

РАССМОТРЕНА

на заседании управляющего совета
№10 «Мозаика»
Протокол
от «30» августа 2022 г. № 07

ПРИНЯТА

педагогическим советом
МБДОУ ДС №10 «Мозаика»
Протокол
от «25» августа 2022 г № 01

УТВЕРЖДЕНА

приказом заведующего МБДОУ ДС
МБДОУ ДС №10 «Мозаика»
от «31» августа 2022 г. № 133

**Рабочая программа инструктора по физической культуре
по реализации основной образовательной программы дошкольного
образования муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения
«Детский сад №10 «Мозаика»
г. Нового Оскола Белгородской области»
на 2022-2023 учебный год**

Новый Оскол
2022 год

Содержание		Стр.
I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ		
Обязательная часть		
1.	Пояснительная записка	3
1.1.	Цели и задачи реализации рабочей Программы	4
1.2.	Принципы и подходы к формированию рабочей Программы	5
1.3.	Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста	7
1.4.	Планируемые результаты освоения рабочей Программы	12
1.5.	Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по Программе	15
II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ		
Обязательная часть		
2.1.	Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка..	16
2.2.	Взаимодействие с педагогами и семьями воспитанников	21
III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ		
Обязательная часть		
3.1.	Организация развивающей предметно-пространственной среды	24
3.2.	Особенности организации образовательной деятельности и режима пребывания детей в образовательном учреждении	26
3.3.	Методическое обеспечение рабочей программы	28
<i>Приложение 1. Перспективно-тематическое планирование деятельности на учебный год</i>		30

І. Целевой раздел

1. Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора по физической культуре по освоению образовательной области «Физическое развитие» детьми 1,5-7 (далее программа) лет разработана на основе ООП дошкольного образования Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №10 «Мозаика» г. Нового Оскола Белгородской области», в соответствии с ФГОС ДО.

Нормативно-правовой основой для разработки Программы являются следующие нормативно-правовые документы:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ;
- Федеральный закон «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155);
- Санитарно-эпидемиологические правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 31 июля 2020 г. № 373 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования".
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.02.2014 г. № 08-249 «Комментарии к ФГОС дошкольного образования»;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р.
- Порядок проведения самообследования образовательной организации, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 14 декабря 2017 года № 462.
- Постановление правительства Белгородской области «Об утверждении государственной программы Белгородской области «Развитие образования Белгородской области» от 30 декабря 2021 года N 528-пп
- Устав МБДОУ ДС № 10 «Мозаика

Программа обеспечивает развитие у детей каждой возрастной группы двигательных умений и навыков, направлена на воспитание их физических качеств, развитие координации движений, пространственной ориентации и способствует укреплению физического и психического здоровья в формах, специфических для детей каждой возрастной группы, с учетом их индивидуальных особенностей.

Обязательная часть разработана с учетом программно-методического комплекса комплексной образовательной программы дошкольного образования «Детство» под редакцией Т.И. Бабаевой, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцевой (для детей дошкольного возраста), программно-методического комплекса образовательной программы дошкольного образования «Теремок» (для детей от двух месяцев до трех лет). / Научный руководитель И.И. Лыкова; под общей редакцией Т.В. Волосовец, И.Л. Кирилова, И.А. Лыковой, О.С. Ушаковой.

1.1. Цели и задачи реализации рабочей программы

Целью программы является создание благоприятных условий для гармоничного физического и психического развития ребенка, для сохранения и укрепления здоровья, для совершенствования функций формирующегося организма и полноценного развития основных движений.

Для достижения поставленной цели программой определены следующие задачи.

К общим задачам относятся:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических способностей.
- обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса;
- создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с другими детьми, взрослыми и миром;
- объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей, принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- формирование общей культуры личности детей, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирование предпосылок учебной деятельности;
- формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным и индивидуальным особенностям детей;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

1.2. Принципы и подходы к реализации рабочей программы

1. Принцип развивающего образования, который реализуется через деятельность каждого ребенка в зоне его ближайшего развития.
2. Принцип научной обоснованности и практической применимости (содержание программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики).
3. Принцип единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста.
4. Комплексно-тематический принцип построения образовательного процесса.
5. Принцип решения программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.
6. Принцип построения образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми, с учетом положения, что основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра.
7. Принципа гуманизации, который означает признание уникальности и неповторимости личности каждого ребенка, признание неограниченных возможностей развития личного потенциала каждого ребенка, уважение к личности ребенка со стороны всех участников образовательного процесса.
8. Принципы дифференциации и индивидуализации в образовательном процессе обеспечивают развитие ребенка в соответствии с его склонностями, интересами и возможностями, осуществляется этот принцип через создание условий для воспитания и обучения каждого ребенка с учетом индивидуальных особенностей его развития.
9. Принцип этнокультурной соотнесенности дошкольного образования, который реализуется через приобщение детей к истокам русской народной культуры, одновременно Программа предполагает воспитание уважения к другим народам, интерес к мировому сообществу.

Программа предусматривает реализацию основных **принципов** дошкольного образования (п.1.4. ФГОС ДО):

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных

особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (далее - индивидуализация дошкольного образования);

- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество ДООУ с семьей;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства; - формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учет этнокультурной ситуации развития детей.

Методологические принципы построения рабочей программы:

- принцип амплификации развития - создание в образовательной среде условий для всемерного расширения (обогащения) развития каждого ребенка с учетом его индивидуальных особенностей;
- принцип диалогичности - приведение образовательного процесса к форме диалога;
- принцип инициирования субъектности - отношение к ребенку как равноправному субъекту образовательных отношений, предполагает создание условий для поддержки его инициативы, активности, самостоятельности в различных образовательных ситуациях;
- принцип культуросообразности содержание образования на всех его уровнях должно быть спроектировано по модели развития общечеловеческой культуры в соответствии с возрастными особенностями детей;
- принцип природосообразности – образовательная среда для детей младенческого и раннего возраста организуется на основе системно выстроенного «возрастного портрета развития».

Базовые идеи рабочей программы:

- идея о развитии ребенка как субъекта детской деятельности.
- идея о феноменологии современного дошкольного детства.
- идея о целостности развития ребенка в условиях эмоционально насыщенного, интересного, познавательно привлекательного, дающего возможность активно действовать и творить образовательного процесса.
- идея о педагогическом сопровождении ребенка как совокупности условий, ситуаций выбора, стимулирующих развитие детской субъектности и ее проявлений - инициатив, творчества, интересов, самостоятельной деятельности.

Содержание программы построено с учетом следующих **методологических подходов:**

Деятельностный подход.

Организация образовательного процесса строится на основе ведущих видов детской деятельности: общении, игре, познавательно-исследовательской деятельности - как сквозных механизмах развития ребенка. Деятельность развивается от возраста к возрасту, меняются ее содержание и форма.

Для детей раннего возраста (1,1 - 3 года):

- предметная деятельность и игры с составными и динамическими игрушками;
- общение с взрослым и совместные игры со сверстниками под руководством взрослого,
- двигательная активность.

Для детей дошкольного возраста (3 года - 7 лет):

- игровая деятельность (включая сюжетно-ролевую игру как ведущую деятельность детей дошкольного возраста, а также игру с правилами и другие виды игры);
- коммуникативная (общение и взаимодействие с взрослыми и сверстниками);
- двигательная (овладение основными движениями) активность ребенка.

Индивидуально-дифференцированный подход.

Все воспитательные мероприятия, приемы обучения дошкольников направлены на утверждение самооценности личности ребенка, на создание условий для включения в успешную деятельность каждого ребенка.

Компетентностный подход.

Позволяет педагогам структурировать содержание и организацию образовательного процесса в соответствии с потребностями, интересами воспитанников.

Интегративный подход.

Дает возможность развивать в единстве познавательную, эмоциональную и практическую сферы личности ребенка. Программа сформирована на основе требований ФГОС ДО, предъявляемых к структуре образовательной программы дошкольного образования и ее объёму. Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования. Программа обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей.

1.3. Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста

Характеристики особенностей развития детей младенческого, раннего и

дошкольного возраста

Младенческий возраст. Первый год жизни

В младенческом возрасте (2 месяца – 1 год) - непосредственное эмоциональное общение с взрослым, манипулирование с предметами и познавательно-исследовательские действия.

Особенности физического и психического развития.

На первом году жизни закладывается фундамент здоровья человека. Согласно данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), здоровый ребенок рождается с массой тела от 2,5 до 4 кг, хотя показатель массы тела при рождении может варьироваться от 1,5 кг (и менее) до 5 кг (и более). Длина тела новорожденных обычно варьируется в пределах 48–58 см. В первом полугодии нормально развивающийся ребенок ежемесячно прибавляет в весе от 600–700 г до 1 кг; во втором — 400–500 г; к концу года вес ребенка составляет 9–11 кг. Длина тела каждый месяц увеличивается в среднем на 3 см и к концу года в норме составляет 71–81 см. Отмечаются три «пика» двигательной активности. Первый (2 мес.) — «комплекс оживления»; развитие движений, обусловленных морфофункциональными изменениями проекционной зрительной зоны (удерживание и повороты головы и др.). Второй (6–8 мес.) — активация ползания, формирование бинокулярного зрения, развитие функций рук. Третий пик — 11–12 мес. — начало ходьбы и овладения ребенком своим телом и пространством.

Необходимое условие развития мозга — активное функционирование анализаторов. Если ребенок попадает в условия сенсорной депривации — недостатка или отсутствия зрительной, слуховой, осязательной и др. видов информации, темп его развития резко замедляется. В условиях развивающей среды нервная система быстро развивается, однако она еще очень слаба, поэтому ребенок быстро утомляется и нуждается в длительном сне. Характерна высокая потребность в активном освоении окружающего мира, вследствие чего ребенок постепенно научается держать голову, переворачиваться на живот, ползать, садиться, подниматься (принимать вертикальное положение), ходить, брать в руки предметы и обследовать их с помощью разных способов. Идет процесс интенсивного сенсорно-моторного развития. Ребенок смотрит, слушает, пробует на вкус, узнает, действует. Быстро развиваются движения рук. В 8 мес. ребенок берет предмет всей кистью (кистевой захват), в 9–10 мес. может взять предмет тремя пальцами — большим, средним и указательным (пинцетный захват, который начинает формироваться с 6 мес.), к 11–12 мес. формируется способ захвата предмета с помощью двух пальцев — большого и указательного (щипковый захват). Сначала все движения недостаточно координированы, но постепенно, после многократных проб и ошибок они уточняются, соотносясь с формой и размером предмета, его назначением положением в пространстве и к концу

года ребенок не только разнообразно и увлеченно манипулирует предметами (трясет, постукивает, бросает, сжимает др.), но и выполняет более сложные соотносящие действия: собирает пирамидку, открывает закрывает коробки и т.п.

