 34 «Лиса и куры», стр.44 «Найди себе пару», стр. 20
21 занятие ноябрь	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба приставным шагом вперед	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени	Ходьба по скамье с перешагиванием через предметы			Прыжки на двух ногах ноги вместе-ноги врозь	«Пингвины», стр. 46 «Самолеты», стр.42 «К медведя во бору», стр.28 «Огуречик-огуречик». стр. 25
22 занятие ноябрь	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба приставным шагом по шнуру	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени	Ходьба по скамье с перешагиванием через предметы			Прыжки на двух ногах ноги вместе-ноги врозь	«Догони пару» стр. 45
23 занятие ноябрь	Построение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба приставным шагом по шнуру	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени	Ходьба по скамье с перешагиванием через предметы		Прокатывание обруча педагогу		

24 занятие ноябрь	Построение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба приставным шагом по шнуру	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени		Проползание под дуги	Прокатывание обруча педагогу	
25 занятие ноябрь	Построение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной)	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег на месте		Проползание под дуги	Прокатывание обруча педагогу	
26 занятие ноябрь	Построение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной)	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег на месте		Проползание под дуги		Прыжки на двух ногах стараясь достать предмет, подвешенный над головой

ДЕКАБРЬ

Задачи: обучить, повторить, закрепить: построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба на носках и на пятках с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной); ходьба перешагивая предметы; бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; ходьба по скамье с предметом в руках; ходьба по скамье с мешочком на голове; влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее не пропуская реек; удержание обруча, катящегося от педагога; прокатывание обруча друг другу в парах; прыжки на двух ногах стараясь достать предмет, подвешенный над головой; подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м. Разучивание гимнастических зарядок № 1, № 2 и включение, закрепление их в ОРУ на занятиях (см. используемая литература). Разучивание подвижных игр и игровых упражнений: «Зайцы и волк», «Снежная карусель», «Птички и кошка», «Найди и промолчи», «Снайперы». Закрепление основных видов движений в игровых упражнениях и заданиях

27 занятие декабрь	Построение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной)	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег на месте	Ходьба по скамье с мешочком на голове			Прыжки на двух ногах стараясь достать предмет, подвешенный над головой	Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика» Комплексы упражнений. Гимнастическая зарядка № 1 без предметов стр.42. (комплекс 15) Гимнастическая зарядка № 2 с кубиками стр.42. (комплекс 16); Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Средняя группа . подвижные игры: «Зайцы и волк», стр. 53. «Снежная карусель», стр. 54
28 занятие декабрь	Построение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег на месте	Ходьба по скамье с мешочком на голове		Удержание обруча, катящегося от педагога	Прыжки на двух ногах стараясь достать предмет, подвешенный над головой	
29 занятие декабрь	Построение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба перешагивая предметы	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег на месте	Ходьба по скамье с мешочком на голове		Удержание обруча, катящегося от педагога		

30 занятие декабрь	Построение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба перешагивая предметы	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег на месте		Влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее не пропуская реек	Удержание обруча, катящегося от педагога		«Птички и кошка», стр. 56 «Найди и промолчи», «Снайперы». стр. 56 «Кот и мыши», стр.31
31 занятие декабрь	Построение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба перешагивая предметы	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег на месте		Влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее не пропуская реек		Подрывание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м	«Ловишки», стр. 34 «Лошадки», стр.38 «Найди себе пару», стр. 20 «Автомобили», стр. 21 «Самолеты», стр.22
32 занятие декабрь	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной)	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег враспынную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне		Влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее не пропуская реек		Подрывание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м	«К медведя во бору», стр.28 «Огуречик-огуречик». стр. 25

33 занятие декабрь	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной)	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне	Ходьба по скамье с предметом в руках			Подрпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м
34 занятие декабрь	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной)	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне	Ходьба по скамье с предметом в руках		Прокатывание обруча друг другу в парах	

ЯНВАРЬ

Задачи: обучить, повторить, закрепить: ходьба на носках и на пятках с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), ходьба по скамье с предметом в руках за спиной; ходьба, чередуя мелкий и широкий шаг; ходьба, по скамье ставя ногу с носка руки в стороны; переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1-2 рейки; подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол; прокатывание обруча друг другу в парах; перепрыгивание через шнур; Разучивание гимнастических зарядок № 1, № 2 и включение, закрепление их в ОРУ на занятиях (см. используемая литература). Повторение подвижных игр и игровых упражнений: «У медведя во бору», «Снежная карусель», «Салки», «Найди себе пару», «Снайперы». Закрепление основных видов движений в игровых упражнениях и заданиях.

35 занятие январь	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба чередуя мелкий и широкий шаг	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени	Ходьба по скамье с предметом в руках		Прокатывание обруча друг другу в парах		Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика» Комплексы упражнений. Гимнастическая зарядка № 1 без предметов стр.44. (комплекс 20)
36 занятие январь	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба чередуя мелкий и широкий шаг	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени		Переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1-2 рейки	Прокатывание обруча друг другу в парах		Гимнастическая зарядка № 2 с мячом большого диаметра стр.43. (комплекс 17); Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Средняя группа . подвижные игры: «Зайцы и волк», стр. 53. «Снежная карусель», стр. 54
37 занятие январь	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба чередуя мелкий и широкий шаг	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени		Переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1-2 рейки		Перепрыгивание через шнур	«Снежная карусель», стр. 54
38 занятие январь	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной)	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег в парах		Переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1-2 рейки		Перепрыгивание через шнур	«Снежная карусель», стр. 54 «Снайперы». стр. 56 «Кот и мыши», стр.31 «Ловишки», стр. 34 «Найди себе пару», стр. 20 «К медведя во бору», стр.28 «Пингвины»,

39 занятие январь	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной)	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег в парах	Ходьба по скамье ставя ногу с носка руки в стороны			Перепрыгивание через шнур
40 занятие январь	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег в парах	Ходьба по скамье ставя ногу с носка руки в стороны		Подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол	
41 занятие январь	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба змейкой	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени	Ходьба по скамье ставя ногу с носка руки в стороны		Подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол	

ФЕВРАЛЬ

Задачи: обучить, повторить, закрепить: построение в колонну по росту; ходьба змейкой; ходьба с остановкой по сигналу; ходьба по доске до конца и обратно с поворотом; ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони; подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо; подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол; бросание и ловля мяча в паре; перепрыгивание через плоский кубик высота 5 см; перебрасывание мяча друг другу в круг; перепрыгивание через 4-6 линий расстояние, между ними 40-50 см.; Разучивание гимнастических зарядок № 1, № 2 и включение, закрепление их в ОРУ на занятиях (см. используемая литература). Повторение и разучивание подвижных игр и игровых упражнений: «У медведя во бору», «Снежная карусель», «Кот и мыши», «Ловишки», «Зайцы и волк», «Два Мороза», «Мы веселые ребята». Закрепление основных видов движений в игровых упражнениях и заданиях.

Пензулаева Л.И.
«Оздоровительная гимнастика»
Комплексы упражнений.
Гимнастическая зарядка № 1 без

42 занятие февраль	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба змейкой	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени		Ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони	Подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол		предметов стр.47. (комплекс 23) Гимнастическая зарядка № 2 с гимнастической палкой стр.47.
43 занятие февраль	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба змейкой	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени		Ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони		Перепрыгивание через плоский кубик выс.5 см	(комплекс 24); Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Средняя группа .
44 занятие февраль	Построение в колонну по росту	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба змейкой	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени		Ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони		Перепрыгивание через плоский кубик выс.5 см	подвижные игры: «Кот и мыши», стр.31 «Ловишки», стр. 34 «Зайцы и волк», стр. 53.
45 занятие февраль	Построение в колонну по росту	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной)	Бег в колонне по одному Бег на носках Непрерывный бег 1-1,5 мин	Ходьба по доске до конца и обратно с поворотом			Перепрыгивание через плоский кубик выс.5 см	«Снежная карусель», стр. 54 Федорова С.Ю. « Примерный план физкультурных занятий с детьми 4-5 лет» Подвижные игры: «Два Мороза», Стр.46

46 занятие февраль	Построение в колонну по росту	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной)	Бег в колонне по одному Бег на носках Непрерывный бег 1-1,5 мин	Ходьба по доске до конца и обратно с поворотом		Бросание и ловля мяча в паре	
47 занятие февраль	Построение в колонну по росту	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с остановкой по сигналу	Бег в колонне по одному Бег на носках Непрерывный бег 1-1,5 мин	Ходьба по доске до конца и обратно с поворотом	Подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо	Бросание и ловля мяча в паре	
48 занятие февраль	Построение в колонну по росту	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с остановкой по сигналу	Бег в колонне по одному Бег на носках Непрерывный бег 1-1,5 мин		Подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо	Бросание и ловля мяча в паре	
49 занятие февраль	Построение в колонну по росту	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с остановкой по сигналу	Бег в колонне по одному Бег на носках Непрерывный бег 1-1,5 мин		Подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо	Перебрасывание мяча друг другу в кругу	

50 занятие февраль	Построение в колонну по росту	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с остановкой по сигналу	Бег в колонне по одному Бег на носках Непрерывный бег 1-1,5 мин			Перебрасывание мяча друг другу в кругу	Перепрыгивание через 4-6 линий раст, между ними 40-50 см	
-----------------------	-------------------------------	---	--	--	--	--	--	--

МАРТ

Задачи: обучить, повторить, закрепить: ходьба в противоположную сторону; бег, меняя направление движения и темп; медленный бег 150-200 м; ходьба по наклонной доске вверх и вниз; стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в сторону или на поясе; подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола боком; перебрасывание мяча друг другу в кругу; бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет; выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; перепрыгивание через 4-6 линий раст, между ними 40-50 см. Разучивание гимнастических зарядок № 1, № 2 и включение, закрепление их в ОРУ на занятиях (см. используемая литература). Повторение и разучивание подвижных игр и игровых упражнений: «Перелет птиц», «Зайка беленький», «Бездомный заяц», «Ловишки», «На одной ножке вдоль дорожки», «Два Мороза», «Мы веселые ребята». Закрепление основных видов движений в игровых упражнениях и заданиях. Укрепление позвоночника, освоение элементарных стретчинговых упражнений: «лисичка», «кошечка», «звездочка», «домик».

51 занятие март	Построение в колонну по росту	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной)	Бег в колонне по одному Бег меняя направление движения и темп			Перебрасывание мяча друг другу в кругу	Перепрыгивание через 4-6 линий раст, между ними 40-50 см	Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика» Комплексы упражнений. Гимнастическая зарядка № 1 без предметов стр.49. (комплекс 28) Гимнастическая зарядка № 2 на стульях стр.46. (комплекс 22); Пензулаева Л.И.
--------------------	-------------------------------	---	--	--	--	--	--	--

52 занятие март	Построение в колонну по росту	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной)	Бег в колонне по одному Бег меняя направление движения и темп	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз			Перепрыгивание через 4-6 линий раст, между ними 40-50 см	«Физическая культура в детском саду» Средняя группа . подвижные игры: «Перелет птиц», Стр. 71. «Зайка беленький», Стр.74. «Бездомный заяц», Стр.75 «Ловишки», Стр.73 «На одной ножке вдоль дорожки», стр.77 Подвижные игры: «Два Мороза», Стр.46 «Мы веселые ребята» Стр. 45. Сулим Е.В.
53 занятие март	Построение в колонну по росту	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной)	Бег в колонне по одному Бег меняя направление движения и темп	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз		Бросание мяча двумя руками из-за головы стоя		«Занятия физкультурой: игровой стретчинг для дошкольников» стретчинговых упражнений: «лисичка»,
54 занятие март	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба в противоположную сторону	Бег в колонне по одному Бег на носках Непрерывный бег 1-1,5 мин	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз		Бросание мяча двумя руками из-за головы стоя		

55 занятие март	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба в противоположную сторону	Бег в колонне по одному Бег на носках Непрерывный бег 1-1,5 мин	Стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в сторону или на поясе		Бросание мяча двумя руками из-за головы стоя		«кошечка», «звездочка», «домик». Стр. 35-37.
56 занятие март	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба в противоположную сторону	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени	Стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в сторону или на поясе		Скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет		
57 занятие март	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба на пятках с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной)	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени	Стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в сторону или на поясе		Скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет	Выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами	
58 занятие март	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках	Медленный бег 150-200 м		Подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола боком	Скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет	Выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами	

АПРЕЛЬ

Задачи: обучить, повторить, закрепить: Перестроение в ходьбе со сменой ведущего; из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении; старается правильно выполнить повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении; ходьба в чередовании с бегом, прыжками; ходьба приставным шагом вперед, приставным шагом в сторону; ходьба назад; медленный бег 150-200 м; бег со сменой направляющего; пробегание по наклонной доске вверх и вниз; ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней; кружение в одну, затем в другую сторону с платочками (руки на пояс, руки в стороны; бросание мяча двумя руками из за головы сидя; отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд; подбрасывание и ловля мяча не менее 3-4 раз подряд; спрыгивание со скамейки; прыжки в длину с места. Разучивание гимнастических зарядок № 1, № 2 и включение, закрепление их в ОРУ на занятиях (см. используемая литература). Повторение и разучивание подвижных игр и игровых упражнений: «Совушка», «Догони пару», «Бездомный заяц», «Сделай фигуру», «Не оставайся на полу» Закрепление основных видов движений в игровых упражнениях и заданиях. Укрепление позвоночника, освоение элементарных стретчинговых упражнений: «дуб», «ракета», «самолет», «самолет взлетает»; закрепление ранее разученных стретчинговых упражнений «лисичка», «кошечка», «звездочка», «домик».

59 занятие апрель	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба в чередовании с бегом, прыжками	Медленный бег 150-200 м		Подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола боком	Отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд	Выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами	Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика» Комплексы упражнений. Гимнастическая зарядка № 1 без предметов стр.52.
60 занятие апрель	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках Ходьба в чередовании с бегом, прыжками	Медленный бег 150-200 м	Пробегание по наклонной доске вверх и вниз	Подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола боком	Отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд		Гимнастическая зарядка № 2 с флажками стр.50. (комплекс 29); Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Средняя группа . подвижные игры: «Перелет птиц», Стр. 71.