Второй год жизни

Особенности физического и психического развития

Темпы физического развития детей второго года жизни несколько снижаются по сравнению с первым. Ежемесячно вес тела ребенка увеличивается на 200–250 г, длина тела — на 1 см. К концу года рост ребенка варьируется в пределах 83–91 см, а вес — 11–13 кг (приведены средние показатели по данным ВОЗ). Постепенно совершенствуются все системы организма. Ребенок окреп физически, освоил прямохождение, стал более свободно владеть своим телом и пространством. Он много и разнообразно двигается (ходит, бегает, прыгает, лазает, поднимается по ступенькам и др.). Трудности и преграды вызывают у малыша желание их преодолевать и позитивные эмоции. Повышается работоспособность центральной нервной системы. На втором году жизни периоды бодрствования составляют 4–4,5 часа, в течение которых ребенок активно познает окружающий мир и самого себя.

Общая моторика, моторика рук: ходит уверенно. Наклоняется, чтобы достать предмет с пола. Останавливается, идет в сторону и назад, бросает мяч. Короткое время стоит на одной ноге. При легкой поддержке ходит вниз по лестнице, поднимается сам, прыгает на месте, крутит педали трехколесного велосипеда. Держит два предмета в одной руке. Чертит карандашом, листает страницы книги. Ставит друг на друга от 2 до 6 кубиков.

Третий год жизни

Особенности физического и психического развития: рост трехлетнего ребенка обычно достигает 99–102 см, а вес — 14–16 кг (средние показатели по данным ВОЗ). За год ребенок вырастает на 7–8 см и прибавляет в весе от 2,5 до 3 кг. Это уже не пухлый карапуз: исчезает округлость тела, ноги и руки становятся более длинными и стройными. Ребенок много и разнообразно двигается, продолжает активно осваивать пространство доступными способами (ходит, бегает, прыгает, переползает через предмет или подлезает под ним и др.), уверенно владеет своим телом. Он может активно бодрствовать 6–6,5 часов, но все еще нуждается в полноценном дневном сне, чередовании активности и отдыха. Ребенок становится все более активным, самостоятельным и умелым.

Физическое развитие

Дети владеют основными жизненно важными движениями (ходьба, бег, лазание, действия с предметами), сидят на корточках, спрыгивают с нижней

ступеньки.

Возрастные и индивидуальные особенности воспитанников 3-4 года ***Физическое развитие.***

3-хлетний ребенок владеет основными жизненно важными движениями (ходьба, бег, лазание, действия с предметами). Возникает интерес к определению соответствия движений образцу. Дети испытывают свои силы в более сложных видах деятельности, но вместе с тем им свойственно неумение соизмерять свои силы со своими возможностями. Моторика выполнения движений характеризуется более или менее точным воспроизведением структуры движения, его фаз, направления и т.д. К 4-м годам ребенок может без остановки пройти по гимнастической скамейке, руки в стороны; ударять мяч об пол и ловить его двумя руками (3 раза подряд); перекладывать по одному мелкие предметы (пуговицы, горошины и т.п. – всего 20 шт.) с поверхности стола в небольшую коробку (правой рукой). Начинает развиваться самооценка при выполнении физических упражнений, при этом дети ориентируются в значительной мере на оценку воспитателя. 3-4-х летний ребенок владеет элементарными гигиеническими навыками самообслуживания (самостоятельно и правильно моет руки с мылом после прогулки, игр, туалета; аккуратно пользуется туалетом: туалетной бумагой, не забывает спускать воду из бачка для слива; при приеме пищи пользуется ложкой, салфеткой; умеет пользоваться носовым платком; может самостоятельно устранить беспорядок в одежде, причёске, пользуясь зеркалом, расческой).

Возрастные и индивидуальные особенности воспитанников 4-5 лет

К пяти годам складывается «психологический портрет» личности, в котором важная роль принадлежит компетентности, в особенности интеллектуальной (это возраст «почемучек»), а также креативности.

Физическое развитие

В этом возрасте продолжается рост всех органов и систем, сохраняется потребность в движении. Двигательная активность становится целенаправленной, отвечает индивидуальному опыту и интересу, движения становятся осмысленными, мотивированными и управляемыми. Сохраняется высокая эмоциональная значимость процесса деятельности для ребенка, неспособность завершить ее по первому требованию. Появляется способность к регуляции двигательной активности. У детей появляется интерес к познанию себя, своего тела, его строения, возможностей. У детей возникает потребность действовать совместно, быстро, ловко, в едином для всех детей темпе; соблюдать определенные интервалы во время передвижения в разных построениях, быть ведущим. Уровень функциональных возможностей повышается. Позитивные изменения наблюдаются в развитии моторики. Дошкольники лучше удерживают

равновесие перешагивая через небольшие преграды., нанизывает бусины (20 шт.) средней величины (или пуговицы) на толстую леску. В 4-5 лет у детей совершенствуются культурно-гигиенические навыки (хорошо освоен алгоритм умывания, одевания, приема пищи): они аккуратны во время еды, умеют правильно надевать обувь, убирают на место свою одежду, игрушки, книги. В элементарном самообслуживании (одевание, раздевание, умывание и др.) проявляется самостоятельность ребенка.

Возрастные и индивидуальные особенности воспитанников 5-6 лет ***Физическое развитие***

Продолжается процесс окостенения скелета ребенка. Дошкольник более совершенно овладевает различными видами движений. Тело приобретает заметную устойчивость. Дети к 6 годам уже могут совершать пешие прогулки, но на небольшие расстояния. Шестилетние дети значительно точнее выбирают движения, которые им надо выполнить. У них обычно отсутствуют лишние движения, которые наблюдаются у детей 3-5 лет. В период с 5 до 6 лет ребенок постепенно начинает адекватно оценивать результаты своего участия в играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом к 6 годам начинает доставлять ребенку радость, способствует эмоциональному благополучию и поддерживает положительное отношение к себе («я хороший, ловкий» и т.д.). Уже начинают наблюдаться различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков - более прерывистые, у девочек – мягкие, плавные). К 6 годам совершенствуется развитие мелкой моторики пальцев рук. Некоторые дети могут продеть шнурок в ботинок и завязать бантиком. В старшем возрасте продолжают совершенствоваться культурно-гигиенические навыки: умеет одеться в соответствии с условиями погоды, выполняет основные правила личной гигиены, соблюдает правила приема пищи, проявляет навыки самостоятельности. Полезные привычки способствуют усвоению основ здорового образа жизни.

Возрастные и индивидуальные особенности воспитанников 6-7 лет ***Физическое развитие***

К 7 годам скелет ребенка становится более крепким, поэтому он может выполнять различные движения, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует усиленный рост ног. Ноги и руки становятся более выносливыми, ловкими, подвижными. В этом возрасте дети уже могут совершать довольно длительные прогулки, долго бегать, выполнять сложные физические упражнения. У семилетних детей отсутствуют лишние движения. Ребята уже самостоятельно, без специальных указаний взрослого, могут выполнить ряд движений в определенной последовательности, контролируя их, изменяя (произвольная регуляция движений). Ребенок уже способен достаточно

адекватно оценивать результаты своего участия в подвижных и спортивных играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом доставляет ребенку радость и поддерживает положительное отношение к себе и своей команде («мы выиграли, мы сильнее»). Имеет представление о своем физическом облике (высокий, толстый, худой, маленький и т.п.) и здоровье, заботиться о нем. Владеет культурно-гигиеническими навыками и понимает их необходимость.

1.4. Планируемые результаты освоения рабочей программы

Планируемые результаты освоения рабочей программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования. Целевые ориентиры программы выступают основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования. При соблюдении требований к условиям реализации программы настоящие целевые ориентиры предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок к учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования.

К целевым ориентирам дошкольного образования относятся следующие социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка:

- Целевые ориентиры образования в раннем возрасте.
- Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования.

Целевые ориентиры образования в раннем возрасте:

- ребенок интересуется окружающими предметами и активно действует с ними; эмоционально вовлечен в действия с игрушками и другими предметами, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий;
- использует специфические, культурно фиксированные предметные действия, знает назначение бытовых предметов (ложки, расчески, карандаша и пр.) и умеет пользоваться ими. Владеет простейшими навыками самообслуживания; стремится проявлять самостоятельность в бытовом и игровом поведении;
- стремится к общению со взрослыми и активно подражает им в движениях и действиях; появляются игры, в которых ребенок воспроизводит действия взрослого;
- проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им;
- у ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.).

К концу первого года жизни:

Активно проявляет потребность в эмоциональном общении и поиске

разнообразных впечатлений, чувствительность к эмоциям и мыслям слов взрослых, избирательное отношение к близким и посторонним людям (взрослым и детям); проявляет двигательную активность: свободно изменяет позу; ползает; садится; встает на ножки, переступает ногами; держась за опору; ходит самостоятельно или при поддержке.

К трем годам:

Активно познает окружающий мир, интересуется бытовыми и природными объектами, разнообразно действует с ними, исследует их свойства и функции, апробирует способы действий, экспериментирует; проявляет настойчивость в достижении результата своих действий использует специфические, культурно фиксированные предметные действия, владеет простейшими навыками самообслуживания; с удовольствием двигается — ходит, бегает в разных направлениях, стремится самостоятельно осваивать различные виды движений (бег, лазанье, перешагивание, ходьба по лестнице и пр.); пытается использовать приобретенные двигательные навыки в новых предлагаемых условиях (преодоление препятствий, расстояний в изменившихся условиях).

К четырем годам: Ребенок может спокойно, не мешая другому ребенку, играть рядом, объединяться в игре с общей игрушкой, участвовать в несложной совместной практической деятельности.

Активно участвует в разнообразных видах деятельности: в играх, двигательных упражнениях, в действиях по обследованию свойств и качеств предметов и их использованию, в рисовании, лепке, речевом общении, в творчестве. Принимает цель, в играх, в предметной и художественной деятельности по показу и побуждению взрослых ребенок доводит начатую работу до определенного результата.

Сформирована соответствующая возрасту координация движений. Ребенок проявляет положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм.

К пяти годам:

Ребенок может применять усвоенные знания и способы деятельности для решения несложных задач, поставленных взрослым. Доброжелателен в общении со сверстниками в совместных делах; проявляет интерес к разным видам деятельности, активно участвует в них.

В играх наблюдается разнообразие сюжетов. Называет роль до начала игры, обозначает свою новую роль по ходу игры. Проявляет самостоятельность в выборе и использовании предметов- заместителей, с интересом включается в ролевой диалог со сверстниками. Выдвигает игровые замыслы, инициативен в развитии игрового сюжета. Вступает в ролевой диалог. Проявляет интерес к игровому экспериментированию с предметами и материалами. Проявляет творчество в создании игровой обстановки, в театрализации. В играх с правилами принимает игровую задачу, проявляет интерес к результату, выигрышу.

Движения стали значительно более уверенными и разнообразными. Ребенок испытывает острую потребность в движении, отличается высокой

возбудимостью. В случае ограничения активной двигательной деятельности быстро перевозбуждается, становится непослушным, капризным. Эмоционально окрашенная деятельность становится не только средством физического развития, но и способом психологической разгрузки.

Выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни: рассказывает о последовательности и необходимости выполнения культурно-гигиенических навыков.

Самостоятелен в самообслуживании, сам ставит цель, видит необходимость выполнения определенных действий.

К шести годам:

Ребенок проявляет самостоятельность в разнообразных видах деятельности, стремится к проявлению творческой инициативы. Может самостоятельно поставить цель, обдумать путь к ее достижению, осуществить замысел и оценить полученный результат с позиции цели.

Проявляет интерес к физическим упражнениям. Ребенок правильно выполняет физические упражнения, проявляет самоконтроль и самооценку. Может самостоятельно придумать и выполнить несложные физические упражнения.

Самостоятельно выполняет основные культурно-гигиенические процессы (культура еды, умывание, одевание), владеет приемами чистки одежды и обуви с помощью щетки. Самостоятельно замечает, когда нужно вымыть руки или причесаться. Освоил отдельные правила безопасного поведения, способен рассказать взрослому о своем самочувствии и о некоторых опасных ситуациях, которых нужно избегать. Проявляет уважение к взрослым. Умеет интересоваться состоянием здоровья близких людей, ласково называть их. Стремится рассказывать старшим о своих делах, любимых играх и книгах. Внимателен к поручениям взрослых, проявляет самостоятельность и настойчивость в их выполнении, вступает в сотрудничество.

Слушает и понимает взрослого, действует по правилу или образцу в разных видах деятельности, способен к произвольным действиям, самостоятельно планирует и называет два-три последовательных действия, способен удерживать в памяти правило, высказанное взрослым, и действовать по нему без напоминания, способен аргументировать свои суждения, стремится к результативному выполнению работы в соответствии с темой, к позитивной оценке результата взрослым.

К семи годам:

Активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.

Способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены.

Способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания

и умения в различных видах деятельности.

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.

Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и навыки личной гигиены.

1.5. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности

Согласно ФГОС ДО п. 3.2.3. при реализации образовательной программы дошкольного образования в ДОУ может проводиться оценка индивидуального развития детей в рамках педагогической диагностики (мониторинга) (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Реализация программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Оценка производится педагогами в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Программой предусмотрена система мониторинга динамики развития детей, динамики их образовательных достижений, основанная на методе наблюдения и включающая: педагогические наблюдения, педагогическую диагностику, связанную с оценкой эффективности педагогических действий с целью их дальнейшей оптимизации; детские портфолио, фиксирующие достижения ребенка в ходе образовательной деятельности; различные шкалы индивидуального развития детей.

Инструментарий для педагогической диагностики - карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка в ходе:

- коммуникации со сверстниками и взрослыми;
- игровой деятельности;
- познавательной деятельности;
- проектной деятельности;
- художественной деятельности;
- физического развития.

Результаты педагогической диагностики используются для решения следующих образовательных задач:

- индивидуализации образования;
- оптимизации работы с группой детей.

Мониторинг выступает как необходимый структурный компонент коррекционно-педагогического процесса и как средство оптимизации этого процесса.

Программой не предусматривается оценивание качества

образовательной деятельности ДОУ на основе достижения детьми планируемых результатов освоения программы.

II. Содержательный раздел

2.1 Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка

Образовательная область «Физическое развитие»

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами.

Первый год жизни.

Задачи образовательной деятельности

- Проявлять максимально заботливый уход за ребенком постоянное внимание к его состоянию; формировать чувство безопасности, защищенности, доверия.
- Способствовать сохранению укреплению физического психического здоровья ребенка.
- Создавать условия для обеспечения физиологической зрелости систем и функций организма ребенка с учетом его возрастных и индивидуальных возможностей.
- Создавать условия для сенсорно моторного развития.
- Обеспечивать развитие движений на основе эмоционально-позитивного общения с близким взрослым и в совместных действиях с ним; формировать потребность в двигательной активности.
- Формировать опыт управления своим телом, овладения разнообразными «динамическими» позами и способами перемещения в пространстве; начинать знакомить со строением тела (показывать и называть части тела) в процессе умывания, одевания, кормления, в играх-забавах на основе пестушек.

Младенческий возраст (2-12 месяцев)

В области физического развития

Взрослый способствует прежде всего двигательному развитию, организует полноценное питание, режим дня, включающий сон и регулярное пребывание на свежем воздухе, время от времени проводит

массаж.

Развитию крупной и мелкой моторики на данном этапе следует придавать особое значение.

В области крупной моторики

Взрослый поощряет самостоятельную активность и развитие свободного движения; организует безопасную предметно-пространственную среду, способствующую развитию свободной двигательной активности, самостоятельному перемещению ребенка в помещении, попыткам делать первые шаги.

Для развития здоровой пространственной координации и двигательного аппарата ребенка важно, чтобы ребенок учился перемещению в пространстве и прямостоянию самостоятельно, без активного вмешательства взрослых. Необходимо предоставлять ребенку возможность развиваться по индивидуальной траектории моторного развития. Большинство детей активно ползают, но существует множество детей, пропускающих фазу активного ползания идвигающихся по-другому.

Следует также помнить, что сроки развития прямостояния у разных детей сильно варьируются в возрастном диапазоне от 10 месяцев до 1,5 и более лет. Искусственное ускорение этого процесса, беспокойство родителей (законных представителей) и неадекватные требования могут нанести ребенку вред.

В области мелкой моторики

Взрослый насыщает среду предметами из разнообразных материалов (дерева, пластмассы, материи, шерсти и т. п.) различной величины и формы, ощупывание которых способствует развитию мелкой моторики ребенка, учитывая требования по обеспечению безопасности жизни здоровья детей. Развитию мелкой моторики способствует также экспериментирование с карандашами, мелками и т. п.

Второй год жизни

Задачи образовательной деятельности

- Создавать условия для гармоничного физического и психического развития ребенка с учетом его индивидуальных особенностей.
- Поддерживать позитивное отношение к движениям и физическим упражнениям, создавать условия для двигательной активности.
- Обогащать двигательный опыт, продолжать развивать двигательные умения (ходьба, бег, прыжки, лазание, бросание, ловля и др.).
- Развивать ориентировку в пространстве и элементы произвольности (управление своим телом).
- Знакомить с телом человека, формировать образ и чувство своего тела (телесность).
- Содействовать укреплению тонуса разных групп мышц (шеи, плеч, спины, туловища, рук и ног).
- Поощрять самостоятельные действия и движения, сохраняя индивидуальный темп и ритм.

- Формировать культурно-гигиенические навыки; поддерживать потребность в чистоте и опрятности.
- Приобщать к здоровому образу жизни, укреплять здоровье.
- Содействовать формированию физических и личностных качеств.

Третий год жизни

Задачи образовательной деятельности

- Создавать условия для гармоничного физического и психического развития ребенка с учетом его индивидуальных особенностей.
- Развивать устойчивый интерес к движениям и физическим упражнениям. Поддерживать двигательную активность.
- Совершенствовать умение ребенка управлять своим телом и движениями в разных условиях, свободно ориентироваться в пространстве и активно осваивать его в процессе разных движений.
- Обогащать и разнообразить двигательный опыт, изменяя способы и характер движений.
- Продолжать развивать основные двигательные умения (ходьба, бег, прыжки, лазание, бросание, ловля и др.), сохраняя индивидуальный темп и ритм.
- Содействовать становлению образа и чувства своего тела (телесности). Продолжать знакомить с телом человека.
- Формировать культурно-гигиенические навыки; развивать потребность в чистоте и опрятности.
- Приобщать к здоровому образу жизни, укреплять здоровье.
- Содействовать формированию физических и личностных качеств.

Ранний возраст (1-3 года)

В сфере развития различных видов двигательной активности

Взрослые организуют пространственную среду с соответствующим оборудованием – как внутри помещений Организации, так и на внешней ее территории (горки, качели и т. п.) для удовлетворения естественной потребности детей в движении, для развития ловкости, силы, координации и т. п. Проводят подвижные игры, способствуя получению детьми радости от двигательной активности, развитию ловкости, координации движений, правильной осанки. Вовлекают детей в игры с предметами, стимулирующие развитие мелкой моторики.

Дошкольный возраст Детство от трех до семи лет

В сфере становления у детей ценностей здорового образа жизни

Взрослые способствуют развитию у детей ответственного отношения к своему здоровью. Они рассказывают детям о том, что может быть полезно и что вредно для их организма, помогают детям осознать пользу здорового образа жизни, соблюдения его элементарных норм правил, в том числе правил здорового питания, закаливания и пр. Взрослые способствуют формированию полезных навыков и привычек, нацеленных на поддержание собственного здоровья, в том числе формированию гигиенических навыков. Создают возможности для активного участия детей в оздоровительных мероприятиях.

В сфере совершенствования двигательной активности детей, развития представлений о своем теле и своих физических возможностях, формировании начальных представлений о спорте

Взрослые уделяют специальное внимание развитию у ребенка представлений о своем теле, произвольности действий и движений ребенка.

Для удовлетворения естественной потребности детей в движении взрослые организуют пространственную среду с соответствующим оборудованием как внутри помещения так и на внешней территории (горки, качели и т. п.), подвижные игры (как свободные, так и по правилам), занятия, которые способствуют получению детьми положительных эмоций от двигательной активности, развитию ловкости, координации движений, силы, гибкости, правильного формирования опорно-двигательной системы детского организма.

Взрослые поддерживают интерес детей к подвижным играм, занятиям на спортивных снарядах, упражнениям в беге, прыжках, лазании, метании и др.; побуждают детей выполнять физические упражнения, способствующие развитию равновесия, координации движений, ловкости, гибкости, быстроты, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также правильного не наносящего ущерба организму выполнения основных движений.

Взрослые проводят физкультурные занятия, организуют спортивные игры в помещении и на воздухе, спортивные праздники; развивают у детей интерес к различным видам спорта, предоставляют детям возможность кататься на коньках, лыжах, ездить на велосипеде, плавать, заниматься другими видами двигательной активности.