<p>61 занятие апрель</p>	<p>Построение в колонну по росту</p>	<p>Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной Ходьба приставным шагом вперед, приставным шагом в сторону</p>	<p>Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени</p>	<p>Пробегание по наклонной доске вверх и вниз</p>		<p>Отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд</p>	<p>Прыжки в длину с места</p>	<p>«Совушка», Стр. 83 «Догони пару», Стр.86 «Бездомный заяц», Стр. 75 Федорова С.Ю. « Примерный план физкультурных занятий с детьми 4-5 лет» Подвижные игры: «Сделай фигуру», Стр. 72 «Не оставайся на полу» Стр. 76</p>
<p>62 занятие апрель</p>	<p>Перестроение в ходьбе со сменой ведущего; из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении; старается правильно выполнить повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.</p>	<p>Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной Ходьба приставным шагом вперед, приставным шагом в сторону</p>	<p>Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени</p>	<p>Пробегание по наклонной доске вверх и вниз</p>		<p>Подбрасывание и ловля мяча не менее 3-4 раз подряд</p>	<p>Прыжки в длину с места</p>	<p>Сулим Е.В. «Занятия физкультурой: игровой стретчинг для дошкольников» стретчинговых упражнений: «лисичка», «кошечка», «звездочка», «домик». Стр. 35-37. «дуб», «ракета», «самолет», «самолет взлетает»; Стр.38-39.</p>

<p>63 занятие апрель</p>	<p>Перестроение в ходьбе со сменой ведущего; из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении; старается правильно выполнить повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.</p>	<p>Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной Ходьба приставным шагом вперед, приставным шагом в сторону</p>	<p>Медленный бег 150-200 м</p>	<p>Ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней</p>		<p>Подбрасывание и ловля мяча не менее 3-4 раз подряд</p>	<p>Прыжки в длину с места</p>	
<p>64 занятие апрель</p>	<p>Перестроение в ходьбе со сменой ведущего; из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении; старается правильно выполнить повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.</p>	<p>Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной</p>	<p>Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег со сменой направляющего</p>	<p>Ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней</p>		<p>Подбрасывание и ловля мяча не менее 3-4 раз подряд</p>	<p>Спрыгивание со скамейки</p>	

65 занятие апрель	Построение в колонну по росту	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной Ходьба назад	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег со сменой направляющего	Ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней		Бросание мяча двумя руками из за головы сидя	Спрыгивание со скамейки	
66 занятие апрель	Построение в колонну по росту	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной Ходьба назад	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег со сменой направляющего	Кружение в одну, затем в другую сторону с платочками (руки на пояс, руки в стороны)		Бросание мяча двумя руками из за головы сидя	Спрыгивание со скамейки	

МАЙ

Задачи: обучить, повторить, закрепить: перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении; ходьба в чередовании с прыжками; ходьба на месте; челночный бег 2х5 м; попадание в горизонтальную цель с расстояния 2-2,5 м: попадание в вертикальную цель с расстояния 2-2,5 м; прямой галоп; бросание вдаль; кружение в одну, затем в другую сторону с платочками (руки на пояс, руки в стороны); бросание мяча двумя руками из за головы сидя. Разучивание гимнастических зарядок № 1, № 2 и включение, закрепление их в ОРУ на занятиях (см. используемая литература). Повторение и разучивание подвижных игр и игровых упражнений: «Удочка», «Успей поймать», «Совушка», «Догони пару», «Бездомный заяц», «Сделай фигуру», «Не оставайся на полу»
Закрепление основных видов движений в игровых упражнениях и заданиях. Укрепление позвоночника, освоение элементарных стретчинговых упражнений: «волна», «лебедь», «ручей», «поза воина»; закрепление ранее разученных стретчинговых упражнений.

67 занятие май	Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной Ходьба назад	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег со сменой направляющего	Кружение в одну, затем в другую сторону с платочками (руки на пояс, руки в стороны)		Бросание мяча двумя руками из за головы сидя	Прямой галоп	Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика» Комплексы упражнений. Гимнастическая зарядка № 1 без предметов стр.55. (комплекс 37) Гимнастическая зарядка № 2 с обручем стр.57. (комплекс 56); Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Средняя группа . подвижные игры: «Удочка» стр. 91 «Успей поймать», Стр.85. «Совушка», Стр. 83 «Догони пару», Стр.86 «Бездомный заяц», Стр. 75 Федорова С.Ю.
68 занятие май	Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках с разным положением рук Ходьба в чередовании с прыжками	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег со сменой направляющего	Кружение в одну, затем в другую сторону с платочками (руки на пояс, руки в стороны)		Попадание в вертикальную цель с расстояния 2-2,5 м	Прямой галоп	
69 занятие май	Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках с разным положением рук Ходьба в чередовании с прыжками	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Челночный бег 2х5 м			Попадание в вертикальную цель с расстояния 2-2,5 м	Прямой галоп	

70 занятие май	Построение в колонну по росту	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках с разным положением рук Ходьба в чередовании с прыжками	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Челночный бег 2x5 м			Попадание в горизонтальную цель с расстояния 2-2,5 м		« Примерный план физкультурных занятий с детьми 4-5 лет» Подвижные игры: «Сделай фигуру», Стр. 72 «Не оставайся на полу»
71 занятие май	Построение в колонну по росту	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках с разным положением рук Ходьба на месте	Челночный бег 2x5 м			Попадание в горизонтальную цель с расстояния 2-2,5 м		Стр. 76 Сулим Е.В. «Занятия физкультурой: игровой стретчинг для дошкольников» стретчинговых упражнений:
72 занятие май	Построение в колонну по росту	Ходьба обычная, в колонне по одному Ходьба на носках с разным положением рук Ходьба на месте	Медленный бег 150-200 м			Бросание вдаль		«волна», «лебедь», «ручей», «поза воина»; Стр.36, 42-43. «лисичка», «кошечка», «звездочка», «домик». Стр. 35-37. «дуб», «ракета», «самолет», «самолет взлетает»; Стр.38-39.

Диагностические показатели. Диагностика воспитанников.

Движения в подвижных играх	Бег по кругу, держась за руки
	Перебегание подгруппами по 5-6 человек с одной стороны площадки на другую
	Бег врассыпную с ловлей и увертыванием

Ритмическая гимнастика

Музыкально-ритмические движения включается в комплексы общеразвивающих упражнений, содержание физкультурных занятий, подвижных игр, активный отдых. Разучиваются на музыкальных занятиях	Ритмическая ходьба под музыку в разном темпе; на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком, прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку; выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное «выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмические хлопки в ладоши под ритмическую музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками
---	---

Перспективный план спортивных игр и упражнений на улице

Сентябрь	бег	Пробегание 30-40 м. в чередовании с ходьбой 2-3 раза
		Бег на скорость 20 м
Октябрь	Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате	По прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью
Ноябрь	Упражнение с короткой скакалкой	Попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой

	скакалкой	
Декабрь	Катание на санках	Подъем с санями на горку, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга
Январь	Ходьба на лыжах	Скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору «ступающим шагом» и «полуелочкой»
Февраль	Ходьба на лыжах	Скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору «ступающим шагом» и «полуелочкой»
Март	Упражнение с короткой скакалкой	Попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой
Апрель	бег	Медленный бег 150-200 м
Май	Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате	По прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью

Активный отдых

Физкультурный праздник 2 раза в год 1-1,5 час	Участие в качестве зрителей на праздниках детей старшего дошкольного возраста
Физкультурный досуг 1 раз в месяц 20-25 мин	Сентябрь Тема- «Не зевай, урожай собирай»
	Октябрь Тема- «Азбука здоровья»
	Ноябрь Тема- «В гостях у сказки»
	Декабрь Тема- «Новогодние сюрпризы»
	Январь Тема- «Снеговик нас ждет на праздник»
	Февраль Тема- «Метелица»
	Март Тема- «Матрешки»
	Апрель Тема- «Дедушка Мазай и зайцы»
День здоровья 1 раз в квартал	Май Тема- «Волк и козлята»
	Октябрь Тема - «Я расту и развиваюсь- физкультурой занимаюсь»
	Декабрь Тема - «Веселые снеговики»
	Март Тема- «Урок чистоты» (экология)

Строевые упражнения для вводной части и ОРУ	Построение в колонну по одному
	Построение в колонну по два
	Построение в колонну по росту
	Построение врассыпную
	Размыкание и смыкание на вытянутые руки
	Равнение по ориентирам и без них
	Перестроение из колонны по одному в колонну по 2 в движении со сменой ведущего
	Из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении
	Повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении

**Планирование организованной образовательной деятельности по физическому развитию детей.
СТАРШАЯ ГРУППА 5-6 ЛЕТ В СООТВЕТСТВИИ С ФОП**

Используемая литература:

Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Старшая группа. Издательство МОСКА СИТЕЗ 2015 г.

Федорова С.Ю. «Примерный план физкультурных занятий с детьми 5-6 лет» Старшая группа Издательство МОСКА СИТЕЗ 2017 г.

Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика» Комплексы упражнений Издательство МОСКА СИТЕЗ 2016

Степаненко Э.Я. «Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет» Издательство МОСКА СИТЕЗ 2015

Сулим Е.В. «Занятия физкультурой: игровой стретчинг для дошкольников» Издательство ТЦ Сфера 2016 г.

Обозначения:

обучение	
закрепление	
повторение	

ПРОГРАМНОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ заняти	ПРОГРАМНОЕ СОДЕРЖАНИЕ							Используемая литература
	построение	ходьба	бег	равновесие	ползание	метание	прыжки	

СЕНТЯБРЬ

Задачи: обучение, закрепление, повторение: построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному; бег с перестроением на ходу в пары; ходьба по шнуру зигзагообразно приставляя пятку одной ноги к носку другой; ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени; ползание на четвереньках с опорой на предплечья и колени; прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой левой); прыжки на месте ноги скрестно ноги врозь; прыжки на месте одна нога вперед другая назад. Разучивание гимнастических зарядок № 1, № 2 и включение, закрепление их в ОРУ на занятиях (см. используемая литература). Повторение и разучивание подвижных игр и игровых упражнений: «Мышеловка», «У кого мяч», «Ловишки с ленточками», «Фигуры», «мы веселые ребята», «Удочка», «Гуси-лебеди», «Пятнашки»
Закрепление основных видов движений в игровых упражнениях и заданиях. Укрепление позвоночника, освоение элементарных стретчинговых упражнений: «домик», «дерево», «цветок», «черепашка»; закрепление ранее разученных стретчинговых упражнений.

1 занятие сентябрь	Построение в шеренгу, перестроение в колонну	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени	Ходьба по шнуру прямо приставляя пятку одной ноги к носку другой	Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени		Прыжки на месте одна нога вперед другая назад	Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика» Комплексы упражнений. Гимнастическая зарядка № 1 без предметов стр.62.
2 занятие сентябрь	Построение в шеренгу, перестроение в колонну	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени	Ходьба по шнуру прямо приставляя пятку одной ноги к носку другой		Прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой левой)	Прыжки на месте одна нога вперед другая назад	(комплекс 1) Гимнастическая зарядка № 2 с малым мячом стр.63. (комплекс 2);
3 занятие сентябрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег змейкой		Ползание на четвереньках с опорой на ступни и ладони	Прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой левой)	Прыжки на месте одна нога вперед другая назад	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Старшая группа. подвижные игры:

4 занятие сентябрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег с перестроением на ходу в пары		Ползание на четвереньках с опорой на ступни и ладони	Прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой левой)		«Мышеловка», Стр. 16 «У кого мяч», Стр. 17 «Ловишки с ленточками», Стр.19 «Фигуры», Стр. 20 «Мы веселые ребята», Стр.21 «Удочка», Стр.23
5 занятие сентябрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег с перестроением на ходу в пары	Ходьба по шнуру зигзагообразно приставляя пятку одной ноги к носку другой	Ползание на четвереньках с опорой на ступни и ладони			Степаненко Э.Я. «Сборник подвижных игр: «Гуси-лебеди», «Пятнашки» Стр. 71-72.
6 занятие сентябрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег с перестроением на ходу в пары	Ходьба по шнуру зигзагообразно приставляя пятку одной ноги к носку другой			Прыжки на месте ноги скрестно ноги врозь	Сулим Е.В. «Занятия физкультурой: игровой стретчинг для дошкольников» Упражнения: «домик», «деревце», «цветок», «черепашка»
7 занятие сентябрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег с перестроением на ходу в пары	Ходьба по шнуру зигзагообразно приставляя пятку одной ноги к носку другой		Прокатывание обруча, бег за ним и ловля	Прыжки на месте ноги скрестно ноги врозь	

8 занятие сентябрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег с перестроением на ходу в пары		Ползание на четвереньках с опорой на предплечья и колени	Прокатывание обруча, бег за ним и ловля	Прыжки на месте ноги скрестно ноги врозь	Стр.72-73
-----------------------	---	--	--	--	--	---	--	-----------

ОКТАБРЬ

Задачи: обучение, закрепление, повторение: бег с перестроением на ходу в звенья; стойка на гимнастической скамье на одной ноге; поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; ползание на четвереньках с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч 3-4 м; Прокатывание обруча, бег за ним и ловля; прокатывание набивного мяча; передача мяча друг другу стоя в разных построениях; прыжки на месте на одной ноге; подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной; подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии. Разучивание гимнастических зарядок № 1, № 2 и включение, закрепление их в ОРУ на занятиях (см. используемая литература). Повторение и разучивание подвижных игр и игровых упражнений: «Перелетные птицы», «Не оставайся на полу», «Не попадись», «Мяч водящему», «Затейники», «Кошка и мышка», «Карусель». Закрепление основных видов движений в игровых упражнениях и заданиях. Укрепление позвоночника, освоение элементарных стретчинговых упражнений: «цапля», «листочка», «окошко», «волк»; закрепление ранее разученных стретчинговых упражнений.

9 занятие октябрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег с перестроением на ходу в пары	Стойка на гимнастической скамье на одной ноге	Ползание на четвереньках с опорой на предплечья и колени	Прокатывание обруча, бег за ним и ловля		Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика» Комплексы упражнений. Гимнастическая зарядка № 1 без предметов стр.67. (комплекс 8) Гимнастическая зарядка № 2 с обручем стр.66. (комплекс 6);
10 занятие октябрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег с перестроением на ходу в пары	Стойка на гимнастической скамье на одной ноге	Ползание на четвереньках с опорой на предплечья и колени		Прыжки на месте на одной ноге	Пензулаева Л.И. «Физическая

11 занятие октябрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег с перестроением на ходу в пары	Стойка на гимнастической скамье на одной ноге		Прокатывание набивного мяча	Прыжки на месте на одной ноге	культура в детском саду» Старшая группа. подвижные игры: «Перелетные птицы», Стр. 29 «Не оставайся на полу», Стр.31 «Не попадись», Стр. 390 «Мяч водящему», Стр. 32 «Затейники», Стр.38
12 занятие октябрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег с перестроением на ходу в звенья			Прокатывание набивного мяча	Прыжки на месте на одной ноге	Степаненко Э.Я. «Сборник подвижных игр: «Кошка и мышка», «Карусель». Стр. 72-73
13 занятие октябрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег с перестроением на ходу в звенья		Ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч 3-4 м	Прокатывание набивного мяча		Сулим Е.В. «Занятия физкультурой: игровой стретчинг для дошкольников» Упражнения:
14 занятие октябрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег с перестроением на ходу в звенья		Ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч 3-4 м		Подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной	

15 занятие октябрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег с перестроением на ходу в звенья	Поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье	Ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч 3-4 м		Подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной	«цапля», «лисичка», «окошко», «волк»; Стр.74
16 занятие октябрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег с перестроением на ходу в звенья	Поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье		Передача мяча друг другу стоя в разных построениях	Подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной	
17 занятие октябрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег со сменой ведущих	Поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье		Передача мяча друг другу стоя в разных построениях	Подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии	

НОЯБРЬ

Задачи: обучение, закрепление, повторение: ходьба приставным шагом в сторону (направо и налево); бег с подлезанием в обруч; пробегание по скамье; ползание на четвереньках змейкой между кеглями; ползание на четвереньках змейкой между кеглями; передача мяча друг другу сидя в разных построениях; перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя, в разных построениях; подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии; подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед из кружка в кружок; перепрыгивание с места предметы высотой 30 см. Разучивание гимнастических зарядок № 1, № 2 и включение, закрепление их в ОРУ на занятиях (см. используемая литература). Повторение и разучивание подвижных игр и игровых упражнений: «Пожарные на учении», «Караси и щука», «Чье звено скорее соберётся», «Хитрая лиса», «Успей добежать». Закрепление основных видов движений в игровых упражнениях и заданиях. Укрепление позвоночника, освоение элементарных стретчинговых упражнений: «слоник», «собачка», «страус», закрепление ранее разученных стретчинговых упражнений.