Четвертый год жизни

Задачи образовательной деятельности:

- Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.
- Целенаправленно развивать у детей физические качества: скоростно-силовые, быстроту реакции на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию координации, общей выносливости, силы, гибкости.
- Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя.
- Развивать умения самостоятельно правильно умываться, причесываться, пользоваться носовым платком, туалетом, одеваться и раздеваться при незначительной помощи, ухаживать за своими вещами и игрушками.
- Развивать навыки культурного поведения во время еды, правильно пользоваться ложкой, вилкой, салфеткой.

Пятый год жизни

Задачи образовательной деятельности:

- Развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений, соблюдать правила в подвижных играх и контролировать их выполнение, самостоятельно проводить подвижные игры и упражнения, ориентироваться в пространстве, воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений, оценивать движения сверстников и замечать их ошибки.
- Целенаправленно развивать скоростно-силовые качества, координацию, общую выносливость, силу, гибкость.
- Формировать у детей потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни.
- Развивать умения самостоятельно и правильно совершать процессы умывания, мытья рук; самостоятельно следить за своим внешним видом; вести себя за столом во время еды; самостоятельно одеваться и раздеваться, ухаживать за своими вещами (вещами личного пользования).

Шестой год жизни

Задачи образовательной деятельности:

- Развивать умения осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений).
- Развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей.
- Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях.
- Развивать творчество в двигательной деятельности.
- Воспитывать у детей стремление самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.
- Развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу.
- Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.
- Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании, развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего поведения.
- Развивать самостоятельность детей в выполнении культурно - гигиенических навыков и жизненно важных привычек здорового образа жизни.
- Развивать умения элементарно описывать свое самочувствие и привлекать внимание взрослого в случае недомогания.

Седьмой год жизни

Задачи образовательной деятельности:

- Развивать умение точно, энергично и выразительно выполнять

физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности.

- Развивать и закреплять двигательные умения и знания правил в спортивных играх и спортивных упражнениях.
- Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.
- Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений.
- Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость, координацию движений.
- Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.
- Формировать представления о некоторых видах спорта, развивать интерес к физической культуре и спорту.
- Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей.
- Развивать самостоятельность в применении культурно-гигиенических навыков, обогащать представления о гигиенической культуре.

2.2. Взаимодействие с педагогами и семьями воспитанников

Одним из важных условий реализации программы является совместное с родителями воспитание и развитие дошкольников, вовлечение родителей в образовательный процесс дошкольного учреждения.

Ведущая цель взаимодействия детского сада с семьей – создание в детском саду необходимых условий для развития ответственных и взаимозависимых отношений с семьями воспитанников, обеспечивающих целостное развитие личности дошкольника, повышение компетентности родителей в области воспитания.

Направления и формы работы с семьей по воспитанию здорового и физически развитого ребенка:

- Ознакомление родителей с результатами диагностики состояния здоровья ребенка и его психомоторного развития;
- Целенаправленная санпросвет работа, пропагандирующая общегигиенические требования, необходимость рационального режима и полноценного сбалансированного питания, закаливания, оптимального воздушного и температурного режима и т.д.
- Ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, направленной на физическое, психическое и социальное развитие ребенка;
- Обучение конкретным приемам и методам оздоровления (дыхательной гимнастике, разнообразным видам закаливания и т.д.);
- Ознакомление с лечебно-профилактическими мероприятиями, проводимыми в детском саду, обучение отдельным нетрадиционным

методам оздоровления детского организма (в этих целях широко используются: информация в родительских уголках, в папках-передвижках, консультации о закаливающих и лечебных процедурах; совместные физкультурные досуги, праздники).

Система работы по физическому воспитанию включает в себя три направления:

Работа с детьми.

Построение модели приобщения детей к физической культуре и спорту, способствующей правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны); формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирование у них привычки заботиться о своем здоровье:

1. Организация благоприятных условий для формирования здоровой и физически крепкой личности, воспитания у детей созидательного отношения к своему здоровью;

2. Обновление содержания воспитательно-образовательного процесса здоровьесберегающими технологиями, ориентированными на развитие целостной, физически подготовленной, культурно-нравственной личности ребенка; формирование у него основ здоровья и физических качеств, соответствующих возрастным, индивидуальным и личностным особенностям и возможностям; воспитание у детей чувства ответственности за свое здоровье, формирование целостного понимания здорового образа жизни;

3. Использование приемов интеграции в процессе приобщения детей к здоровому образу жизни.

4. Организация предметно-развивающей среды, повышающей двигательную компетентность детей в разных видах деятельности.

Работа с педагогами:

Повышение уровня профессиональной компетентности педагогического коллектива в вопросах физического развития и оздоровления детей:

1. Построение целостного педагогического процесса по физическому воспитанию и оздоровлению дошкольников, обеспечение качественной и эффективной поддержки педагогов в вопросах здоровьесбережения и здоровьесохранения.

2. Обеспечение освоения внедряемых здоровьесберегающих технологий в процессе физкультурно-оздоровительной работы с детьми.

Работа с родителями:

1. Обеспечение педагогической поддержкой в вопросах охраны и укрепления здоровья детей.

2. Формирование у родителей активной позиции на единство подходов в воспитании и оздоровлении детей в условиях дошкольного

образовательного учреждения и семьи, через разные формы работы.

ЧАСТЬ ПРОГРАММЫ, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ

*Система физкультурно-оздоровительных мероприятий ДОО
включает в себя следующие направления:*

I. Оздоровительная и профилактическая работа:

- медицинские профилактические мероприятия,
- организация рационального питания,
- психолого-педагогические профилактические мероприятия, - медико-педагогический контроль.

II. Содействие совершенствованию физического воспитания:

- рациональная организация режима двигательной активности,
- взаимодействие с родителями, педагогами и социальными партнерами,
- развитие развивающей предметно-пространственной среды.

III. Комплексное закаливание:

- общеукрепляющие мероприятия (воздушные, солнечные, водные процедуры, физическая активность)

Систему физкультурно-оздоровительной работы реализует ряд сотрудников ДОО:

- медицинские сестры;
- старший воспитатель;
- педагог-психолог;
- инструктор по физической культуре;
- учителя-логопеды;
- воспитатели.

Также активно привлекаются родители воспитанников ДОО и социальные партнеры. Во всех возрастных группах применяются лечебно - профилактические процедуры: витаминотерапия, рефлексотерапия, интересные формы закаливания: воздушные, водные, обтирание сухой рукавичкой при стабильном температурном режиме в группах и др.

Содержание физкультурно-оздоровительной деятельности инструктора по физкультуре ДОО реализуется через несколько направлений:

- Работа с детьми
- Взаимодействие с педагогами ДОО
- Взаимодействие с родителями
- Взаимодействие с социумом
- Развитие развивающей предметно-пространственной среды.

В рамках каждого из направлений используются разнообразные формы работы. Выделяются следующие формы работы с детьми:

- физкультурно-оздоровительные мероприятия,
- непосредственно образовательная деятельность (занятия физической культурой),
- работа по физическому воспитанию детей в режимных моментах.

Все эти формы, отвечая общим задачам физического воспитания и всестороннего развития ребенка, находятся во взаимосвязи; каждая из них имеет свои специальные задачи, определяющие ее место в режиме дня дошкольного учреждения.

Физкультурные занятия проводятся во всех возрастных группах три раза в неделю, при этом согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 в старших и подготовительных группах одно занятие проводится на улице круглогодично. В летний оздоровительный период физкультурные занятия во всех возрастных группах проводятся на свежем воздухе.

НОД на улице чаще проводится в форме спортивных тренировок, подвижных игр, игр с элементами спорта, зимой - ходьба на лыжах, катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам.

Планирование и организация занятий физической культурой строится на основе следующих принципов:

1. Учет принципа интеграции образовательных областей (реализуется через включение в комплекс ОРУ, в подвижные игры задания на закрепление знаний и умений, полученных детьми ранее из других образовательных областей; организуются совместные музыкально-физкультурные праздники и досуги);

2. Принцип комплексно-тематического планирования.

3. Принцип личностно-ориентированного подхода (реализуется через учет состояния здоровья детей, типов их физического развития, варьирование нагрузки в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка).

4. Активное использование музыкального сопровождения.

Учет гендерного подхода (реализуется через дифференциацию силовой нагрузки, количества повторов упражнения, подбор спортивного инвентаря, формулирование игровых задач и оборудования (например: в процессе проведения подвижных игр - девочки пчелы, мальчики - медведи, девочки елочки, мальчики - лесники) и, самое главное, используется разнообразную мотивацию (девочки после выполнения упражнений станут гибкие, стройные; мальчики - сильные, отважные).

Работа по физическому воспитанию в режимных моментах реализуется через подвижные игры, проведение индивидуальной работы с детьми по физическому совершенствованию на прогулке, самостоятельные занятия детей различными видами физических упражнений, целевые прогулки, физкультурные досуги и праздники).

III. Организационный раздел.

3.1. Организация развивающей предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства МБДОУ, группы и участка, материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, возможность общения и совместной деятельности детей (в том числе детей разного

возраста) и взрослых, двигательной активности детей, а также возможности для уединения. Развивающая предметно-пространственная среда должна обеспечивать реализацию различных образовательных программ; учет национально-культурных, климатических условий, в которых осуществляется образовательная деятельность; учет возрастных особенностей детей. Развивающая среда построена на следующих принципах:

- насыщенность;
- полифункциональность;
- вариативность, доступность;
- безопасность.

Насыщенность среды соответствует возрастным возможностям детей и содержанию программы. Образовательное пространство оснащено средствами обучения и воспитания, соответствующими материалами, игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем, которые обеспечивают:

- игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех воспитанников, экспериментирование с доступными детям материалами (в том числе с песком и водой);
- двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;
- эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;
- возможность самовыражения детей. Для детей младенческого и раннего возраста образовательное пространство предоставляет необходимые и достаточные возможности для движения, предметной и игровой деятельности с разными материалами.

Трансформируемость пространства дает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей;

Полифункциональность материалов позволяет разнообразно использовать различные составляющих предметной среды: детскую мебель, маты, мягкие модули, ширмы, природные материалы, пригодные в разных видах детской активности (в том числе в качестве предметов-заместителей в детской игре).

Вариативность среды позволяет создать различные пространства (для игры, конструирования, уединения и пр.), а также разнообразный материал, игры, игрушки и оборудование, обеспечивают свободный выбор детей. Игровой материал периодически сменяется, что стимулирует игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей.

Доступность среды создает условия для свободного доступа детей к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности; исправность и сохранность материалов и

оборудования.

Безопасность предметно-пространственной среды обеспечивает соответствие всех ее элементов требованиям по надежности и безопасности их использования.

3.2. Особенности организации образовательной деятельности и режима пребывания детей в образовательном учреждении

Учреждение функционирует в режиме 5- дневной рабочей недели с двумя выходными днями (суббота, воскресенье, а также праздничными днями). Длительность работы в группах общеразвивающей направленности – 12 часов (с 07.00 до 19.00), в группах компенсирующей направленности для детей с ТНР – 10,5 часов (с 7.00 до 17.30 часов), групп кратковременного пребывания – 3 часа.

Режим дня соответствует возрастным особенностям детей и способствует их гармоничному развитию, определяется с учетом:

- действующих СанПиН;
- специфики условий (природно-климатических, национально-культурных и др.) осуществления образовательного процесса.

Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3 - 7 лет составляет 5,5 - 6 часов. Продолжительность ежедневных прогулок составляет 3 - 4 часа. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулки организуются 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня - после дневного сна и перед уходом детей домой. Прием пищи организуется с интервалом 3 - 4 часа. Продолжительность дневного сна - 2 - 2,5 часа. На самостоятельную деятельность детей 3 - 7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня отводиться не менее 3 - 4 часов. Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей от 3-х до 4-х лет - не более 15 минут, от 4-х до 5-ти лет – не более 20 минут, от – 5-ти до 6-ти лет - не более 25 минут от 6-ти до 7-ми лет - не более 30 минут. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в старшей и подготовительной - 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на непосредственно образовательную деятельность, проводятся физкультурные минутки. Перерывы между периодами непосредственно образовательной деятельности - не менее 10 минут. Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность составляет не более 25 - 30 минут в день. Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организуется в первую половину дня. Для профилактики утомления детей проводятся физкультурные, музыкальные занятия.

Занятия по физическому развитию образовательной программы дошкольного образования для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются 3

раза в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет: во 2 младшей группе – 15 минут; в средней – 20 минут; в старшей группе - 25 мин., в подготовительной группе - 30 мин.

Один раз в неделю для детей 5 - 7 лет круглогодично организуются занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе. Их проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию проводится на открытом воздухе.

Особенности построения режима в группах компенсирующей направленности заключается в четкой организации пребывания детей в детском саду, в правильном распределении нагрузки в течение дня, в координации и преемственности в работе педагогов-специалистов и воспитателей.

Организация двигательного режима в МБДОУ ДС №10 «Мозаика»

Формы организации	Группы раннего возраста	Младшие группы	Средние группы	Старшие группы	Подготовительные к школе
<i>Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов</i>					
Утренняя гимнастика	ежедневн о 3-4 минут	ежедневн о 5-6 минут	ежедневн о 6-8 минут	ежедневно 8- 10 минут	ежедневно 10 минут
Физкультминутки	ежедневно по мере необходимости (до 3-х минут)				
Игры и физические упражнения на прогулке	ежедневн о 6 – 8 минут	ежедневн о 6 - 10 минут	ежедневн о 10- 15 минут	ежедневно 15-20 минут	ежедневно 20-30 минут
Закаливающие процедуры	ежедневно после дневного сна				
Дыхательная гимнастика	ежедневно после дневного сна				

Спортивные упражнения	1-2 раза в неделю 8-10 мин	1-2 раза в неделю 15-20 мин	1-2 раза в неделю 20-25 мин	1-2 раза в неделю 25-30 мин	1-2 раза в неделю 25-30 мин
Образовательная деятельность по физической культуре					
Физкультурные занятия в спортивном зале	3 раза в неделю по 10 мин	3 раза в неделю по 15 минут	2 раза в неделю по 20 минут	2 раза в неделю по 25 минут	2 раза в неделю по 30 минут
Физкультурные занятия на свежем воздухе	-	-	-	1 раз в неделю по 25 минут	1 раз в неделю по 30 минут
Спортивный досуг					
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно под руководством воспитателя (продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка)				
Спортивные праздники	-	-	летом 1 раз в год	2 раза в год	2 раза в год
Физкультурные досуги и развлечения	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц
Дни здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал

3.3. Методическое обеспечение программы

Образовательные программы:

1. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «Детство» / Т.И. Бабаева, А. Г. Гогоберидзе, О. В. Солнцева и др.» – СПб.: ООО «Издательство «Детство - Пресс», 2019.-352 с.;
2. Образовательная программа дошкольного образования «Теремок» для детей от двух месяцев до трех лет/ Научный руководитель И.И. Лыкова; под общей редакцией Т.В. Волосовой, И.Л. Кирилова, И.А. Лыковой, О.С. Ушаковой. – М.: Издательский дом «Цветной мир»,2019. -160 с.

Методическое обеспечение

1. Бабенкова Е.А., Подвижные игры на прогулке / Е.А.Бабенкова, Т.М.Параничева. -2-е изд. испр. и доп.- М.: ТЦ Сфера,2015.-96с.
2. Бабенкова Е.А. Игры которые лечат. Для детей от 3 до 5 лет. / Е.А. Бабенкова, О.М. Федоровская. – М.: ТЦ Сфера, 2008. – 80с.

3. Волошина Л.Н. «Выходи играть во двор» (образовательная область «Физическое развитие»): методическое пособие\ -Белгород: ООО «Эпицентр», 2018. – 367 с.
4. Горькова Л.Г. Занятия физической культурой в ДОУ./ Л.Г. Горькова, Л.А. Обухова.- М.: МЕТОДКНИГА, - 2005. – 11 с.
5. Горбатенко, О.Ф.Комплексные занятия с детьми среднего и старшего дошкольного возраста по разделу «Социальный мир» - Волгоград: Учитель, 2006. - 188с.
6. Кириллова Ю.А. Физкультурные упражнения и подвижные игры на свежем воздухе для детей средней логопедической группы (ОНР): Пособие для практических работников детских садов. – Спб.: «ДЕТСТВО- ПРЕСС», 2005.- 144с.
7. Подольская Е.И. Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3 - 7 лет./ Е.И. Подольская .- 2-е изд. – Волгоград: Учитель, 2013. – 183 с.
8. Соломенникова Н.М. Организация спортивного досуга дошкольников 4 - 7 лет / Н.М. Соломенникова. – Волгоград: Учитель, 2011. – 135с.
9. Сивачёва Л.Н. Физкультура – это радость! Спортивные игры с нестандартным оборудованием./ Л.Н. Сивачёва. – Спб. «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2005.

**Перспективно – тематическое планирование деятельности
1-ая младшая группа**

месяц	Тема	Период	Задачи	№ НОД
Сентябрь	"Поиграем с Петрушкой"	01.09 - 16.09	Содействовать развитию основных движений: ползания, ходьбы. Воспитывать интерес к двигательным действиям с погремушкой. Упражнять в ходьбе "стайкой за воспитателем в заданном направлении; бегать за воспитателем, убежать от него; ползать на четвереньках. Развивать ловкость, быстроту.	№1
	"В гости к Матрешке"	19.09 - 30.09	Обогащать и разнообразить двигательный опыт ребёнка (ходьба враспынную, по доске, прыжки на двух ногах с продвижением). Развивать ориентировку в пространстве. Формировать навыки безопасного поведения в подвижной игре, воспитывать интерес к двигательным действиям. Укреплять опорно-двигательный аппарат.	№2
Октябрь	"В гостях у белочки и зайчика"	03.10 – 14.10	Осваивать технику метания правой и левой рукой, развивать умение прыгать на двух ногах (перепрыгивать через линию, веревку, положенную на пол). Содействовать развитию координации движений и физических качеств. Тренировать умение переходить от ходьбы к бегу и от бега к ходьбе. Воспитывать устойчивый интерес к движениям, умение действовать в коллективе сверстников. Укреплять здоровье, формировать здоровое поведение.	№3
	"Подарки"	17.10 – 28.10	Развивать технику бега, изменяя способы его выполнения (в разных направлениях, не сталкиваясь друг с другом), подлезать под препятствия. Развивать координационные способности, внимание, память. Поддерживать интерес к двигательной деятельности с природным материалом.	№4
Ноябрь	"На прогулку в лес пойдем"	31.10 – 11.11	Упражнять в ходьбе и беге между двумя параллельными линиями (30 - 25 см), в прыжках на двух ногах, в ползании на четвереньках. Развивать воображение, память. Поддерживать проявление образной выразительности движений, воспитывать интерес к двигательным действиям. Обращать внимание на положение головы, осанку.	№5
	"В гости в деревню"	14.11 – 25.11	Учить броскам мяча двумя руками из-за головы, упражнять в подлезании. Развивать внимание, воображение, координационные способности. Воспитывать доброжелательное отношение к участникам игры, устойчивый интерес к движениям.	№6

Декабрь	"Подарки от Маши"	28.11 – 09.12	Обеспечить условия для развития ходьбы, пролезания, прыжков; инициировать преодоление препятствий разными способами. Развивать ориентировку в пространстве. Формировать навыки безопасного поведения в подвижной игре; двигаться, не наталкиваясь друг на друга; воспитывать интерес к двигательным действиям. Укреплять опорно-двигательный аппарат.	№7
	"Машенька - медведь"	12.12 – 23.12	Обогащать и разнообразить двигательный опыт детей; создавать ситуации, побуждающие детей к изменению способов выполнения движений. Развивать ориентировку в пространстве. Формировать навыки безопасного поведения в подвижной игре, воспитывать интерес к двигательным действиям.	№8
	«Мишка – топтышка»	26.12 – 30.12	Учить ходить разными способами, подражая животным. Упражнять в ползании и подлезании на четвереньках, в бросании мяча об пол. Развивать ловкость, координацию, внимание. Воспитывать самостоятельность, активность.	№19
Январь	"Мчится поезд во весь дух"	09.01 – 20.01	Формировать умение управлять движениями в разных условиях (ходьба, ползание по скамейке). Содействовать развитию физических качеств: координации, силы, ловкости. Формировать личностные качества: инициативу, активность.	№9
	"Веселое путешествие"	23.01 – 03.02	Закрепить построение в круг, в два круга, перешагивание через предметы, закреплять умение выполнять О.Д. в измененных условиях. Развивать координацию движения, внимание, ориентировку в пространстве, мелкую моторику рук, развивать творческие способности. Формировать потребность в двигательной активности, вызвать у детей интерес к игровой деятельности.	№10
Февраль	"Так - палка, а так - лошадка"	06.02 – 17.02	Создать условия для развития ходьбы, ползания, прыжков в изменённых условиях, развивать ориентировку в пространстве, воображение, двигательное творчество. Формировать навыки безопасного поведения в подвижной игре «Лошадки», воспитывать интерес к двигательным действиям с палками.	№11
	"Строители"	20.02 – 03.03	Закрепить умение выполнять построение в круг по зрительному ориентиру и взявшись за руки, перешагивание через предметы, совершенствовать двигательные навыки (ходьба, бег, прыжки через предметы). Развивать координацию движений, точность, глазомер, внимание, ориентировку в пространстве, мелкую моторику рук, творческие способности. Формировать потребность в двигательной активности, вызвать интерес к игровой деятельности.	№12