18 занятие ноябрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	<p>Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен</p> <p>Ходьба приставным шагом в сторону (направо и налево)</p>	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег со сменой ведущих			Передача мяча друг другу стоя в разных построениях	Подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии	Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика» Комплексы упражнений. Гимнастическая зарядка № 1 без предметов стр.70. (комплекс 12) Гимнастическая зарядка № 2 с флажками стр.68. (комплекс 9); Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Старшая группа.
19 занятие ноябрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	<p>Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен</p> <p>Ходьба приставным шагом в сторону (направо и налево)</p>	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег со сменой ведущих		Ползание на четвереньках змейкой между кеглями		Подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии	подвижные игры: «Пожарные на учении», Стр.40 «Не оставайся на полу», Стр.31 «Не попадись», Стр. 390 «Мяч водящему»,

20 занятие ноябрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен Ходьба приставным шагом в сторону (направо и налево)	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег со сменой ведущих		Ползание на четвереньках змейкой между кеглями	Передача мяча друг другу сидя в разных построениях		Стр. 32 «Затейники», Стр.38 Степаненко Э.Я. «Сборник подвижных игр: «Караси и щука», «Чье звено скорее соберётся», «Хитрая лиса», «Успей добежать» Стр.73-75 «Кошка и мышка», «Карусель». Стр. 72-73
21 занятие ноябрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен Ходьба приставным шагом в сторону (направо и налево)	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег со сменой ведущих	Пробегание по скамье	Ползание на четвереньках змейкой между кеглями	Передача мяча друг другу сидя в разных построениях		Сулим Е.В. «Занятия физкультурой: игровой стретчинг для дошкольников» Упражнения: «слоник», «собачка»,
22 занятие ноябрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег с подлезанием в обруч	Пробегание по скамье		Передача мяча друг другу сидя в разных построениях		Сулим Е.В. «Занятия физкультурой: игровой стретчинг для дошкольников» Упражнения: «слоник», «собачка»,

23 занятие ноябрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег с подлезанием в обруч	Пробегание по скамье			Подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед из кружка в кружок	«страус» Стр. 46-47 «цапля», «лисичка», «окошко», «волк»; Стр.74
24 занятие ноябрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег с подлезанием в обруч			Перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя, в разных построениях	Подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед из кружка в кружок	
25 занятие ноябрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен	Бег в колонне по одному Бег на носках Непрерывный бег 1,5-2 мин		Ползание на четвереньках змейкой между кеглями	Перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя, в разных построениях	Подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед из кружка в кружок	
26 занятие ноябрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен	Бег в колонне по одному Бег на носках Непрерывный бег 1,5-2 мин		Ползание на четвереньках змейкой между кеглями	Перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя, в разных построениях	Перепрыгивание с места предметы высотой 30 см	

ДЕКАБРЬ

Задачи: обучение, закрепление, повторение: ходьба в полуприсяде; ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); переползание через несколько предметов подряд; ползание на четвереньках змейкой между кеглями; перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами сидя, в разных построениях; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; перепрыгивание с места предметы высотой 30 см; спрыгивание с высоты в обозначенное место; подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза. Разучивание гимнастических зарядок № 1, № 2 и включение, закрепление их в ОРУ на занятиях (см. используемая литература). Повторение и разучивание подвижных игр и игровых упражнений: «Мороз красный нос», «Охотники и зайцы», «Смелые воробышки», «Снежные круги», «Великаны и гномы», «Пастух и стадо», «Школа мяча». Закрепление основных видов движений в игровых упражнениях и заданиях. Укрепление позвоночника, освоение элементарных стретчинговых упражнений: «тигр», «лягушка», «ручей», закрепление ранее разученных стретчинговых упражнений.

27 занятие декабрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен	Бег в колонне по одному Бег на носках Непрерывный бег 1,5-2 мин	Ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске	Ползание на четвереньках змейкой между кеглями		Перепрыгивание с места предметы высотой 30 см	Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика» Комплексы упражнений. Гимнастическая зарядка № 1 без предметов стр.73.
28 занятие декабрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен	Бег в колонне по одному Бег на носках Непрерывный бег 1,5-2 мин	Ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске		Перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами сидя, в разных построениях	Перепрыгивание с места предметы высотой 30 см	(комплекс 16) Гимнастическая зарядка № 2 с кубиком стр.71. (комплекс13); Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Старшая группа. подвижные игры: «Мороз красный нос»,
29 занятие декабрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба в полуприсяде	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег со сменой ведущих	Ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске		Перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами сидя, в разных построениях		

30 занятие декабрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба в полуприсяде	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег со сменой ведущих			Перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами сидя, в разных построениях	Спрыгивание с высоты в обозначенное место	Стр. 50 «Охотники и зайцы», Стр.54 «Смелые воробышки», Стр. 55 «Великаны и гномы», Степаненко Э.Я. «Сборник подвижных игр: «Снежные круги», «Великаны и гномы», «Пастух и стадо», «Школа мяча». Стр. 77-78 «Караси и щука», «Чье звено скорее соберётся», «Хитрая лиса» , «Успей добежать» Стр.73-75
31 занятие декабрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба в полуприсяде	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег со сменой ведущих		Переползание через несколько предметов подряд		Спрыгивание с высоты в обозначенное место	Стр. 77-78 «Караси и щука», «Чье звено скорее соберётся», «Хитрая лиса» , «Успей добежать» Стр.73-75
32 занятие декабрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен Ходьба в полуприсяде	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег со сменой ведущих	Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой)	Переползание через несколько предметов подряд		Спрыгивание с высоты в обозначенное место	Стр. 77-78 «Караси и щука», «Чье звено скорее соберётся», «Хитрая лиса» , «Успей добежать» Стр.73-75
33 занятие декабрь	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен Ходьба в полуприсяде	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег со сменой ведущих	Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой)	Переползание через несколько предметов подряд	Отбивание мяча об пол на месте 10 раз		Сулим Е.В. «Занятия физкультурой: игровой стретчинг для дошкольников» Упражнения:

34 занятие декабрь	Построение в круг	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен Ходьба в полуприсяде	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Непрерывный бег 1,5-2 мин	Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой)		Отбивание мяча об пол на месте 10 раз	Подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза	тигр», «лягушка», «ручей», стр. 42-43 «слоник», «собачка», «страус» Стр. 46-47 «цапля», «лисичка», «окошко», «волк»; Стр.74
-----------------------	-------------------	--	---	--	--	---------------------------------------	--	---

ЯНВАРЬ

Задачи: обучение, закрепление, повторение: ходьба мелким и широким шагом; ходьба в колонне по одному вдоль границ зала с поворотом; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); проползание под дугами; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5-6 м; подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза; метание в цель одной рукой снизу. Разучивание гимнастических зарядок № 1, № 2 и включение, закрепление их в ОРУ на занятиях (см. используемая литература). Повторение и разучивание подвижных игр и игровых упражнений: «Медведь и пчелы», «Перебежки», «Ловля мячей сачками», «Белки в лесу», «Накинь кольцо», «Кто скорее до кольца» Закрепление основных видов движений в игровых упражнениях и заданиях. Укрепление позвоночника, освоение элементарных стретчинговых упражнений: «паучок», «колобок», «змея», закрепление ранее разученных стретчинговых упражнений.

35 занятие январь	Построение в круг	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен Ходьба в полуприсяде Ходьба мелким и широким шагом	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Непрерывный бег 1,5-2 мин			Отбивание мяча об пол на месте 10 раз	Подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза	Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика» Комплексы упражнений. Гимнастическая зарядка № 1 без предметов стр.75. (комплекс 19) Гимнастическая зарядка № 2 с
----------------------	-------------------	---	---	--	--	---------------------------------------	--	--

36 занятие январь	Построение в круг	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен Ходьба в полуприсяде Ходьба мелким и широким шагом	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Непрерывный бег 1,5-2 мин		Проползание под дугами		Подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза	палкой стр.73. (комплекс17); Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Старшая группа. подвижные игры: «Медведь и пчелы», Стр.60
37 занятие январь	Построение в круг	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен Ходьба в полуприсяде Ходьба мелким и широким шагом	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Непрерывный бег 1,5-2 мин		Проползание под дугами	Ведение мяча 5-6 м		«Мороз красный нос», Стр. 50 «Охотники и зайцы», Стр.54 «Смелые воробышки», Стр. 55
38 занятие январь	Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен Ходьба в полуприсяде	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Непрерывный бег 1,5-2 мин		Проползание под дугами	Ведение мяча 5-6 м	Подпрыгивание на одной ноге 10-15 раз	Степаненко Э.Я. «Сборник подвижных игр: «Снежные круги», «Перебежки», «Ловля мячей сачками», «Белки в лесу», «Накинь кольцо», «Кто скорее до кольца»

39 занятие январь	Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба в колонне по одному вдоль границ зала с поворотом	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени			Ведение мяча 5-6 м	Подпрыгивание на одной ноге 10-15 раз	Стр. 79-81 Сулим Е.В. «Занятия физкультурой: игровой стретчинг для дошкольников» Упражнения: «паучок», «колобок», «змея», Стр.49, 57 тигр», «лягушка», «ручей», стр. 42-43 «слоник», «собачка», «страус» Стр. 46-47 «цапля», «лисичка», «окошко», «волк»; Стр.74
40 занятие январь	Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба в колонне по одному вдоль границ зала с поворотом	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени	Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой)			Подпрыгивание на одной ноге 10-15 раз	
41 занятие январь	Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба в колонне по одному вдоль границ зала с поворотом	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени	Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой)		Метание в цель одной рукой снизу		

ФЕВРАЛЬ

Задачи: обучение, закрепление, повторение: ходьба в колонне по два вдоль границ зала с поворотом; ходьба с перекатом с пятки на носок; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); приседание после бега на носках, руки в стороны; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; метание в цель одной рукой снизу; проползание в тоннели; метание в цель одной рукой снизу; метание в цель одной рукой из-за головы; прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3-4 м; прыжки на одной ноге правой и левой с продвижением вперед на 2-2,5 м; перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик). Разучивание гимнастических зарядок № 1, № 2 и включение, закрепление их в ОРУ на занятиях (см. используемая литература). Повторение и разучивание подвижных игр и игровых упражнений: «Быстрее по местам», «Чудесный шарик», «Медведь и дети», «Кого хочешь выбирай», «Ловля олений». Закрепление основных видов движений в игровых упражнениях и заданиях. Укрепление позвоночника, освоение элементарных стретчинговых упражнений: «веточка», «саранча», «гора», закрепление ранее разученных стретчинговых упражнений.

42 занятие февраль	Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба в колонне по одному вдоль границ зала с поворотом	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени	Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой)		Метание в цель одной рукой снизу	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3-4 м	Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика» Комплексы упражнений. Гимнастическая зарядка № 1 без предметов стр.77.
43 занятие февраль	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по два вдоль границ зала с поворотом Ходьба на носках Ходьба на пятках	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени			Метание в цель одной рукой снизу	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3-4 м	(комплекс 22) Гимнастическая зарядка № 2 с мячом стр.78. (комплекс 24); Пензулаева Л.И.
44 Занятие февраль	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по два вдоль границ зала с поворотом Ходьба на носках Ходьба на пятках	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени		Проползание в тоннели		Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3-4 м	«Физическая культура в детском саду» Старшая группа. подвижные игры: «Медведь и пчелы»,
45 занятие февраль	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по два вдоль границ зала с поворотом Ходьба на носках Ходьба на пятках	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени		Проползание в тоннели	Метание в цель одной рукой из-за головы		Стр.60 «Мороз красный нос» Степаненко Э.Я. «Сборник подвижных игр:
46 занятие февраль	Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба в колонне по одному вдоль границ зала с поворотом	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег со сменой ведущих		Проползание в тоннели	Метание в цель одной рукой из-за головы	Прыжки на одной ноге правой и левой с продвижением вперед на 2-2,5 м	«Быстрее по местам», Стр.83 «Чудесный шарик», Стр.87 «Медведь и дети», Стр.91

47 занятие февраль	Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с перекатом с пятки на носок	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег со сменой ведущих			Метание в цель одной рукой из-за головы	Прыжки на одной ноге правой и левой с продвижением вперед на 2-2,5 м	« Кого хочешь выбирай», Стр. 96 «Ловля олений» Стр.93. Сулим Е.В. «Занятия физкультурой: игровой стретчинг для дошкольников» Упражнения: «паучок», «колобок», «змея», Стр.49, 57 «веточка», «саранча», «гора», Стр.54.
48 занятие февраль	Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с перекатом с пятки на носок	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Непрерывный бег 1,5-2 мин	Приседание после бега на носках, руки в стороны			Прыжки на одной ноге правой и левой с продвижением вперед на 2-2,5 м	
49 занятие февраль	Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с перекатом с пятки на носок	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Непрерывный бег 1,5-2 мин	Приседание после бега на носках, руки в стороны	Ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени			
50 занятие февраль	Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с перекатом с пятки на носок	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Непрерывный бег 1,5-2 мин	Приседание после бега на носках, руки в стороны	Ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени		Перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик)	

МАРТ

Задачи: обучение, закрепление, повторение: ходьба гимнастическим шагом; ходьба с закрытыми глазами 3-4 м; кружение парами, держась за руки; ползание по скамейке на четвереньках назад; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; метание в цель двумя руками снизу; метание в цель двумя руками из-за головы; перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами; прыжки в длину с места. Разучивание гимнастических зарядок № 1, № 2 и включение, закрепление их в ОРУ на занятиях (см. используемая литература). Повторение и разучивание подвижных игр и игровых упражнений: «Горелки», «Карусель», «Канатоходец», «Лови скорее», «Школа ловких». Закрепление основных видов движений в игровых упражнениях и заданиях. Укрепление позвоночника, освоение элементарных стретчинговых упражнений: «большая ель», «ёлка», «маленькая елочка», закрепление ранее разученных стретчинговых упражнений.

51 занятие МАРТ	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба гимнастическим шагом	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Непрерывный бег 1,5-2 мин		Ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени		Перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик)	Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика» Комплексы упражнений. Гимнастическая зарядка № 1 без предметов стр.79.
52 занятие МАРТ	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба гимнастическим шагом	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Непрерывный бег 1,5-2 мин			Метание в цель двумя руками снизу	Перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик)	(комплекс 25) Гимнастическая зарядка № 2 с обручем стр.79. (комплекс 26); Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Старшая группа.
53 занятие МАРТ	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба гимнастическим шагом	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Непрерывный бег 1,5-2 мин			Метание в цель двумя руками снизу	Впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами	Старшая группа. подвижные игры: «Горелки», Стр. 78

54 занятие Март	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба гимнастическим шагом	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Непрерывный бег 1,5-2 мин	Кружение парами, держась за руки		Метание в цель двумя руками снизу	Впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами	«Карусель», Стр. 81 «Канатоходец», Стр. 83. Степаненко Э.Я. «Сборник подвижных игр: «Лови скорее», «Школа ловких». Стр. 102-103 Сулим Е.В. «Занятия физкультурой: игровой стретчинг для дошкольников» Упражнения: «большая ель», «ёлка», «маленькая елочка», Стр. 57 «паучок», «колобок», «змея», Стр.49, 57 «веточка», «саранча», «гора», Стр.54.
55 занятие Март	Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с закрытыми глазами 3-4 м	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег мелким и широким шагом	Кружение парами, держась за руки			Впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами	
56 занятие Март	Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с закрытыми глазами 3-4 м	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег мелким и широким шагом	Кружение парами, держась за руки		Метание в цель двумя руками из-за головы		
57 занятие Март	Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с закрытыми глазами 3-4 м	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег мелким и широким шагом		Ползание по скамейке на четвереньках назад	Метание в цель двумя руками из-за головы		
58 занятие Март	Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с закрытыми глазами 3-4 м	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Непрерывный бег 1,5-2 мин		Ползание по скамейке на четвереньках назад	Метание в цель двумя руками из-за головы	Прыжки в длину с места	

АПРЕЛЬ

Задачи: обучение, закрепление, повторение: челночный бег 2x10; выполнение упражнения «ласточка», ползание по скамейке на четвереньках назад; проползание под скамейкой; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи, другие); перебрасывание мяча из одной руки в другую; прыжки в длину с места; прыжки в высоту с разбега. Разучивание гимнастических зарядок № 1, № 2 и включение, закрепление их в ОРУ на занятиях (см. используемая литература). Повторение и разучивание подвижных игр и игровых упражнений: «Ловишки-перебежки», «Стоп», «Школа мяча», «Перебрось мяч через сетку», «Попади в цель». Закрепление основных видов движений в игровых упражнениях и заданиях. Укрепление позвоночника, освоение элементарных стретчинговых упражнений: «цапля», «цапля машет крыльями», «журавль», закрепление ранее разученных стретчинговых упражнений.

59 занятие апрель	Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с закрытыми глазами 3-4 м	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Непрерывный бег 1,5-2 мин		Ползание по скамейке на четвереньках назад	Метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи, другие)	Прыжки в длину с места	Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика» Комплексы упражнений. Гимнастическая зарядка № 1 без предметов стр.81.
60 занятие апрель	Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с закрытыми глазами 3-4 м	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Челночный бег 2x10	ласточка		Метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи, другие)	Прыжки в длину с места	Гимнастическая зарядка № 2 на гимнастической скамейке стр.83. (комплекс 31); Пензулаева Л.И.
61 занятие апрель	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба змейкой без ориентиров	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Челночный бег 2x10	ласточка		Метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи, другие)	Прыжки в высоту с разбега	«Физическая культура в детском саду» Старшая группа. подвижные игры: «Ловишки-перебежки», стр. 87
62 занятие апрель	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба змейкой без ориентиров	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Челночный бег 2x10	ласточка	Проползание под скамейкой		Прыжки в высоту с разбега	Степаненко Э.Я. «Сборник подвижных игр: Стоп», «Школа мяча», «

63 занятие апрель	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба змейкой без ориентиров	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Челночный бег 2x10		Проползание под скамейкой	Метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи, другие)	Прыжки в высоту с разбега	Перебрось мяч через сетку», «Попади в цель» Стр. 104-107 Сулим Е.В. «Занятия физкультурой: игровой стретчинг для дошкольников» Упражнения: «цапля», «цапля машет крыльями», «журавль», Стр. 58-59 «большая ель», «ёлка», «маленькая елочка», Стр. 57
64 занятие апрель	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба змейкой без ориентиров	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Челночный бег 2x10		Проползание под скамейкой	Метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи, другие)	Прыжки в длину с разбега	
65 занятие апрель	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба змейкой без ориентиров	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Челночный бег 2x10		Проползание под скамейкой	Метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи, другие)	Прыжки в длину с разбега	
66 занятие апрель	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба змейкой без ориентиров	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Челночный бег 2x10		Проползание под скамейкой	Перебрасывание мяча из одной руки в другую	Прыжки в длину с разбега	

МАЙ

Задачи: обучение, закрепление, повторение: бег под вращающейся скакалкой; ласточка на ограниченной опоре; лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом; перебрасывание мяча из одной руки в другую; подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд; прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку высотой 3-5 см; прыжки со скакалкой: перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места. Разучивание гимнастических зарядок № 1, № 2 и включение, закрепление их в ОРУ на занятиях (см. используемая литература). Повторение и разучивание подвижных игр и игровых упражнений: «Караси и щука», «Отбей волан», «Хромая лиса», «Волк и овцы», «Вольная лапта». «Городки». Закрепление основных видов движений в игровых упражнениях и заданиях. Укрепление позвоночника, освоение элементарных стретчинговых упражнений: «самолет», «самолет взлетает», закрепление ранее разученных стретчинговых упражнений

67 занятие май	Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба змейкой без ориентиров	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Челночный бег 2x10		Проползание под скамейкой	Перебрасывание мяча из одной руки в другую	Прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку выс 3-5 см	Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика» Комплексы упражнений. Гимнастическая зарядка № 1 без предметов стр.85.
68 занятие май	Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с закрытыми глазами 3-4 м	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег под вращающейся скакалкой			Перебрасывание мяча из одной руки в другую	Прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку выс 3-5 см	(комплекс 34) Гимнастическая зарядка № 2 с флажками стр.85. (комплекс 35); Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Старшая группа.
69 занятие май	Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с закрытыми глазами 3-4 м	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег под вращающейся скакалкой		Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом		Прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку выс 3-5 см	подвижные игры: «Караси и щука», Стр. 101 «Отбей волан», Стр.96

70 занятие май	Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с закрытыми глазами 3-4 м	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Бег под вращающейся скакалкой		Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом	Подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд		Степаненко Э.Я. «Сборник подвижных игр: «Хромая лиса», Стр.108 « Волк и овцы», Стр. 111 «Вольная лапта». Стр. 114 «Городки». Стр. 119 Сулим Е.В. «Занятия физкультурой: игровой стретчинг для дошкольников» Упражнения: «самолет», «самолет взлетает», стр.39 «цапля», «цапля машет крыльями», «журавль», Стр. 58-59
71 занятие май	Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с закрытыми глазами 3-4 м	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Непрерывный бег 1,5-2 мин		Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом	Подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд	Прыжки со скакалкой: перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места	«Занятия физкультурой: игровой стретчинг для дошкольников» Упражнения: «самолет», «самолет взлетает», стр.39 «цапля», «цапля машет крыльями», «журавль», Стр. 58-59
72 занятие май	Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне	Ходьба обычным шагом Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с закрытыми глазами 3-4 м	Бег в колонне по одному Бег на носках Бег высоко поднимая колени Непрерывный бег 1,5-2 мин	Ласточка на ограниченной опоре		Подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд	Прыжки со скакалкой: перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места	
73-74 занятие май	Диагностические показатели. Диагностика воспитанников.							

<p>Ритмическая гимнастика</p> <p>включается в содержание физкультурных занятий, подвижных игр, активный отдых.</p> <p>Разучиваются на музыкальных занятиях</p>	<p>Ходьба и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах, на носках, пружинящим, топающим шагом, «с каблучку», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение)</p>
	<p>Подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружение по одному и в парах, комбинации из двух- трех освоенных движений</p>

Основные движения отрабатываются в подвижных играх

Бег с ловлей и увертыванием («Ловишки с лентами» и др. игры с бегом)
Бег между расставленными предметами («Займи место», «Быстро возьми- быстро положи» и др.)
Группами, догоняя убегающих и убегая от ловящих («Догонялки» и др. игры с бегом и ловлей)
Бег в заданном темпе, обегая предметы («Пробеги и не задень» и др.)
Перебрасывание мяча через сетку («Мяч через сетку» и др.)
Забрасывание мяча в баскетбольную корзину («Забрось мяч в корзину» и др.)

Перспективный план спортивных игр и упражнений на прогулке

Сентябрь	
Бег	<p>Быстрый бег 10 м 2-3-4 раза</p> <p>Челночный бег 3x10</p> <p>Пробегание на скорость 20 м</p>
Городки	<p>Бросание биты сбоку</p> <p>Выбивание городка с полукона 2-3 м</p> <p>Выбивание городка с кона 5-6 м</p> <p>Знание 3-4 фигур</p>
Октябрь	
Бег	<p>Быстрый бег 10 м 2-3-4 раза</p> <p>Челночный бег 3x10</p> <p>Пробегание на скорость 20 м</p>
Катание на 2х колесном велосипеде,	По прямой

самокате	По кругу С разворотом С разной скоростью С поворотом направо и налево
Ноябрь	
Бег	Медленный бег 250-300 м
Элементы футбола	Отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении Ведение мяча ногой между и вокруг предметов Отбивание мяча о стенку Передача мяча ногой друг другу 3-5 м Игра по упрощенным правилам
Декабрь	
Катание на санках	Катание друг друга по прямой Катание друг друга со скоростью Катание с горки Подъем с санками в гору Торможение при спуске с горки
Январь	
Ходьба на лыжах соблюдая правила передвижения	Ходьба скользящим шагом Повороты на месте (направо и налево) с переступанием Подъем на склон прямо «ступающим шагом» Подъем на склон прямо «полуёлочкой» прямо и наискось По лыжне на раст. до 500 м
Февраль	
Ходьба на лыжах соблюдая правила передвижения	Ходьба скользящим шагом Повороты на месте (направо и налево) с переступанием Подъем на склон прямо «ступающим шагом» Подъем на склон прямо «полуёлочкой» прямо и наискось По лыжне на раст. до 500 м
Март	
Элементы футбола	Отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении Ведение мяча ногой между и вокруг предметов Отбивание мяча о стенку

	Передача мяча ногой друг другу 3-5 м Игра по упрощенным правилам
Апрель	
Скакалка	Прыжки со скакалкой: перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую шагом Прыжки со скакалкой: перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую бегом Прыжки со скакалкой: прыжки через вращающуюся скакалку на двух ногах
Май	
Бег	Медленный бег 250-300 м
Элементы баскетбола	Перебрасывание мяча друг другу от груди Ведение мяча правой и левой рукой Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди Игра по упрощенным правилам
Июнь	
Бег	Быстрый бег 10 м 2-3-4 раза Челночный бег 3x10 Пробегание на скорость 20 м
Бадминтон	Отбивание волана ракеткой в заданном направлении Игра с педагогом
Июль	
Скакалка	Прыжки со скакалкой: перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую шагом Прыжки со скакалкой: перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую бегом Прыжки со скакалкой: прыжки через вращающуюся скакалку на двух ногах
Август	
Бег	Быстрый бег 10 м 2-3-4 раза Челночный бег 3x10 Пробегание на скорость 20 м
Городки	Бросание биты сбоку Выбивание городка с полукона 2-3 м Выбивание городка с кона 5-6 м Знание 3-4 фигур

Активный отдых

Физкультурный праздник 2 раза в год	Зимний спортивный праздник 1.5 час
	Летний спортивный праздник 1,5 час
Физкультурный досуг 1 раз в месяц во второй половине дня	Сентябрь Тема- «День знаний»
	Октябрь Тема- «Сбор урожая»
	Ноябрь Тема - «День народного единства»
	Декабрь Тема- «Новый год»
	Январь «Зимние виды спорта»
	Февраль Тема- «День Защитника отечества»
	Март Тема- «Мамин день»
	Апрель Тема- «День космонавтики»
	Май Тема- «День Победы»
День здоровья 1 раз в квартал	Октябрь Тема- «Чистота- залог здоровья» вопросы гигиены
	Декабрь Тема-«В здоровом теле- здоровый дух» закаливание
	Апрель Тема- «Надо спортом заниматься» спартакиада
	Июль Тема- «Ура! Игра!» дворовые игры
Туристические прогулки (пешие прогулки) В одну сторону 30-40 мин, общая продолжительность не более 1,5-2 час. 20 мин непрерывного движения 10 мин перерыв	Сентябрь «Путешествие в осенний парк» знакомство с природой родного края
	Ноябрь «Малая родина» достопримечательности окружающей территории
	Январь «Кристаллы здоровья» ориентировка на местности (поиск кристаллов здоровья)
	Март «Скандинавская ходьба» как вид пешех прогулок по заранее разработанному маршруту
	Май «Мы помним, мы гордимся» поход к памятнику героям войны
Строевые упражнения	Перестроение в колонну по 3
	Перестроение в две шеренги при передвижении
	Размыкание в колонне на вытянутые руки вперед

	Размыкание в шеренге на вытянутые руки в стороны
	Повороты направо, налево, кругом переступанием и прыжком
	Расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары

2.4. Рабочая программа воспитания

2.4.1. Пояснительная записка.

Обязательная часть

Содержание пояснительной записки Рабочей программы воспитания (далее – Программа воспитания) изложено в п.29.1. Федеральной программы.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений.

Ценность социальной ответственности и благотворительности лежит в основе волонтерского направления воспитания.

2.4.2. Целевой раздел.

Обязательная часть

2.4.2.1. Цели и задачи Программы воспитания.

В соответствии с п.29.2.1.1. Федеральной программы *общая цель* воспитания в Организации - личностное развитие каждого ребенка с учетом его индивидуальности и создание условий для позитивной социализации детей на основе традиционных ценностей российского общества, что предполагает:

- 1) формирование первоначальных представлений о традиционных ценностях российского народа, социально приемлемых нормах и правилах поведения;
- 2) формирование ценностного отношения к окружающему миру (природному и социокультурному), другим людям, самому себе;
- 3) становление первичного опыта деятельности и поведения в соответствии с традиционными ценностями, принятыми в обществе нормами и правилами.