Март	"Весна пришла"	06.03 – 17.03	Учить детей изменять технику выполнения ходьбы, бега, прыжков на двух ногах. Обогащать и разнообразить двигательный опыт детей. Воспитывать активность, желание взаимодействовать в коллективе.	№13
	"Кот и мыши"	20.03 – 31.03	Закреплять в игровой форме основные виды движений (ходьба, бег, упражнения в подлезании), обогащать и разнообразить двигательный опыт детей. Развивать внимание, познавательную активность, воспитывать дисциплинированность и умение играть в детском коллективе. Укрепление опорно-двигательного аппарата.	№14
Апрель	"Разноцветные косички"	03.04 – 14.04	Инициировать преодоление препятствий разными способами. Учить детей ходить и бегать по ограниченной плоскости. Развивать координацию движений, внимание, ориентировку в пространстве, мелкую моторику рук, творческие способности. Формировать потребность в двигательной активности, воспитывать выдержку, самостоятельность.	№15
	"Мы - водители"	17.04 – 28.04	Обогащать и разнообразить двигательный опыт детей, изменяя способы и характер выполнения ОРУ, прыжков, ходьбы. Развивать воображение, восприятие, мышление. Воспитывать желание играть рядом и вместе.	№16
Май	"Курочки и желтые цыплятки"	03.05 – 12.05	Закрепить подлезание под верёвку левым-правым боком, перешагивание через верёвку, приподнятую на высоту 5 см, закрепить у детей знание геометрических фигур, совершенствовать ходьбу и бег по кругу. Развивать координацию движений, внимание, ориентировку в пространстве, творчество при выполнении упражнений. Формировать потребность в двигательной активности, воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения.	№17
	"Мой веселый, звонкий мяч"	15.05- 31.05	Формировать элементарные действия с мячом (катание, подбрасывание мяча), совершенствовать технику ходьбы и бега. Формировать исследовательские действия, развивать физические качества. Воспитывать интерес к действиям с мячом.	№18

**Перспективно – тематическое планирование деятельности
2-я младшая группа**

месяц	Тема	Период	Задачи	№ НОД
Сентябрь	Здравствуй, детский сад!	01.09 - 16.09.	Учить ходить и бегать всей группой в одном направлении за инструктором, бегать в рассыпную; упражнять в прыжках на двух ногах на месте, в ползании на четвереньках по	№1

			прямой (с опорой на ладони и колени).	
			Закрепить умение ходить и бегать всей группой в одном направлении за инструктором, бегать в рассыпную; упражнять в прокатывании мяча по скамейке; упражнять в бросании мяча вдаль разными способами.	№2
	Осень золотая	19.09 - 30.09	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, всей группой, парами за инструктором, в прыжках на двух ногах на месте в чередовании с ходьбой, в подлезании под шнур на четвереньках; учить сохранять равновесие в ходьбе и беге по ограниченной площади;	№3
			Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, всей группой, парами за инструктором; знакомить с действиями с мячом (как держать мяч двумя руками, переносить его на другую сторону зала, прокатывать вперёд, догонять и поднимать вверх, скатывать по наклонной доске).	№4
Октябрь	Безопасность на улице и дома	03.10 – 14.10	Учить ходить и бегать по кругу вокруг кубиков с остановкой по сигналу; повторить упражнения в ходьбе и беге между двумя линиями; упражнять в прыжках на двух ногах вокруг предметов, в подлезании под дугу; учить перепрыгивать через шнур, расположенный на полу	№5
			Закреплять умение ходить и бегать по кругу вокруг кубиков с остановкой по сигналу; упражнять в прыжках на двух ногах вокруг предметов, в перекатывании мяча друг другу в парах в положении сидя, ноги врозь; прокатывание в парах мяча в ворота из положения стоя;	№6
	Живая и неживая природа	17.10 – 28.10	Упражнять в ходьбе и беге между двумя линиями, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед, в перепрыгивании через шнур; подлезание под шнур на четвереньках.	№7
			Упражнять в ходьбе и беге между двумя линиями; учить катать мяч друг другу, стоя на коленях, подлезать под шнур; учить ловить мяч от инструктора	№8
Ноябрь	Наш город	31.10 – 11.11	Учить переходить с ходьбы на бег и обратно по сигналу; упражнять в ходьбе в колонне по одному, в сохранении устойчивого равновесия, в ходьбе и беге по уменьшенной площади, в мягком приземлении при прыжках, в подлезании под верёвку.	№9
			Учить переходить с ходьбы на бег и обратно по сигналу; упражнять в прокатывании мяча друг другу; развивать силу и глазомер; закреплять умение ловить и бросать мяч; учить подбрасывать мяч невысоко вверх и ловить его	№10
	Поздняя осень	14.11 –	Упражнять в ходьбе и беге по кругу друг за другом, в рассыпную, используя всю площадь	№11

		25.11	зала, в ходьбе по уменьшенной площади опоры, в подлезании на четвереньках под дугу; учить ходить змейкой, прыгать в обруч	
			Упражнять в ходьбе и беге по кругу друг за другом, врассыпную, используя всю площадь зала, в ходьбе по уменьшенной площади опоры, бросать и ловить мяч, отбивать мяч от пола; закреплять умение бросать мяч двумя руками из-за головы вдаль	№12
Декабрь	Моя страна	28.11 – 09.12	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, используя всю площадь зала, с остановкой по сигналу; закреплять умение ходить змейкой, прыгать с небольшой высоты; учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске; развивать ловкость.	№13
			Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, используя всю площадь зала, с остановкой по сигналу, в прокатывании мяча друг другу в приседе на корточках (расстояние 1,5м); отбивания мяча об пол; развивать ловкость и глазомер.	№14
	Зимушка-зима. Зимние забавы.	12.12 – 23.12	Учить построению парами и ходьбе в парах, подбрасывать мяч невысоко вверх и ловить его, скатывать мяч по наклонной доске; упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед, спрыгивать со скамейки.	№16
			Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, в ходьбе парами, с высоким подниманием бедра, в пролезание в обруч на четвереньках (обруч в вертикальном положении на полу); закреплять умение детей прыгать в глубину; учить правильно приземляться (на обе ноги сразу, сгибая ноги в коленях, смотреть вперед при приземлении)	№17
	Новогодний праздник	26.12 – 30.12	Упражнять в ходьбе колонной по одному с разворотом в противоположную сторону по сигналу инструктора, в прыжках в длину с места, в лазании по наклонной лестнице, в прокатывании и сбивании мячом кегли; учить ходить по шнуру, приставляя пятку одной ноги к носку другой.	№28
Январь	Я и мир вокруг меня	09.01 – 20.01	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, в ходьбе парами, с высоким подниманием бедра; учить бросать мяч двумя руками о пол и ловить его, перебрасывать мяч друг другу в парах; закрепить умение детей перешагивать через набивные мячи.	№18
			Учить ходить переменным шагом через шнуры; упражнять в прыжках из обруча в обруч, в прокатывании мяча между предметами, в подлезании под дугу; развивать глазомер и ловкость.	№19
	Многообразие животного мира	23.01 – 03.02	Закреплять умения правильно координировать движения рук и ног, сохранять равновесие при ходьбе по ребристой доске; упражнять в мягком приземлении при прыжках с продвижением вперед	№20

			Закреплять умения правильно координировать движения рук и ног, в отбивании мяча о пол, в прокатывании мяча друг другу, стоя на коленях (расстояние между детьми 1,5м), в подлезании под палку	№21
Февраль	Все профессии нужны, все профессии важны	06.02 – 17.02	Закреплять умение ходить с перешагиванием через набивные мячи; в ползании на четвереньках по гимнастической скамейке, в прыжках на двух ногах вокруг себя.	№22
			Закреплять умение ходить с перешагиванием через набивные мячи; упражнять в прокатывании мяча по скамейке, придерживая его двумя или одной рукой, катание мяча по полу друг другу в положение стоя.	№23
	Защитники Отечества	20.02 – 03.03	Учить ходить по шнуру, прыгать в длину с места, лазать по наклонной лесенке; упражнять в ходьбе парами, беге враспынную.	№24
			Учить ходить по шнуру, отбивать мяч о пол и ловить его двумя руками, после удара о пол, упражнять в ходьбе парами, беге враспынную.	№25
Март	Весна идет – веселье несет!	06.03 – 17.03	Упражнять в ходьбе колонной по одному с разворотом в противоположную сторону по сигналу инструктора, в равновесии при ходьбе по канату боком с мешочком на голове, в прыжках в высоту с разбег (высота 40см); развивать ловкость.	№26
			Упражнять в ходьбе колонной по одному с разворотом в противоположную сторону по сигналу инструктора, в подлезании под дугу (высота дуги 40см); развивать ловкость и глазомер при выполнении упражнения «Прокати и сбей» (сбивание мячом кеглей), прокатывание набивного мяча в парах (расстояние между детьми 3-4м)	№27
	Наши пернатые друзья	20.03 – 31.03	Упражнять в ходьбе и беге; Закрепить умение отбивать мяч о пол и ловле его двумя руками, перебрасывание мяча друг другу в парах; сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке.	№29
			Упражнять в ходьбе и беге друг за другом по кругу, враспынную, в ползании по скамейке на четвереньках; мягко приземляться при выполнении прыжка в длину с места; учить перебрасывать мяч через веревку.	№30
Апрель	Земля – наш общий дом. Космос	03.04 – 14.04	Упражнять в ходьбе и беге друг за другом по кругу; закреплять умения бросать мяч вверх и ловить его, отбивать мяч о пол, учить перебрасывать мяч через веревку.	№31
			Упражнять в ходьбе и беге парами с разворотом в противоположную сторону, в подлезании под шнур, в перепрыгивании через шнур; учить ходить и бегать со сменой ведущего.	№32

	Если хочешь быть здоров – позабудь про докторов	17.04 – 28.04	Упражнять в ходьбе и беге парами с разворотом в противоположную сторону; закреплять умения энергично катать мяч по полу, не отрывая от него рук, бросать мяч от груди.	№33
			Упражнять в ходьбе и беге враспынную с нахождением своего места, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре, в прыжках через скакалку; развивать ловкость; воспитывать смелость.	№34
Май	И помнит мир спасенный (День Победы)	03.05 – 12.05	Упражнять в ходьбе и беге враспынную с нахождением своего места, в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя руками, в отбивании мяча о пол, в подлезании под дугу; развивать ловкость; воспитывать смелость.	№35
			Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке, бросать мяч одной рукой способом «от плеча», упражнять в прыжках в высоту.	№36
	Волшебный мир лесов, цветов и насекомых	15.05 - 31.05	Тренировать умение бросать мяч через веревку способом «двумя руками из-за головы», ползать по гимнастической скамейке на четвереньках, ловить мяч от инструктора и возвращать обратно.	№37
			Упражнять в ходьбе и беге парами, в ходьбе по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи, в прыжках на двух ногах вокруг предмета, в сбивании мячом кегли (расстояние 1,5 м.); учить ходить и бегать со сменой ведущего; развивать глазомер и ловкость.	№38