Общие задачи воспитания в Организации изложены в п.29.2.1.2. Федеральной программы:

- 1) содействовать развитию личности, основанному на принятых в обществе представлениях о добре и зле, должном и недопустимом;
- 2) способствовать становлению нравственности, основанной на духовных отечественных традициях, внутренней установке личности поступать согласно своей совести;
- 3) создавать условия для развития и реализации личностного потенциала ребенка, его готовности к творческому самовыражению и саморазвитию, самовоспитанию;
- 4) осуществлять поддержку позитивной социализации ребенка посредством проектирования и принятия уклада, воспитывающей среды, создания воспитывающих общностей.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений.

Цель реализации направления воспитания «Волонтерское движение» - воспитание человечности, доброты и отзывчивости у детей посредством социальных и благотворительных акций.

Задачи:

- развитие у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия);
- формирование выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра;
- развитие сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам;
- содействие формированию у детей позитивных жизненных ориентиров.

2.4.2.2. Направления воспитания.

Патриотическое направление воспитания изложено в п. 29.2.2.1. Федеральной программы.

Цель патриотического направления воспитания - содействовать формированию у ребенка личностной позиции наследника традиций и культуры, защитника Отечества и творца (созидателя), ответственного за будущее своей страны.

Ценности - Родина и природа лежат в основе патриотического направления воспитания. Чувство патриотизма возникает у ребенка вследствие воспитания у него нравственных качеств, интереса, чувства любви и уважения к своей стране - России, своему краю, малой родине, своему народу и народу России в целом (гражданский патриотизм), ответственности, ощущения принадлежности к своему народу.

Патриотическое направление воспитания базируется на идее патриотизма как нравственного чувства, которое вырастает из культуры человеческого бытия, особенностей образа жизни и ее уклада, народных и семейных традиций.

Работа по патриотическому воспитанию предполагает: формирование «патриотизма наследника», испытывающего чувство гордости за наследие своих предков (предполагает приобщение детей к истории, культуре и традициям нашего народа: отношение к труду, семье, стране и вере); «патриотизма защитника», стремящегося сохранить это наследие (предполагает развитие у детей готовности преодолевать трудности ради своей семьи, малой родины); «патриотизма созидателя и творца», устремленного в будущее, уверенного в благополучии и процветании своей Родины (предполагает конкретные каждодневные дела, направленные, например, на поддержание чистоты и порядка, опрятности и аккуратности, а в дальнейшем - на развитие всего своего населенного пункта, района, края, Отчизны в целом).

Духовно-нравственное направление воспитания изложено в п.29.2.2.2. Федеральной программы.

Цель духовно-нравственного направления воспитания - формирование способности к духовному развитию, нравственному самосовершенствованию, индивидуально-ответственному поведению.

Ценности - жизнь, милосердие, добро лежат в основе духовно-нравственного направления воспитания.

Духовно-нравственное воспитание направлено на развитие ценностно-смысловой сферы дошкольников на основе творческого взаимодействия в детско-взрослой общности, содержанием которого является освоение социокультурного опыта в его культурно-историческом и личностном аспектах.

Социальное направление воспитания изложено в п. 29.2.2.3. Федеральной программы

Цель социального направления воспитания - формирование ценностного отношения детей к семье, другому человеку, развитие дружелюбия, умения находить общий язык с другими людьми.

Ценности - семья, дружба, человек и сотрудничество лежат в основе социального направления воспитания.

В дошкольном детстве ребенок начинает осваивать все многообразие социальных отношений и социальных ролей. Он учится действовать сообща, подчиняться правилам, нести ответственность за свои поступки, действовать в интересах других людей. Формирование ценностно-

смыслового отношения ребенка к социальному окружению невозможно без грамотно выстроенного воспитательного процесса, в котором проявляется личная социальная инициатива ребенка в детско-взрослых и детских общностях.

Важной составляющей социального воспитания является освоение ребенком моральных ценностей, формирование у него нравственных качеств и идеалов, способности жить в соответствии с моральными принципами и нормами и воплощать их в своем поведении. Культура поведения в своей основе имеет глубоко социальное нравственное чувство - уважение к человеку, к законам человеческого общества. Конкретные представления о культуре поведения усваиваются ребенком вместе с опытом поведения, с накоплением нравственных представлений, формированием навыка культурного поведения.

Познавательное направление воспитания изложено в п. 29.2.2.4. Федеральной программы

Цель познавательного направления воспитания - формирование ценности познания.

Ценность - познание лежит в основе познавательного направления воспитания.

В Организации проблема воспитания у детей познавательной активности охватывает все стороны воспитательного процесса и является непременным условием формирования умственных качеств личности, самостоятельности и инициативности ребенка. Познавательное и духовно-нравственное воспитание должны осуществляться в содержательном единстве, так как знания наук и незнание добра ограничивает и деформирует личностное развитие ребенка.

Значимым является воспитание у ребенка стремления к истине, становление целостной картины мира, в которой интегрировано ценностное, эмоционально окрашенное отношение к миру, людям, природе, деятельности человека.

Физическое и оздоровительное направление воспитания изложено в п. 29.2.2.5. Федеральной программы

Цель физического и оздоровительного воспитания - формирование ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, овладение элементарными гигиеническими навыками и правилами безопасности.

Ценности - жизнь и здоровье лежит в основе физического и оздоровительного направления воспитания.

Физическое и оздоровительное направление воспитания основано на идее охраны и укрепления здоровья детей, становления осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека.

Трудовое направление воспитания изложено в п. 29.2.2.6. Федеральной программы

Цель трудового воспитания - формирование ценностного отношения детей к труду, трудолюбию и приобщение ребенка к труду.

Ценность - труд лежит в основе трудового направления воспитания.

Трудовое направление воспитания направлено на формирование и поддержку привычки к трудовому усилию, к доступному напряжению физических, умственных и нравственных сил для решения трудовой задачи; стремление приносить пользу людям. Повседневный труд постепенно приводит детей к осознанию нравственной стороны труда. Самостоятельность в выполнении трудовых поручений способствует формированию ответственности за свои действия.

Эстетическое направление воспитания изложено в п. 29.2.2.7. Федеральной программы.

Цель эстетического направления воспитания - способствовать становлению у ребенка ценностного отношения к красоте.

Ценности - культура, красота, лежат в основе эстетического направления воспитания.

Эстетическое воспитание направлено на воспитание любви к прекрасному в окружающей обстановке, в природе, в искусстве, в отношениях, развитие у детей желания и умения творить. Эстетическое воспитание через обогащение чувственного опыта и развитие эмоциональной сферы личности влияет на становление нравственной и духовной составляющих внутреннего мира ребенка. Искусство делает ребенка отзывчивее, добрее, обогащает его духовный мир, способствует воспитанию воображения, чувств. Красивая и удобная обстановка, чистота помещения, опрятный вид детей и взрослых содействуют воспитанию художественного вкуса.

Поскольку в Организации создан единый воспитательно-образовательный процесс, то в ней в комплексе решаются воспитательные, обучающие и развивающие задачи педагогического процесса. Задачи по воспитанию базовых ценностей интегрируются с воспитательными задачами, реализуемыми при реализации образовательных областей.

Задачи воспитания в образовательных областях

<i>Образовательная область</i>	<i>Направление и задачи</i>
«Социально-коммуникативное развитие» соотносится с патриотическим, духовно нравственным, социальным и трудовым направлениями воспитания	<p>Направлено на приобщение детей к ценностям «Родина», «Природа», «Семья», «Человек», «Жизнь», «Милосердие», «Добро», «Дружба», «Сотрудничество», «Труд».</p> <p>Это предполагает решение задач нескольких направлений воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитание любви к своей семье, своему населенному пункту, родному краю, своей стране; - воспитание уважительного отношения к ровесникам, родителям (законным представителям), соседям, другим людям вне зависимости от их этнической принадлежности; - воспитание ценностного отношения к культурному наследию своего народа, к нравственным и культурным традициям России; - содействие становлению целостной картины мира, основанной на представлениях о добре и зле, прекрасном и безобразном, правдивом и ложном; - воспитание социальных чувств и навыков: способности к сопереживанию, общительности, дружелюбия, сотрудничества, умения соблюдать правила, активной личностной позиции; - создание условий для возникновения у ребёнка нравственного, социально значимого поступка, приобретения ребёнком опыта милосердия и заботы; <p>поддержка трудового усилия, привычки к доступному дошкольнику напряжению физических, умственных и нравственных сил для решения трудовой задачи;</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование способности бережно и уважительно относиться к результатам своего труда и труда других людей.

<p>Образовательная область «Познавательное развитие» соотносится с познавательным и патриотическим направлениями воспитания</p>	<p>направлено на приобщение детей к ценностям «Человек», «Семья», «Познание», «Родина» и «Природа», что предполагает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитание отношения к знанию как ценности, понимание значения образования для человека, общества, страны; - приобщение к отечественным традициям и праздникам, к истории и достижениям родной страны, к культурному наследию народов России; - воспитание уважения к людям — представителям разных народов России независимо от их этнической принадлежности; - воспитание уважительного отношения к государственным символам страны (флагу, гербу, гимну); - воспитание бережного и ответственного отношения к природе родного края, родной страны, приобретение первого опыта действий по сохранению природы.
<p>Образовательная область «Речевое развитие» соотносится с социальным и эстетическим направлениями воспитания</p>	<p>направлено на приобщение детей к ценностям «Культура», «Красота», что предполагает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - владение формами речевого этикета, отражающими принятые в обществе правила и нормы культурного поведения; - воспитание отношения к родному языку как ценности, умения чувствовать красоту языка, стремления говорить красиво (на правильном, богатом, образном языке).

<p>Образовательная область «Художественно-эстетическое — развитие» соотносится с эстетическим направлением воспитания</p>	<p>направлено на приобщение детей к ценностям «Красота», «Культура», «Человек», «Природа», что предполагает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитание эстетических чувств (удивления, радости, восхищения, любви) к различным объектам и явлениям окружающего мира (природного, бытового, социокультурного), к произведениям разных видов, жанров и стилей искусства (в соответствии с возрастными особенностями); - приобщение к традициям и великому культурному наследию российского народа, шедеврам мировой художественной культуры с целью раскрытия ценностей «Красота», «Природа», «Культура»; - становление эстетического, эмоционально-ценностного отношения к окружающему миру для гармонизации внешнего мира и внутреннего мира ребёнка; - формирование целостной картины мира на основе интеграции интеллектуального и эмоционально-образного способов его освоения детьми; - создание условий для выявления, развития и реализации творческого потенциала каждого ребёнка с учётом его индивидуальности, поддержка его готовности к творческой самореализации и сотворчеству с другими людьми (детьми и взрослыми).
<p>Образовательная область «Физическое развитие» соотносится с физическим и оздоровительным направлениями воспитания</p>	<p>направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование у ребёнка возрастосообразных представлений о жизни, здоровье и физической культуре; - становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, интереса к физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, к овладению гигиеническим нормам и правилами; - воспитание активности, самостоятельности, уверенности, нравственных и волевых качеств

Несмотря на то, что деятельность музыкального руководителя осуществляется в рамках направления «Музыкальная деятельность» образовательной области «Художественно-эстетическое развитие», специалист имеет возможность влиять на воспитательный процесс по всем направлениям воспитания.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений

Направление воспитания «Волонтерское движение». Нравственное воспитание ребёнка предусматривает формированию у него таких моральных качеств, как ответственность, сострадание, бескорытность и отзывчивость. Однако добровольчество не только помогает ребёнку воспитать в себе эти качества. Волонтерство учит взаимодействовать в команде, находить друзей и совершать добрые поступки. Ребята становятся увереннее в себе, практикуются выполнять задачи вместе, общаются и узнают, что такое взаимопомощь и ответственность.

Ценности – «Социальная ответственность», «Благотворительность».

2.4.2.3. Целевые ориентиры воспитания.

Обязательная часть

Деятельность воспитателя нацелена на перспективу становления личности и развития ребенка. Поэтому планируемые результаты представлены в виде целевых ориентиров как обобщенные "портреты" ребенка к концу раннего и дошкольного возрастов.

В соответствии с ФГОС ДО оценка результатов воспитательной работы не осуществляется, так как целевые ориентиры основной образовательной программы дошкольного образования не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей.

Целевые ориентиры воспитания детей раннего возраста (к трем годам) изложены п. 29.2.3.1. Федеральной программы.

Направление воспитания	Ценности	Целевые ориентиры
Патриотическое	Родина, природа	Проявляющий привязанность к близким людям, бережное отношение к живому
Духовно нравственное	Жизнь, милосердие, добро	Способный понять и принять, что такое "хорошо" и "плохо". Проявляющий сочувствие, доброту.
Социальное	Человек, семья, дружба, сотрудничество	Испытывающий чувство удовольствия в случае одобрения и чувство огорчения в случае неодобрения со стороны взрослых. Проявляющий интерес к другим детям и способный бесконфликтно играть рядом с ними. Проявляющий позицию "Я сам!". Способный к самостоятельным (свободным) активным действиям в общении.
Познавательное	Познание	Проявляющий интерес к окружающему миру. Любознательный, активный в поведении и деятельности.
Физическое и оздоровительное	Здоровье, жизнь	Понимающий ценность жизни и здоровья, владеющий основными способами укрепления здоровья - физическая культура, закаливание, утренняя гимнастика, личная гигиена, безопасное поведение и другое; стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих. Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества.
Трудовое	Труд	Поддерживающий элементарный порядок в окружающей обстановке. Стремящийся помогать старшим в доступных трудовых действиях. Стремящийся к результативности, самостоятельности, ответственности в самообслуживании, в быту, в игровой и других видах деятельности (конструирование, лепка, художественный труд, детский дизайн и другое).
Эстетическое	Культура и красота	Проявляющий эмоциональную отзывчивость на красоту в окружающем мире и искусстве. Способный к творческой деятельности (изобразительной, декоративно-оформительской, музыкальной, словесно-речевой, театрализованной и другое).

Целевые ориентиры воспитания детей на этапе завершения освоения Программы изложены в п. 29.2.3.2. Федеральной программы.

Направления воспитания	Ценности	Целевые ориентиры
Патриотическое	Родина, природа	Любящий свою малую родину и имеющий представление о своей стране - России, испытывающий чувство привязанности к родному дому, семье, близким людям.
Духовно нравственное	Жизнь, милосердие, добро	Различающий основные проявления добра и зла, принимающий и уважающий традиционные ценности, ценности семьи и общества, правдивый,

		искренний, способный к сочувствию и заботе, к нравственному поступку. Способный не оставаться равнодушным к чужому горю, проявлять заботу; Самостоятельно различающий основные отрицательные и положительные человеческие качества, иногда прибегая к помощи взрослого в ситуациях морального выбора.
Социальное	Человек, семья, дружба, сотрудничество	Проявляющий ответственность за свои действия и поведение; принимающий и уважающий различия между людьми. Владеющий основами речевой культуры. Дружелюбный и доброжелательный, умеющий слушать и слышать собеседника, способный взаимодействовать со взрослыми и сверстниками на основе общих интересов и дел.
Познавательное	Познание	Любознательный, наблюдательный, испытывающий потребность в самовыражении, в том числе творческом. Проявляющий активность, самостоятельность, инициативу в познавательной, игровой, коммуникативной и продуктивных видах деятельности и в самообслуживании. Обладающий первичной картиной мира на основе традиционных ценностей.
Физическое и оздоровительное	Здоровье, жизнь	Понимающий ценность жизни, владеющий основными способами укрепления здоровья - занятия физической культурой, закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены и безопасного поведения и другое; стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих. Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества. Демонстрирующий потребность в двигательной деятельности. Имеющий представление о некоторых видах спорта и активного отдыха.
Трудовое	Труд	Понимающий ценность труда в семье и в обществе на основе уважения к людям труда, результатам их деятельности. Проявляющий трудолюбие при выполнении поручений и в самостоятельной деятельности.
Эстетическое	Культура и красота	Способный воспринимать и чувствовать прекрасное в быту, природе, поступках, искусстве. Стремящийся к отображению прекрасного в продуктивных видах деятельности.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений
Целевые ориентиры воспитания на этапе завершения Программы

Направление воспитания	Ценности	Целевые ориентиры
Волонтерское движение	Социальная Ответственность, благотворительность	Имеет представление о волонтерском движении. Имеет позитивную установку на добровольческую деятельность. Толерантно относится к другим людям независимо от культурной среды и этнической принадлежности. Способен проявить такие качества, как милосердие, внимательность, заботу о ближнем, желание помогать другим людям.

Содержательный раздел Программы воспитания.

Концепцией духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России в соответствии с Законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» определена основная цель отечественного образования и приоритетная задача общества и государства – это воспитание, социально-педагогическая поддержка становления и развития высоконравственного, ответственного, творческого, инициативного, компетентного гражданина России.

Поэтому *цель и смысл деятельности Организации* заключается в воспитании ребенка как личности, гражданина в процессе освоения и принятия им ценностей, нравственных установок и моральных норм общества, а *миссией Организации* является объединение усилий всех участников образовательных отношений для воспитания обучающихся, формирование у родителей социальной ответственности за воспитание своих детей и стремления быть примером для них.

Принципы воспитания рассматриваются как исходные установки, главные ориентиры, которые упорядочивают всю сложную систему воспитательной работы. Принципы позволяют предъявить некоторые общие требования ко всем этим различным сферам воспитательной деятельности и тем самым придать им целостный, единый характер.

Принципы жизни и воспитания в Организации.

Принцип гуманистической направленности воспитания на развитие личности. В воспитании главной ценностью является человек, развитие и раскрытие его способностей. Этот принцип гласит о том, что воспитатель должен направить усилие на развивающую работу с каждым ребенком. Только лишь обеспечив полноценное обучение, можно развить и усовершенствовать возможности ребенка.

Принцип направленности воспитания на освоение культуры, ценностей общества, норм поведения. В процессе воспитания воспитатели должны уделять должное внимание такому элементу, как культура. Под культурой в данном случае понимается народные традиции, история, обычаи, правила и т.д. общества, в котором растет и развивается ребенок. Воспитатель должен учитывать особенности культуры и ее воспитательное воздействие на ребенка.

Принцип связи воспитания с жизнью и трудом является одним из фундаментальных положений в мировой педагогике. На основе этого принципа регулируются все цели и содержание воспитания, так же методика воспитательного процесса. Следование этому принципу обязывает систему воспитания выдвигать такие цели воспитания и его содержание, которые обеспечивают расширение опыта воспитуемых, успешную адаптацию ребенка к жизни.

Следуя принципу связи воспитания с трудом детский сад, семья, общество должны организовывать разнообразную трудовую деятельность ребенка, вовлекать его в труд. Например, с ясельных групп приучать детей убирать за собой игрушки, на прогулке помогать воспитателю наводить порядок на своем участке, убирать веточки, палочки, ненужный мусор, который периодически там появляется.

Принцип воспитания в деятельности. Согласно основному закону воспитания выдвигается и главное требование к процессу воспитания: правильное воспитание строится на вовлечении воспитуемых в различные виды деятельности. Педагог должен использовать такие средства воспитания, как игра, учеба, искусство, спорт, труд, природа, общественная жизнь.

Принцип воспитания с опорой на активность личности. Главным условием воспитания является активная, сознательная деятельность воспитанников. Дети должны быть вовлечены в деятельность и внутренне, и психологически, и морально. Деятельность должна иметь для них смысл, личное значение, хотя она не всегда осознанна. Активность проявляется в интересе, в ответственности, в положительных эмоциях и многом другом. Такое поведение говорит о внутренней работе: о формировании и развитии потребностей, направленности, установок, склонностей, эмоций и воли, привычек, характера — всего того, что составляет личность. Таким образом, воспитывающая деятельность эффективна тогда, когда основана на внутренней работе и в свою очередь вызывает, стимулирует этот личностный рост.

Принцип воспитания в коллективе и через коллектив. Это принцип формирует определенную мораль поведения человека. Говоря простыми словами, человек живя в обществе, находясь в разных группах, должен уметь соединить в гармонии интересы и ценности общества со своими определенными личными целями. Участие в жизни здорового, развитого коллектива, который создан в группе, является одним из главных и действенных методов в процессе воспитания. Для этого педагог должен уметь создать коллектив воспитанников, руководить им и использовать как педагогическое средство.

Принцип сочетания педагогического руководства с инициативой и самостоятельностью воспитанников. Через воспитание педагог руководит деятельностью воспитанников, он принимает участие в развитии отношений между детьми, в общении и во взаимодействии друг с другом. Поэтому воспитатели должны давать как можно больше поручений в организации и выполнении всего того, чем они занимаются в учреждении: самообслуживание, игры, общественную работу. В самоуправлении проявляются такие качества детей как инициатива, творчество, самостоятельность. Через самоуправление дети регулируют и создают свою собственную жизнь и деятельность в образовательном учреждении.

Принцип уважения к воспитуемому в сочетании с требовательностью к нему. Об этом принципе много и убедительно говорил А. С. Макаренко. Он подтвердил его собственным опытом. Многие педагоги также на своей практике доказали, что не вседозволенность и безграничный либерализм, а требовательность при максимальном уважении к личности дает на возможность воспитать достойную личность. Педагогическое требование — это метод воспитания, который предполагает соблюдение норм, выполнение правил поведения, норм отношений между людьми, принятых в обществе. Вместе с тем взаимодействие и взаимоотношения между воспитателем и воспитанниками должны основываться на гуманизме и уважении. Моральные нормы общества и профессии, профессиональная этика требуют от воспитателя такого же отношения к воспитанникам, как и ко всем другим членам общества, взрослым. Конвенция ООН о правах ребенка является документом, который ориентирует педагогов на гуманное уважительное отношение к ребенку, на соблюдение правовых и этических норм в педагогическом процессе.

Принцип воспитания с опорой на положительные качества человека. Это мудрое правило основывается на тысячелетнем опыте, на знании психологии человека, на педагогической практике. В любом, даже очень трудном человеке есть качества, черты характера, привычки, способности, поступки, на которые можно опереться, чтобы добиться изменений к лучшему. Надо исходить из того, что люди хотят быть хорошими, жить в согласии с собой и окружением. Поэтому психология и педагогика рекомендуют учителю: не следует постоянно укорять ребенка за проступки, осуждать за неправильное поведение, ошибки, а наоборот, делать акцент на хорошем, что в нем есть, хвалить и поощрять добрые поступки. Осуждать нужно неверное действие или проступок, но никак не самого ребенка. Нужно учиться даже в плохом поступке видеть хорошие стороны, извлекать из него максимум: в упрямстве — настойчивость и волю, в непоседливости — любознательность. Необходимо создавать ситуацию успеха для ребенка, увлекать доступной перспективой, планами и др. Чтобы успешно следовать этому принципу, необходимо изучать ребенка, его семью, их особенности.

Принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей. Наукой изучены особенности деятельности, психических процессов, поведения людей на разных возрастных ступенях. Возрастные особенности детей обязывают педагога правильно выбирать характер общения, помощи, методы воспитания детей разного возраста.

Индивидуальные особенности детей также требуют учета в воспитании. В дифференциальной психологии описаны различные типы личности, даны характеристики акцентуаций в поведении, изучаются и описываются отклонения в поведении, психология одаренных, способных и, с другой стороны, людей, имеющих проблемы в развитии. Все это помогает воспитателю вести адекватную работу. При этом готовых ответов может не быть, и надо, как было сказано, изучать воспитанника и условия его развития, чтобы видеть проблемы в его формировании и найти правильные средства воспитания. Воспитатель в таких случаях должен работать совместно с психологом, врачом, социальным педагогом.

Принцип единства требований. В процессе воспитания работа педагога должна быть направлена на обеспечение согласованных действий, взаимопонимания, единства требований, взглядов, позиций семьи и образовательного учреждения. Для этого образовательное учреждение должно работать с семьей и социальным окружением детей: осуществлять педагогическое просвещение и даже воспитание родителей, организовывать социальную и педагогическую работу в микрорайоне, педагогическую пропаганду в более широких масштабах.

Современная отечественная система воспитания дополнительно руководствуется следующими принципами:

Принцип общественной направленности воспитания. Данный принцип направлен на подготовку ребенка к активной и плодотворной общественной жизни. Реализация данного принципа достигается путем согласования целей государства, гражданского общества и личности.

Принцип персонификации направлен на учет личностных характеристик, потребностей и возможностей каждого воспитанника.

Принцип дифференциации воспитания. Данный принцип предполагает учет гендерных, возрастных, психологических, физиологических и т.д. особенностей каждого воспитанника. Организация воспитательного процесса с упором не на среднего воспитанника, а по возможности с организацией индивидуального подхода к каждому ребенку.

Принцип природосообразности воспитания. Природосообразность - подразумевает отношение к каждому ребенку как части природы и соответственно весь воспитательный процесс должен быть организован в соответствии с учетом природного развития ребенка.

Принцип инклюзивного образования. Организация образовательного процесса, при которой все дети, независимо от их физических, психических, интеллектуальных, культурно-этнических, языковых и иных особенностей, включены в общую систему образования.

Описанная совокупность принципов воспитания представляет систему основных требований к воспитательному процессу. Следует отметить, что все принципы тесно связаны между собой, характеризуя общий взгляд Организации на воспитание обучающихся.

Отношение к воспитанникам, их родителям (законным представителям), сотрудникам и партнерам Организации. Работа с родителями (законными представителями) обучающихся строится на принципах ценностного единства и сотрудничества всех субъектов социокультурного окружения Организации.

В группе разрабатывается система взаимодействия с родителями по трем направлениям:

- психолого-педагогическое просвещение родителей по вопросам воспитания, в том числе и через групповые странички в социальной сети ВК и официальный сайт Организации, а также через систему тематических родительских собраний, практикумов и мастер-классов и др.;
- психологическое сопровождение воспитания ребенка в семье через систему индивидуальных консультаций;
- включение родителей в воспитательные мероприятия в Организации в форме проектов воспитательной направленности, праздников и развлечений, акций и флэшмобов, выставках и конкурсах и т.д.

Кроме того, организовано единое с родителями образовательное пространство для обмена опытом, знаниями, идеями, для обсуждения и решения конкретных воспитательных задач. Именно педагогическая инициатива родителей стала новым этапом сотрудничества с ними, показателем качества воспитательной работы.

В Организации поддерживается создание родительских клубов и семейных творческих мастерских, участие родителей (законных представителей) в ежегодных районных фестивалях родительских инициатив.

В Организации существует практика создания творческих групп педагогов, которые оказывают консультативную, психологическую, информационную и технологическую поддержку своим коллегам в вопросах организации воспитательных мероприятий.

Дополнительным воспитательным ресурсом по приобщению обучающихся к истории и культуре своей Отчизны и своего родного края является взаимодействие Организации с партнерами (социумом): Домом ремесел, краеведческим музеем и т.д.

Традиции и ритуалы, особые нормы этикета группы.

Традиция - это то, что перешло от одного поколения к другому, что унаследовано от предшествующих поколений. Традиции играют большую роль в укреплении дружеских отношений, оказывают большую помощь в воспитании детей. Каждая традиция должна решать определенные образовательные задачи и соответствовать возрастным особенностям детей.

В нашем детском саду есть уже прочно сложившиеся традиции. Эти традиции с большим удовольствием принимаются детьми и родителями, совершенствуются и приумножаются. Каждая традиция направлена на достижение определенной воспитательной цели. Каждая традиция проверена временем.

Ритуал – установленный порядок действий.

Традиции и ритуалы способствуют развитию чувства сопричастности сообществу людей, помогают ребенку освоить ценности коллектива, прогнозировать дальнейшие действия и события. Поэтому мы считаем необходимым введение ритуалов и традиций в жизнедеятельность детского сада.

Общекультурные традиции:

1. «Доброе утро!» - создать хорошее настроение, настроить на доброжелательное общение со сверстниками и взрослыми в ходе музыкального занятия.
2. «День рождения» - празднование дня рождения обучающихся; цель -развивать способность к сопереживанию радостных событий, вызвать положительные эмоции, подчеркнуть значимость каждого ребенка в группе. С детьми проводится традиционная игра «Каравай», поются величальные песни для именинника.
3. «Мы всегда вместе» - участие обучающихся, их родителей (законных представителей), музыкального руководителя, педагогов в общих мероприятиях (праздники, досуги и др.), что развивает чувство сопричастности с коллективом группы.
4. «Дружим с социумом» - взаимодействие с организациями культуры о образования решает многие познавательные и воспитательные задачи музыкального развития.
5. «Встреча с интересными людьми» - приглашение людей разных профессий развивает контакты взрослых и детей, коммуникативные качества обучающихся.
6. «Совместные прогулки и экскурсии» - проведение совместных с родителями (законными представителями) прогулок, поездок и экскурсий расширяет кругозор обучающихся, укрепляет взаимосвязь взрослых и детей.

Принятые в Организации нормы этикета направлены на создание воспитывающей среды как условия решения возрастных задач воспитания.

Общая психологическая атмосфера, эмоциональный настрой группы, спокойная обстановка, отсутствие спешки, разумная сбалансированность планов – это необходимые условия нормальной жизни и развития детей.

Музыкальный руководитель соблюдает нормы профессиональной этики и поведения:

- педагог всегда встречает обучающихся улыбкой и приветственными словами;
- тон общения ровный и дружелюбный, исключается повышение голоса;
- уважительное отношение к личности обучающегося;
- умение заинтересованно слушать собеседника и сопереживать ему;
- умение видеть и слышать обучающегося, сопереживать ему;
- уравновешенность и самообладание, выдержка в отношениях с детьми;
- умение быстро и правильно оценивать сложившуюся обстановку и в то же время не торопиться с выводами о поведении и способностях воспитанников;
- умение сочетать мягкий эмоциональный и деловой тон в отношениях с детьми;
- умение сочетать требовательность с чутким отношением к воспитанникам;
- соответствие внешнего вида статусу педагога детского сада;
- знание возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.

Особенности РППС, отражающие образ и ценности группы.

РППС – заданная укладом совокупность всех предметных ресурсов, обуславливающих реализацию воспитательного процесса в детском саду с учетом их пространственной организации. Предметно-пространственная среда не только отражает традиционные российские ценности, но и способствует их принятию и раскрытию ребенком. Предметно-пространственная среда отражает специфику музыкального зала и включает оформление помещения, соответствующее оборудование и музыкальные игрушки.