**Перспективно – тематическое планирование деятельности
средняя группа**

месяц	Тема	Период	Задачи	№ НОД
Сентябрь	Здравствуй, детский сад!	01.09 – 16.09	Учить пролезать в обруч боком, не задевая верхний край; упражнять в равновесии и прыжках. Закреплять умение подбрасывать и ловить мяч двумя руками.	№27
			Закреплять умения подлезать под препятствия ограниченной высоты (в приседе, в положении лёжа); совершенствовать умение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади.	№7
	Осень золотая	19.09 – 30.09	Развивать равновесие при ходьбе по ребристой доске. Учить детей чётко и точно выполнять подлезания под палку, в проползании под верёвкой на животе; упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий.	№17

			Упражнять в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в метании вдаль правой и левой руками, подлезание под дугами правым и левым боком.	№36
Октябрь	Безопасность на улице и дома.	03.10 – 14.10	Учить сохранять равновесие на ограниченной и приподнятой площади; закреплять умение спрыгивать с высоты 30 – 50 см.; совершенствовать навыки подлезания под дуги правым и левым боком, не касаясь руками пола.	№ 5
			Учить ходьбе по ограниченной площади, сохраняя равновесие; закреплять навыки ползания; совершенствовать навыки прыжков на двух ногах через гимнастические палки; продолжать знакомить детей с окружающим миром, учить разгадывать загадки.	№9
	Живая и неживая природа.	17.10 – 28.10	Учить сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади; закреплять умение прокатывать мяч в определённом направлении; совершенствовать навыки выполнения упражнений с мячами; закреплять умение подбрасывать и ловить мяч, не прижимая его к груди. Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному. Развивать ловкость и выносливость.	№1
			Учить детей сохранять равновесие при ходьбе и беге между предметами; закреплять умение прокатывать мяч ногой между предметами; прокатывание мяча двумя руками по полу между кеглями, поставленными в один ряд; совершенствовать навыки ходьбы и бега, развивать глазомер.	№2
Ноябрь	Наш город	31.10 – 11.11	Учить детей сохранять равновесие при ходьбе и беге между предметами; закреплять умение прокатывать мяч ногой между предметами; прокатывание мяча двумя руками по полу между кеглями, поставленными в один ряд; совершенствовать навыки ходьбы и бега, развивать глазомер	№6
			Учить сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади; закреплять умение прыгать на обеих ногах с продвижением вперёд; совершенствовать навыки действий с обручами.	№21
	Поздняя осень	14.11 – 25.11	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по меньшей опоре, в перебрасывании мячей друг другу; развивать моторику; обобщать знание детей о грибах, учить быть осторожными с неизвестными и ядовитыми грибами; способствовать развитию внимания и координации движений.	№4
			Продолжать расширять знание детей об окружающем мире; развивать физические качества (ловкость, скорость, глазомер, выносливость), укреплять мышечную систему, упражнять в беге, прыжках, метании, лазанье и ходьбе; доставить детям чувство радости	№11

Декабрь	Моя страна.	28.11 – 09.12	Продолжать знакомить детей с окружающим миром; совершенствовать навыки ходьбы и бега; упражнять в умении подбрасывать и ловить мяч; доставить детям чувство радости. Закреплять умение перестраиваться в два, три звена. Развивать ловкость, быстроту движений.	№12
			Упражнять детей в бросании мяча вверх и ловле его двумя руками; развивать ловкость, способность ориентироваться в пространстве, моторику рук, умение перепрыгивать подряд через 2 – 3 предмета; расширять знание о временах года	№14
	Зимушка – зима. Зимние забавы.	12.12 – 23.12	Закреплять навыки ходьбы по уменьшенной опоре по наклонной доске; тренировать в прыжках с небольшой высоты, в беге средним темпом; уточнять и обобщать знания детей о транспорте и его назначении; способствовать развитию слухового и зрительного внимания; развивать координацию движений и творческое воображение.	№31
			Обучать метанию, развивать глазомер; закреплять навыки ходьбы между предметами, сохраняя равновесие; совершенствовать навыки ходьбы и бега; обогащать эмоциональный опыт.	№16
	Новогодние праздники.	26.12 – 30.12	Прыжки через шнуры на двух ногах без паузы (расстояние между шнурами 50 см.). Перебрасывание мяча в парах и ловля его стоя, сидя разными способами (снизу, из-за головы, от груди).	№37
Январь	Я и мир вокруг меня	09.01 – 20.01	Расширять знание детей об окружающем мире; совершенствовать навыки ходьбы и бега; упражнять в подбрасывании и ловле мяча; в ходьбе по повышенной и ограниченной опоре; доставить детям чувство радости.	№20
			Учить выполнять упражнения в паре согласованно с партнёром; закреплять умение подлезать под дугу, не касаясь руками пола; совершенствовать навыки прыжков в длину, ходьба и бег по ограниченной площади.	№15
	Многообразие животного мира	23.01 – 03.02	Учить сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади; закреплять навыки лазания по гимнастической стенке; совершенствовать навыки ходьбы и бега; продолжать воспитывать любовь к природе и бережное отношение к ней.	№33
			Учить прыгать в длину с места; закреплять умение правильно занимать исходное положение и выполнять замах при метании вдаль из свободной стойки (рука поднимается вверх и назад); совершенствовать навыки сохранения равновесия при ходьбе по ограниченной площади; упражнять в приседании с мешочком на голове.	№13

Февраль	Все профессии нужны, все профессии важны	06.02 – 17.02	Обучать прыжкам в длину с активным взмахом руками вперёд и вверх; закреплять умение сохранять равновесие в ходьбе по шесту, по узкой доске, совершенствовать навыки ползания; развивать фантазию.	№32
			Познакомить детей с анатомическим строением человека; совершенствовать навыки ходьбы и бега; учить подбрасывать и ловить мяч; доставить детям чувство радости, проведение пальчиковой гимнастики.	№3
	Защитники Отечества	20.02 – 03.03	Повысить интерес детей к физкультуре; развивать основные физические качества (силу, ловкость, выносливость, координацию движений); воспитывать устойчивый интерес к процессу выполнения физических упражнений; формировать мышечно-двигательные навыки, правильную осанку.	№22
Учить метать шишки на дальность, разгадывать загадки, развивать глазомер, фантазию; закреплять умение сохранять равновесие при ходьбе между кубиками; совершенствовать навыки ходьбы и бега; продолжать знакомить детей с окружающим миром.			№23	
Март	Весна идет – веселье несет!	06.03 – 17.03	Учить сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади; закреплять навык спрыгивания на мягкую поверхность; совершенствовать навыки ползания; развивать умение энергично отталкиваться двумя ногами от пола при прыжках в длину.	№29
			Упражнять детей в лазании по гимнастической стенке произвольным способом; развивать логическое мышление, внимание, навыки метания в горизонтальную цель; формировать навыки правильного выполнения двигательных действий в соответствии с речевым сопровождением; закреплять знание детей о временах года; воспитывать дружелюбное отношение к своим товарищам, бережное отношение к природе.	№25
	Наши пернатые друзья	20.03 – 31.03	Учить сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади, имитировать повадки птиц; закреплять умение прыгать на двух ногах; совершенствовать навыки ходьбы и бега; обогащать впечатления детей через знакомство с окружающим миром	№24
Упражнять в ходьбе по уменьшенной опоре, сохраняя равновесие, тренировать в подлезании под дуги правым и левым боком, уточнять и расширять представление детей о домашних птицах; закреплять в памяти детей названия взрослых особей и их птенцов; способствовать развитию внимания, координации движений, творческого воображения.			№30	
Апрель	Земля – наш общий дом. Космос	03.04 – 14.04	Продолжать знакомить детей с анатомическим строением человека; совершенствовать навыки ходьбы и бега; упражнять в ползании, подлезании под дуги не касаясь руками пола; доставить детям чувство радости.	№19

			Учить ползанию с прокатыванием мяча перед собой; упражнять в ходьбе и беге, ползании, прыжках; развивать внимание, умение слышать команды и выполнять их.	№18
	Если хочешь быть здоров – позабудь про докторов	17.04 – 28.04	Учить забрасывать мяч в корзину двумя руками от груди движение локтей снизу вверх; закреплять умение перепрыгивать через вращающуюся скакалку; совершенствовать навыки подлезания под дугу и гимнастическую скамейку; развивать интерес к занятиям физкультурой.	№28
			Учить сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади, спрыгивать на мат, слегка сгибая ноги в коленях; закреплять умение ползать на спине, отталкиваясь руками и ногами; совершенствовать двигательные умения и навыки; развивать фантазию.	№35
Май	И помнит мир спасенный! (День Победы)	03.05 – 12.05	Повышать качество выполнения физических упражнений; развивать силу, скорость, ловкость, сотрудничество с семьёй; воспитывать командные качества.	№10
			Учить прыгать на двух ногах с продвижением вперёд; закреплять навыки бега по ограниченной площади; совершенствовать навыки выполнения упражнений с обручами; продолжать знакомить с профессиями	№8
	Волшебный мир лесов, цветов и насекомых	15.05- 31.05	Упражнять детей в лазанье по гимнастической стенке, в прыжках на двух ногах с продвижением вперёд; тренировать в метании мешочков с песком в горизонтальную цель; закреплять и обобщать представления детей о насекомых, их основных признаках; способствовать развитию устойчивого внимания, координации движений; воспитывать бережное отношение к живой природе.	№34
			Учит сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади; закреплять умение прыгать на двух ногах с продвижением вперёд, пролезать в обруч, не задевая верхний край спиной и пол – руками; совершенствовать навыки выполнения упражнений с обручами.	№26

**Перспективно – тематическое планирование деятельности
старшая группа**

месяц	Тема	Период	Задачи	№ НОД	Кол-во занятий
Сентябрь	Здравствуй, лето!	01.09 – 16.09	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по сигналу, в равновесии при ходьбе по бревну, в метании в горизонтальную цель, развивать меткость и глазомер.	№33	2 зал