Социокультурный контекст

Социокультурный контекст – это социальная и культурная среда, в которой человек растет и живет. Он также включает в себя влияние, которое среда оказывает на идеи и поведение человека, учитывает этнокультурные, конфессиональные и региональные особенности и направлен на формирование ресурсов воспитательной программы.

Реализация социокультурного контекста опирается на построение социального партнерства Организации. Социальное партнерство - это отношения, организуемые образовательным учреждением между двумя и более равноправными субъектами, характеризующиеся добровольностью и осознанностью за выполнение коллективных договоров и соглашений и формирующиеся на основе заинтересованности всех сторон в создании психолого-педагогических и социокультурных условий для развития обучающихся, повышения качества образования.

Реализация воспитательного потенциала социального партнерства предусматривает:

- участие представителей организаций-партнеров в проведении отдельных мероприятий (праздники, утренники, досуги, торжественные мероприятия и тому подобное);
- участие представителей организаций-партнеров в проведении занятий в рамках дополнительного образования;
- проведение на базе организаций-партнеров различных мероприятий, событий и акций воспитательной направленности;
- реализация различных проектов воспитательной направленности, совместно разрабатываемых детьми, родителями (законными представителями) и педагогами с организациями-партнерами.

Этнокультурное воспитание – это такой процесс, в котором цели, задачи, содержание, технологии воспитания ориентированы на развитие и социализацию личности как субъекта этноса и как гражданина многонационального Российского государства. Целью этнокультурного воспитания в дошкольном возрасте является:

- приобщение детей к культуре своего народа;
- развитие национального самосознания;
- воспитание доброжелательного отношения к представителям разных этнических групп;
- развитие устойчивого интереса к познанию и принятию иных культурных национальных ценностей.

Национально-региональный компонент – это, во-первых, реальная форма функционирования федерального стандарта в конкретном регионе; во-вторых, он выполняет в образовательном процессе ряд очень важных функций и обладает определенными дидактическими и воспитательными возможностями: создает условия для возрождения национальной культуры, воспитания патриотизма.

Региональный компонент содержания Программы воспитания

В целях совершенствования содержания образования с учетом географических, природно-климатических, культурных, исторических и экономических особенностей региона в содержание дошкольного образования введены образовательные задачи по ознакомлению детей с историей, культурой, традициями, бытом, природой, административной символикой родного края – региональный компонент.

Основная цель – формирование первичных представлений о малой родине, социокультурных ценностях нашего народа, об отечественных традициях и праздниках через приобщение к историко-культурному наследию Липецкого края. Региональный компонент, включенный в Программу воспитания, направлен на формирование в подрастающем поколении гражданских чувств, накопление социального опыта, на воспитание эмоциональных и духовных ценностей, положительного отношения к культурным традициям народов, которые проживают на территории региона, создание толерантного отношения к представителям других национальностей. Именно в детском саду у малышей закладываются основы уважительного отношения к традициям предков, гордость за малую Родину.

Основные задачи внедрения и реализации регионального компонента в Организации:

- формирование гордости за свое происхождение;
- создание первоначальных представлений о нравственных и духовных ценностях (сострадании, любви, терпении, чести, достоинстве);
- воспитание в подрастающем поколении интереса к нравственному и духовному наследию предков;
- формирование чувства сопричастности к своей стране.

Особенности использования регионального компонента как одного из средств социализации дошкольников предполагает:

- деятельностный подход в приобщении детей к истории, культуре, природе родного города, когда дети сами выбирают деятельность, в которой они хотели бы участвовать, чтобы отразить свои чувства и представления об увиденном и услышанном;

- принцип постепенного перехода от более близкого ребёнку, лично значимого (дом, семья) к менее близкому – культурно-историческим фактам;

- взаимодействие с родителями и окружающим социумом; - профессиональное совершенствование всех участников образовательного процесса (воспитателей, специалистов);

- обобщение опыта педагогической деятельности, изучение эффективности инновационной деятельности и ее результатов по основным направлениям работы с детьми, педагогами, родителями.

Направления деятельности:

- изучение обычаев и традиций, природы родного края,
- развитие толерантности,

- формирование социальной адаптации подрастающего поколения,
- ознакомление с историей появления региона, достопримечательностями и выдающимися людьми.

Особое внимание уделяется знакомству:

- с климатическими и природными особенностями региона;
- с национальными парками, растительным и животным миром;
- с народными праздниками, традициями и национальными костюмами.

Воспитывающая среда.

Обязательная часть

Воспитывающая среда – это особая форма организации образовательного процесса, реализующего цель и задачи воспитания, т.е. пространство, в рамках которого происходит процесс воспитания. Основными характеристиками воспитывающей среды являются ее насыщенность и структурированность.

Воспитывающая среда группы:

- раскрывает ценности и смыслы, заложенные в укладе;
- включает совокупность различных условий, предполагающих возможность встречи и взаимодействия детей и взрослых в процессе приобщения к традиционным ценностям российского общества.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений.

Воспитывающая среда строится по трем основным линиям:

- «от взрослого» (формирование) - внесение воспитательных элементов в воспитывающей развивающей предметно-пространственной среде (далее – ВРППС) (создает воспитательную предметно-пространственную среду, насыщая ее ценностями и смыслами);
- «от взаимодействия ребенка и взрослого» (развитие и педагогическая поддержка) - событийность (проекты, встречи, игры, события и др.);
- «от ребенка» (становление) - поддержка и отражение инициатив ребенка (продукты деятельности ребенка).

Формы совместной деятельности в группе

Работа с родителями (законными представителями) детей дошкольного возраста должна строиться на принципах ценностного единства и сотрудничества всех субъектов социокультурного окружения Организации.

Виды и формы деятельности по организации сотрудничества педагогов и родителей (законных представителей), используемые в процессе воспитательной работы

Инструктор по физической культуре в рамках воспитательной работы осуществляет следующую работу с родителями (законными представителями):

- консультирование по вопросам физической культуры;
- участвует в родительских собраниях, проводит анкетирование, мастер-классы;
- проводит информирование через социальную сеть ВК, официальный сайт Организации о проведенных значимых мероприятиях;
- организует совместные мероприятия (дни здоровья, праздники, досуги и др.).

События

Событие предполагает взаимодействие ребенка и взрослого, в котором активность взрослого приводит к приобретению ребенком собственного опыта переживания той или иной ценности. Событийным может быть не только организованное мероприятие, но и спонтанно возникшая ситуация, и любой режимный момент, традиции утренней встречи детей, индивидуальная беседа, общие дела, совместно реализуемые проекты и прочее.

Проектирование событий позволяет построить целостный годовой цикл методической работы на основе традиционных ценностей российского общества, в который входят в том числе:

- проекты воспитательной направленности;
- праздники.

При этом проект понимается как комплекс целенаправленно организованных мероприятий (воспитательных ситуаций), позволяющих эффективно решать задачи приобщения детей к ценностям российского общества. Инструктор по ФК может участвовать в реализации проекта воспитательной направленности совместно с воспитателем группы по его плану.

Праздники

Примерный перечень основных государственных и народных праздников, памятных дат в календарном плане воспитательной работы.

Общие дела

Общие дела – это главные традиционные общие дела Организации, в которых принимает участие большая часть обучающихся и которые обязательно планируются, готовятся, проводятся и анализируются совместно педагогами и детьми. Это комплекс коллективных творческих дел, интересных и значимых для дошкольников, объединяющих их вместе с педагогами в единый коллектив. Общие дела обеспечивают включенность в них большого числа детей и взрослых, способствуют интенсификации их общения, ставят их в ответственную позицию к происходящему в Организации. Введение общих дел в жизнь Организации помогает преодолеть стихийный характер воспитания, сводящийся к набору мероприятий, организуемых педагогами для детей.

Инструктор по ФК участвуют в Общих делах Организации с учетом тематики мероприятия.

Организация предметно-пространственной среды

Предметно-пространственная среда в музыкальном зале отражает ценности, на которых строится Программа воспитания, и способствует их принятию и раскрытию ребенком.

Среда обеспечивает ребенку возможность общения, игры и совместной деятельности.

Среда предоставляет ребенку возможность погружения в культуру России, знакомства с особенностями региональной культурной традиции: уголок русской избы, наглядные пособия.

Вся среда музыкального зала гармонична и эстетически привлекательна.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства музыкального зала для реализации Программы воспитания, материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учёта особенностей и коррекции недостатков их развития.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает возможность общения и совместной деятельности детей (в том числе детей разного возраста) и взрослых, двигательной активности детей.

Социальное партнерство

Реализация воспитательного потенциала социального партнёрства предусматривает:

1. Участие представителей организаций-партнеров в проведении отдельных мероприятий: Дом культуры, Дом ремесел, краеведческий музей.
2. Участие представителей организаций-партнеров в проведении занятий в рамках дополнительного образования: детско-юношеский центр.
3. Проведение на базе организаций-партнеров различных мероприятий, событий и акций воспитательной направленности: краеведческий музей, Дом ремесел, городская библиотека, МБОУ СОШ №3, ДЮСШ
4. Реализация различных проектов воспитательной направленности, совместно разрабатываемых детьми, родителями (законными представителями) и педагогами с организациями-партнерами: вовлечение семей воспитанников в реализацию проектов.

3 Организационный раздел

3.1. Режим дня

Непременным условием здорового образа жизни и успешного развития детей является правильный режим дня воспитанников. Правильный режим дня - это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение времени пребывания детей в Учреждении. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей. Режим дня разрабатывается в соответствии с государственным санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно- эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». В Учреждении используется гибкий режим дня, в него могут вноситься изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей, состояния здоровья. На гибкость режима влияет и окружающий социум. Режим дня скорректирован с учетом работы Учреждения.

3.2. Расписание занятий

Утренняя гимнастика проводится по графику в спортивном зале. В тёплое время года утренняя гимнастика проводится на улице, без использования спортивного оборудования.

Расписание утренней гимнастики в спортивном зале.

1. Утренняя гимнастика (понедельник-пятница)

Расписание физкультурных занятий на прогулке и в спортивном зале

<i>Вторник, среда, четверг, пятница в спортивном зале</i>	<i>Понедельник, четверг на прогулке</i>
---	---

Система закаливающих мероприятий в ДОУ.

Особое внимание в режиме дня ДОУ уделяется проведению закаливающих мероприятий, способствующих укреплению здоровья и снижению заболеваемости.

Закаливающие мероприятия, как важная составная часть физической культуры, содействует созданию обязательных условий и привычек здорового образа жизни. Поэтому важна система закаливания, предусматривающая разнообразные формы и методы, а также изменения в связи с временами года, возрастом, индивидуальными особенностями состояния здоровья детей.

Для этого в детском саду проводятся:

- четкая организация теплового и воздушного режима в помещении (температурная гигиена);
- утренний прием на свежем воздухе (в теплый период года) и гимнастика;
- рациональная не перегревающая одежда детей;
- соблюдение режима прогулок во все времена года;
- солнечные ванны (пребывание детей под лучами солнца во время прогулки);
- общие воздушные ванны (во время переодевания ко сну);
- сон с доступом свежего воздуха;

- гигиенические процедуры (умывание, обливание рук до локтя прохладной водой);
- проведение занятия физкультурой босиком (при t пола $+ 18^{\circ} \text{C}$ и выше), проведение утренней и бодрящей гимнастики;
- воздушные ванны в сочетании с физическими упражнениями и босохождением по шипованной или ребристой доске и т.п. в комплексе с дыхательной гимнастикой.

При работе с детьми четко соблюдаются основные принципы закаливания:

- осуществление закаливания при условии, что ребенок здоров;
- недопустимость проведения закаливающих процедур при наличии у ребенка отрицательных эмоций (плач, страх и т.д.);
- тщательный учет индивидуальных особенностей ребенка, его возраста, возможности повышенной чувствительности к закаливающим мероприятиям;
- интенсивность закаливающих процедур увеличивается постепенно и последовательно;
- систематичность и постоянство закаливания;
- комплексное использование всех природных факторов.

План летней оздоровительной работы

Пояснительная записка

Лето – благоприятная пора для сохранения и укрепления здоровья детей, создания условий для их полноценного, всестороннего, психического и физического развития. Растущий и развивающийся организм ребенка очень чувствителен к воздействию различных факторов окружающей среды. Грамотная организация летней оздоровительной работы в дошкольном учреждении, охватывающей всех участников образовательного процесса, предоставляет широкие возможности для укрепления физического и психического здоровья воспитанников, развития у них познавательного интереса, а также повышения компетентности родителей в области организации летнего отдыха детей.

Лето – особый период в жизни каждого ребёнка. От окружающим его взрослых зависит то, как он проведет это время с пользой для здоровья, развития эмоциональных и познавательных процессов.

Лето – это маленькая жизнь.

Именно в этот период годы дети получают максимум впечатлений, удовольствия и радости от общения со сверстниками и новых открытий. Вместе с тем чем больше времени проводят дошкольниками на улице, тем больше внимания взрослые должны уделять организации деятельности детей в летний период. Грамотное решение этих вопросов позволит избежать неприятностей и обеспечить эмоционально насыщенную жизнь всем участникам образовательного процесса.

Летнюю работу с детьми в детском саду принято называть оздоровительной, она имеет свою специфику. Важно всемерно использовать благоприятные для укрепления здоровья детей условия летнего времени и добиться, чтобы ребёнок окреп, поправился и закалился, научился понимать и полюбить удивительный, прекрасный мир растений и животных. Летом природа представляет большие возможности для развития познавательных способностей дошкольников.

Воспитание здорового ребёнка – приоритетная, наиглавнейшая задача дошкольной педагогики, особенно в современных условиях. Проблема воспитания счастливой личности напрямую связана со здоровьем этой личности. Как помочь подрастающему ребёнку реализовать своё право на здоровье и счастливую жизнь? Одним из путей решения этой проблемы является организация работы по воспитанию дошкольников в летний период года. Летний отдых детей оказывает существенное влияние на укрепление организма, сопротивляемость заболеваниям, создание положительных эмоций. В летний период, большие возможности предоставлено для закаливания, совершенствования защитных реакций ребенка, широко используются солнечно-воздушные ванны и водные закаливающие процедуры. Летом продолжается систематическая и планомерная работа по

разделам программ. Все виды деятельности переносятся на воздух. Каждому виду отводится место и время в распорядке дня.

Цели и задачи работы в летний оздоровительный период

Цель:

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей с учётом их индивидуальных особенностей.

Задачи:

1. Создать условия, обеспечивающие охрану жизни и укрепление здоровья детей, предупреждение заболеваемости и травматизма.
2. Реализовать систему мероприятий, направленных на развитие самостоятельности, инициативности, любознательности и познавательной активности.
3. Проводить просвещения родителей по педагогическим, воспитательным, оздоровительным вопросам детей в летний период.
4. Повышение компетентности педагогов в вопросах организации летней оздоровительной работы, мотивация педагогов на улучшение качества организации летнего отдыха дошкольников.

Направление образовательных областей

Задачи работы с детьми:

«Физическое развитие»:

1. Укреплять здоровье детей путем повышения адаптационных возможностей организма, развивать двигательные и психические способности, способствовать формированию положительного эмоционального состояния.
2. Всесторонне совершенствовать физические функции организма.
3. Повышать работоспособность детского организма через различные формы закаливания.
4. Формировать интерес и потребность в занятиях физическими упражнениями.
5. Удовлетворять естественную потребность в движении, создавать условия для демонстрации двигательных умений каждого ребенка.
6. Способствовать предупреждению заболеваемости и детского травматизма.

«Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми

- утренняя гимнастика;
- прогулка;
- двигательная активность;
- полоскание полости рта после еды;
- сон без маек, при открытых форточках (в теплое время);
- проветривание помещения;
- гимнастика после дневного сна с закаливающими процедурами;
- хождение по ребристой дорожке;
- занятия, прогулки, походы;
- совместные досуги с родителями;
- спортивные праздники и развлечения;
- неделя здоровья;
- соревнования;

Формы оздоровительных мероприятий в летний период. 1. Организованная образовательная деятельность это основная форма организованного

систематического обучения детей физическим упражнениям. Организация НОД должна исключать возможность перегрузки детей, не допускать их переутомления или нарушения деятельности физиологических процессов и структур организма, в частности костно-мышечной и сердечно-сосудистой как наиболее нагружаемых при физических упражнениях. Упражнения подбираются в зависимости от задач непосредственной образовательной деятельности, от возраста, физического развития и состояния здоровья детей, физкультурного оборудования.

Планируются организованные формы образовательной деятельности с включением подвижных игр, спортивных упражнений с элементами соревнований, пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту (простейший туризм), праздники, развлечения 3 раза в неделю в часы наименьшей инсоляции (до наступления жары или после ее спада).

Продолжительность организованной образовательной деятельности:

Младшая группа – 20 минут

Старшая группа. — 25 минут

Подготовительная группа — 30 минут

2. Утренняя гимнастика. Цель проведения – повышение функционального состояния и работоспособности организма, развитие моторики, формирование правильной осанки, предупреждение плоскостопия. Традиционная гимнастика включает в себя простые гимнастические упражнения с обязательным включением дыхательных упражнений; упражнения с предметами и без предметов; упражнения на формирование правильной осанки; упражнения с использованием крупных модулей, снарядов, простейших тренажеров. Коррекционная гимнастика включает в себя комплексы специальных упражнений в соответствии с характером отклонений или нарушений в развитии детей.

3. Подвижные игры. Рекомендуются игры средней и малой подвижности. Выбор игры зависит от педагогических задач, подготовленности, индивидуальных особенностей детей.

Виды игр:

- сюжетные (использование при объяснении крошки-сказки или сюжетного рассказа);
- несюжетные с элементами соревнований на разных этапах разучивания;
- дворовые;
- народные;
- с элементами спорта (бадминтон, футбол, баскетбол).

Подвижные игры проводятся на воздухе, на спортивной площадке ежедневно, в часы наименьшей инсоляции. Продолжительность игр для всех возрастных групп 10—20 минут.

4. Двигательные разминки (физминутки, динамические паузы). Их выбор зависит от интенсивности и вида предыдущей деятельности.

Варианты:

- упражнения на развитие мелкой моторики;
- ритмические движения;
- упражнения на внимание и координацию движений;
- упражнения в равновесии;
- упражнения для активизации работы глазных яблок.
- упражнения в равновесии;
- упражнения для активизации работы глазных мышц;
- гимнастика расслабления;
- корригирующие упражнения (в соответствии с характером отклонений или нарушений в развитии детей);

- упражнения на формирование правильной осанки;
- упражнения на формирование свода стопы.

Проводятся на воздухе, на спортивной площадке ежедневно, в часы наименьшей инсоляции. Продолжительность:

старшая группа — 10 минут;

подготовительная группа— 12 минут.

5. Элементы видов спорта, спортивные упражнения. Способствуют формированию специальных двигательных навыков, воспитанию волевых качеств, эмоций, расширению кругозора детей. Виды спортивных упражнений:

- катание на самокатах;
- езда на велосипеде;
- катание на роликовых коньках;
- футбол;
- баскетбол;
- бадминтон.

Прикладное значение спортивных упражнений: восприятие соответствующих трудовых навыков и бережное отношение к инвентарю. Проводятся на воздухе, на игровой или спортивной площадке ежедневно, в часы наименьшей инсоляции. Продолжительность: младшая группа – 10 минут

старшая группа — 12 минут;

подготовительная группа — 15 минут.

6. Гимнастика пробуждения. Гимнастика после дневного сна. Гимнастика сюжетно-игрового характера.

Разминка после сна проводится с использованием различных упражнений:

- с предметами и без предметов;
- на формирование правильной осанки;
- на формирование свода стопы;
- имитационного характера;
- сюжетные или игровые;
- с простейшими тренажерами (гимнастические мячи, гантели, утяжелители, резиновые кольца, эспандер);
- на развитие мелкой моторики;
- на координацию движений;
- в равновесии
- на развитие мелкой моторики;
- на координацию движений;
- в равновесии.

Место проведения – спальня. Гимнастика пробуждения для всех возрастных групп продолжительностью— 3—5 минут. Гимнастика после дневного сна для всех возрастных групп — 7— 10 минут.

7. Индивидуальная работа в режиме дня. Проводится с отдельными детьми или по подгруппам с целью стимулирования к двигательной активности, самостоятельным играм и упражнениям. Предусматривает оказание помощи детям, не усвоившим программный материал на занятиях, имеющим нарушения в развитии. Содействует укреплению здоровья и улучшению физического развития ослабленных детей, исправлению дефектов осанки.

Проводится в спортивном зале. Время устанавливается индивидуально.

8. Закаливающие мероприятия. Система мероприятий с учетом состояния здоровья, физического развития, индивидуальных особенностей детей: элементы закаливания в повседневной жизни (умывание прохладной водой, широкая аэрация помещений, обтирание, обливание до пояса);

- закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями (правильно организованная прогулка, солнечные и водные процедуры в сочетании с физическими упражнениями);
- специальные водные, солнечные процедуры, которые назначаются врачом.

Система закаливающих мероприятий

- Воздушно- температурный режим: от +18 до + 20° С, Обеспечивается рациональное сочетание температуры воздуха и одежды детей.
- Одностороннее проветривание: В холодное время проводится кратковременно (5-10 мин). Допускается снижение температуры на 1-2 °С.
- Сквозное проветривание (в отсутствии детей): В холодное время проводится кратковременно (5-10 мин). Критерием прекращения проветривания является температура воздуха, сниженная на 2-3 °С.
- Утром перед приходом детей. Прием детей на воздухе: К моменту прихода детей температура воздуха восстанавливается до нормальной.
- Перед возвращением детей с дневной прогулки: К моменту прихода детей температура воздуха восстанавливается до нормальной.
- Во время дневного сна, вечерней прогулки: В теплое время года проводится в течение всего периода отсутствия детей в помещении.

Обеспечивается состояние теплового комфорта соответствием одежды, температуры.

- Утренняя гимнастика: В летний период на улице.
- Физическая культура: Проводится ежедневно на свежем воздухе, одежда облегченная. Одежда и обувь соответствуют метеорологическим условиям.
- Хожение босиком: Ежедневно. В теплое время года при температуре воздуха от +20 °С до + 22 °С.

- Водные процедуры:

Гигиенические процедуры: Умывание, мытье рук до локтя водой комнатной температуры. Умывание, обтирание шеи, мытье рук до локтя водой комнатной температуры. В летний период - мытье ног.

Летние праздники и досуги

- Знакомим детей с русскими народными праздниками.
- Основные требования в организации праздника.
- Тематика и подбор материала праздников и досугов к проведению активного отдыха в летний период.

Основы безопасности жизнедеятельности детей

- Инструктажи.
- Изучаем правила пожарной безопасности.
- Организация работы «Внимание дорога».

Организация работы с родителями

- Консультаций для родителей.
- Взаимодействие с родителями в летний период (дни открытых дверей, интересными людьми живущими рядом, совместная трудовая деятельность).

Таким образом, проделанная работа по тематике, а это раскрытие теоретических и практических подходов окажет помощь всем педагогам детских садов в их многообразной работе.

Летом продолжается систематическая и полномочная работа по разделам программ. Все виды деятельности переносятся на воздух. Каждому виду отводится место и время в распорядке дня.

Непосредственная образовательная деятельность с детьми в летний период? Не будет ли это препятствовать полноценному их отдыху? Надо иметь в

виду, что организовать летний отдых детей не значит предоставить им полную свободу в выборе, их необходимо объединять их для коллективной игровой деятельности. Неправильно организованная детская деятельность, приводит к усталости, и к излишнему возбуждению. Виды непосредственная образовательная деятельность можно определить на педагогическом Совете ДООУ «Организация летней оздоровительной работы». Дано право выбора коллективу педагогов определить перечень непосредственная образовательная деятельность.

Создание условий для всестороннего развития детей.

- Переход на режим дня в соответствии с теплым периодом года: Прием детей на участках детского сада, прогулка – 4-5 часов, сон – 3 часа, образовательная деятельность на свежем воздухе; наличие магнитофона, музыкального центра для музыкального фона.

- Организация водно-питьевого режима: Наличие чайника, охлажденной кипячёной воды, одноразовых стаканчиков.

- Организация закаливающих процедур: Наличие индивидуальных полотенец для рук и ног; таза, лейки; индивидуальных стаканчиков для полоскания зева и горла.

Условия для физического развития

- Организация безопасных условий пребывания детей в дошкольных отделениях: Наличие аптечки первой помощи, исправного оборудования на прогулочных площадках.

- Формирование основ безопасного поведения и привычки к здоровому образу жизни: Наличие дидактического материала для: работы по ОБЖ, обучения детей правилам дорожного движения, работы по ЗОЖ.

- Организация оптимального двигательного режима: Наличие физкультурного оборудования, проведение коррекционной и профилактической работы (коррекция, осанки, плоскостопия и др.) Организация образовательной деятельности по физической культуре, спортивных праздников и развлечений.

Условия для познавательного и экологического развития

- Организация труда и наблюдений в природе: Наличие цветника, огорода, уголка природы в группах; оборудования и пособий (лопатки, лейки, грабли).

- Организация игр с песком и водой: Наличие исправных песочниц на участках, лейки для обработки песка, лопат.

Организация двигательного режима

- Прием и утренняя гимнастика на воздухе: Все возрастные группы.

- Дыхательная гимнастика: Все возрастные группы (ежедневно после дневного сна).

- Физкультурная образовательная деятельность: Все возрастные группы (2 раза в неделю).

- Оздоровительная ходьба по детскому саду на развитие дыхания: Все возрастные группы (еженедельно).

- Дозированный бег для развития выносливости: Все возрастные группы (ежедневно в конце прогулки по индивидуальным показателям).

- Развитие основных движений (игры с мячом, прыжки, упражнения в равновесии и т.д.): Все возрастные группы (ежедневно на прогулках, подгруппами и индивидуально).

- Подвижные игры на прогулке: Все возрастные группы (ежедневно).

- Физкультурные досуги и развлечения: Все возрастные группы (еженедельно).

Закаливающие мероприятия

- Воздушные ванны: Все возрастные группы (ежедневно в теплую погоду).

- Прогулки: Все возрастные группы (ежедневно).

- Хожение босиком по песку и траве: Все возрастные группы (ежедневно в тёплую погоду).

- Обширное умывание: Все возрастные группы (ежедневно).

- Мытье ног: Все возрастные группы (ежедневно).

Воспитательно-образовательной работы с детьми на летний период ФИЗКУЛЬТУРНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ (младший и старший дошкольный возраст)

Июнь

- Забавы с мячом.
- «Школа мяча». Элементы спортивных игр с мячом.
- Игры – упражнения «Маленькие спортсмены».
- «Классики». Игры – аттракционы и по игры с прыжками.
- Игры с ходьбой и бегом (с предметами и без).
- Игры – эстафеты с предметами и без.
- «Скок – поскок». Игры забавы.
- Малые «Олимпийские игры».

Июль

- «Вот мы ловкие какие!» Игры упражнения на лазание подлезание, Равновесие.
- «Зигзаги ловкости» Игры и упражнения на лазание, подлезание, равновесие.
- День здоровья.
- «Мини – стадион для всех» полоса препятствий с использованием сюжета И элементов квеста.
- «Круговая тренировка». Физические упражнения с использованием маршрутных карт.
- Игры развлечения с Петрушкой.
- Спортивные игры: Бадминтон, городки, дартс.

Август

- «Волшебная вода» Игры развлечения с водой.
- «Азбука здоровья». Игры соревнования.
- «Музыка и спорт» - спортивный праздник.
- «Элементы игр волейбола и баскетбола». Игры с использованием сюжета и элементов
- «Веселый велосипедист». Игры – соревнования с использованием велосипедов, самокатов, роликовых дисков.
- Игры развлечения по выбору.
- «Цветик – семицветик». Самореализация двигательных навыков по заданию.

Методические материалы:

- Н. Е. Вераксы, Т. С. Комарова, М. А. Васильева Общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией - М.: Мозаика-Синтез, 2014.
- Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Первая младшая группа»- М.: Мозаика-Синтез, 2014 г.
- Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Вторая младшая группа»- М.: Мозаика-Синтез, 2014 г.
- Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа» - М.: Мозаика-Синтез, 2014 г.
- Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа». - М.: Мозаика-Синтез, 2014 г.
- Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа» -М.: Мозаика-Синтез, 2014 г.
- М. А Васильева, В. В. Гербова, Т.С. Комарова «Физическое воспитание детей 2-7 лет.» Развернутое перспективное планирование по программе «От рождения до школы» , издательство «Учитель» , В., 2011 г.
- «Физкультурные занятия с элементами логоритмики», издательство «Учитель», В. 2012
- С.Ю. Федорова. «Примерный план физкультурных занятий с детьми Вторая группа раннего возраста- М.: Мозаика-Синтез, 2017 г.
- Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет), М., 2002 г.
- Вавилова Е. Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать, М., 1983 г.
- И.И. Вепрева, Г.М. Татарникова Модель физкультурно- оздоровительного образования старших дошкольников. Планирование, занятия, ресурсное обеспечение. Издательство «Учитель», 2015 г.
- Сулим Е.В. «Занятия физкультурой: игровой стретчинг для дошкольников» Издательство ТЦ Сфера 2016 г.
- Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр» М. Мозаика- Синтез, 2015.
- Е.И. Подольская «Оздоровительная гимнастика. Игровые комплексы, занятия, физические упражнения» Волгоград, «Учитель»,2014 г.
- Е.И. Подольская «Сценарии спортивных праздников и мероприятий для детей 3-7 лет», издательство «Учитель», 2009 г.
- М.П. Асташина «Фольклорно-физкультурные занятия и досуги с детьми 3-7 лет», , Волгоград, «Учитель»,2013 г.
- Н.М. Соломенникова, Т.Н. Машина,. «Формирование двигательной сферы детей 3-4 лет», Волгоград, «Учитель» 2013 г..