			Учить детей ходить и бегать сохраняя правильную осанку, учить лазать по гимнастической стенке не пропуская реек.		1 улица
			Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с изменением направления движения по сигналу, в равновесии при ходьбе по канату, в метании в вертикальную цель. Развивать выдержку и глазомер.	№34	2 зал
			Упражнять в ходьбе и беге с сохранением дистанции, в подбрасывании и ловле после отскока от земли мяч, формировать выносливость.		1 улица
		19.09 – 30.09	Упражнять в ходьбе и беге с ускорением и замедлением по сигналу, в пролезании в обруч прямо и боком, в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками на месте,	№35	2 зал
	Осень золотая		Упражнять в ходьбе и беге, учить прыжкам через лежащие на земле палки с поворотом на 90 ⁰ , упражнять в подбрасывании и ловле мяча после отскока от земли.		1 улица
			Упражнять в ходьбе и беге, в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, в прыжках с продвижением вперед между ориентирами, в перебрасывании мяча друг другу стоя в парах.	№36	2 зал
			Упражнять в прыжках в длину с разбега, правильно отталкиваясь и приземляясь, в сохранении равновесия, в ходьбе и беге, формировать выносливость.		1 улица
Октябрь	Безопасность на улице и дома	03.10 – 14.10	Учить прыгать на двух ногах с продвижением вперед; с зажатым между колен мячом; упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; продолжать знакомить с природными явлениями.	№2	2 зал
			Упражнять в прыжках в длину с места на дальность, правильно отталкиваясь и приземляясь, в передаче мяча не теряя его, формировать в детях выносливость.		1 улица
			Упражнять в прокатывании мяча одной и двумя руками между предметами; в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками на месте; в перебрасывании мяча друг другу стоя в парах. Развивать ловкость, глазомер.	№4	2 зал
			Закреплять умение лазать по гимнастической стенке не пропуская реек, упражнять в прыжках в длину с места, правильно отталкиваясь и приземляясь.		1 улица
	Живая и неживая природа	17.10 – 28.10	Метание мяча в горизонтальную и вертикальную цель различными способами (снизу, от груди). Бросание мяча о стенку и ловля его двумя руками. Лазание по гимнастической лестнице.	№14	2 зал
			Учить метать на дальность правой и левой рукой способом из-за головы,		1

			упражнять в лазании по гимнастической стенке чередующимся шагом не пропуская реек.		улица
			Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному; сохранять равновесие и осанку при ходьбе с мешочком на голове, по канату боком приставным шагом; развивать глазомер: метание мешочков в обруч.	№1	2 зал
			Учить детей прыжкам через скакалку, упражнять в бросании мяча от груди и снизу и ловле его пальцами рук.		улица
Ноябрь	Наш город	31.10 – 11.11	Закреплять умение владеть мячом: бросать мяч о стену и ловить его двумя руками, подбрасывать вверх и ловить двумя руками, отбивать о пол одной рукой на месте. Подлезать под дугу прямо, мяч в руках перед собой.	№6	2 зал
			Упражнять в ходьбе и беге друг за другом с сохранением дистанции, в бросании и ловле маленького мяча.		1 улица
		Упражнять в ползании по скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. Подбрасывание мяча вверх, с хлопком во время полёта мяча. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо.	№8	2 зал	
		Учить влезать чередующимся шагом на гимнастическую стенку и спускаться не пропуская реек, упражнять в прыжках через шнур с места, формировать выносливость.		1 улица	
	Поздняя осень	14.11 – 25.11	Упражнять в равновесии: ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. Прыжки на двух ногах между кеглями. Пролезание в обруч прямо и боком, не касаясь руками пола.	№3	2 зал
			Учить прыгать в длину с разбега, правильно отталкиваясь и приземляясь, упражнять в ходьбе по линии приставляя пятку к носку, в беге со сменой направления по сигналу.		1 улица
			Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке приставным шагом прямо и боком. Упражнять в прыжках на двух ногах через шнуры, прямо и боком. Подлезать под дугу не касаясь руками пола.	№5	2 зал
			Упражнять в ходьбе и беге сохраняя правильную осанку, в подбрасывании и ловле мяча.		1 улица
Декабрь	Моя страна	28.11 – 09.12	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. Упражнять в прыжках в глубину (прыжки со скамейки); в высоту (впрыгивание в	№16	2

			кольцо и выпрыгивание из него).		зал
			Учить перепрыгивать через гимнастические палки, не смещая их, упражнять в перебрасывании мяча друг другу стоя в кругу, в ходьбе и беге со сменой направления по сигналу.		1 улица
			Прыжки через шнуры на двух ногах без паузы (расстояние между шнурами 50 см.). Перебрасывание мяча в парах и ловля его стоя, сидя разными способами (снизу, из-за головы, от груди).	№17	2 зал
			Упражнять в ходьбе и беге со средней скоростью, в прыжках из обруча в обруч, в бросании шишек на дальность, поочередно правой и левой рукой способом «от плеча».		1 улица
	Зимушка - зима	12.12 – 23.12	Учить лазать по верёвочной лестнице. Упражнять в перебрасывании мяча через сетку различными способами (от груди, из-за головы), в различных видах ходьбы; гусиным шагом, «раки», «слоники».	№31	2 зал
			Упражнять в ходьбе на носках и внешней стороне стопы, в медленном беге, в метании в цель правой и левой рукой.		1 улица
			Упражнять в равновесии: ходьба по скамейке с перекладыванием мяча из правой руки в левую, перед собой и за спиной. Отбивание мяча о пол правой и левой рукой с продвижением вперёд шагом. Перебрасывание мяча друг другу разными способами: двумя руками снизу, из-за головы.	№9	2 зал
			Упражнять в ходьбе и беге со средней скоростью, в умении перестраиваться в колонну по два по сигналу, в прыжках на двух ногах до ориентира и обратно.		1 улица
Декабрь	Новогодний праздник	26.12 – 30.12	Упражнять в ходьбе и беге змейкой, в метании, в равновесии, ходить по скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. Закреплять умение прыгать через шнуры (расстояние 50 см.).	№37	2 зал
			Упражнять в прыжках, «Кто дальше прыгнет», в ходьбе и беге змейкой между предметами, в «челночном» беге на время, в ведении шайбы клюшкой по прямой.		1 улица
Январь	Я и мир вокруг меня	10.01 – 21.01	Равновесие: ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики. Прыжки попеременно на правой и левой ноге до обозначенного места, змейкой между кеглями.	№13	2 зал
			Упражнять в прыжках с разбега, «Кто дальше прыгнет», в ходьбе и беге змейкой между предметами, в ведении шайбы клюшкой по прямой.		1 улица

			Равновесие: ходьба по скамейке, руки за головой. Прыжки в длину с места до ориентира (расстояние от линии до ориентира 80-90 см.). Метание: перебрасывание мяча через веревку с расстояния 3 – 4 м.	№18	2 зал	
			Упражнять в прыжках с разбега через предметы, правильно отталкиваясь и приземляясь, в метании правой и левой рукой, в ведении шайбы клюшкой змейкой между предметами.		1 улица	
	Многообразие животного мира	24.01 – 04.02	Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке с перекладыванием мяча из одной руки в другую. Закреплять умение владеть мячом: забрасывание мяча в баскетбольное кольцо двумя руками, ведение мяча одной рукой.	№33	2 зал	
			Упражнять в ходьбе и беге сохраняя дистанцию, учить сохранять равновесие, прыгать поочередно на правой и левой ноге.		1 улица	
		Закреплять умение прыгать через скакалку на месте и с продвижением вперёд, метать мешочки от плеча, с низу в обруч с расстояния 3 м., подлезать под дуги (высота 40-50 см.).	№35	2 зал		
		Упражнять в метании правой и левой рукой способом «снизу», в ходьбе и беге с разворотом в противоположную сторону по сигналу, в катании на санках.		1 улица		
	Февраль	Все профессии нужны, все профессии важны	07.02 – 18.02	Упражнять в ползании по скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. Подбрасывание мяча вверх, с хлопком во время полёта мяча. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо.	№7	2 зал
				Закреплять умение ходить и бегать сохраняя правильную осанку, упражнять в ходьбе скользящим шагом, в катании на санках.		1 улица
Прыжки с ноги на ногу с продвижением вперёд. Закреплять умение лазать по гимнастической стенке с переходом на соседний пролёт, не пропуская реек			№21	2 зал		
Упражнять в ходьбе и беге, учить прыгать на одной ноге стоя на месте и с продвижением вперед.				1 улица		
Защитники Отечества		21.02 – 04.03	Упражнять в ходьбе и беге парами с разворотом в противоположную сторону, в перепрыгивании через шнур с разбега (высота 15-20 см.), в подлезании под шнур (высота 40-50 см.).	№32	2 зал	
			Ходьба с выполнением движений для рук, медленный бег. Закреплять умение владеть клюшкой и шайбой.		1 улица	

			Равновесие: ходьба по скамейке, руки за головой. Прыжки в длину с места до ориентира (расстояние от линии дот ориентира 80-90 см.). Метание: перебрасывание мяча через сетку с расстояния 3 – 4 м.	№18	2 зал
			Упражнять в прыжках с места, правильно отталкиваясь и приземляясь, в метании способом «снизу от себя».		1 улица
Март	Весна идет – веселье несет!	07.03 – 18.03	Упражнять в ходьбе в колонне по одному с перестроением в пары и обратно, в ходьбе по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове. Закреплять умение метать мешочки в горизонтальную цель от плеча правой и левой рукой.	№24	2 зал
			Ходьба с выполнением движений для рук, упражнять в прыжках с разбега на дальность, в ходьбе с сохранением равновесия.		1 улица
			Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с разворотом в противоположную сторону по сигналу, в прыжках в высоту с места, в прокатывании мяча до ориентира (сбей кегли). Развивать ловкость и глазомер.	№26	2 зал
			Учить прыжкам на дальность с места, упражнять в метании в вертикальную цель способом «от плеча» правой и левой рукой.		1 улица
	Наши пернатые друзья	21.03 – 01.04	Упражнять в ходьбе и беге спиной вперед. Лазание: пролезание в обруч правым и левым боком не касаясь руками пола. Лазание по гимнастической стенке не пропуская реек.	№19	2 зал
			Учить метать на дальность способом «из-за головы» правой и левой рукой; упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед.		1 улица
			Ходить по скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. Перепрыгивание через шнуры (расстояние 50 см.). Ползание на четвереньках по прямой, подталкивая перед собой головой мяч.	№11	2 зал
			Учить метать в вертикальную цель правой и левой рукой способом «из – за головы»; упражнять в прыжках с разбега.		1 улица
Апрель	Земля – наш общий дом.	04.04 – 15.04	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по скамейке, руки за головой, в прыжках на двух ногах из обруча в обруч. Закреплять умение подниматься по гимнастической стенке, не пропуская реек.	№22	2 зал
			Закреплять умение метать правой и левой рукой способом «от плеча»; упражнять		1

			в прыжках через скакалку.		улица	
			Ходьба в полуприседе, боковой галоп правым и левым боком. Упражнять в прыжках из обруча в обруч на двух ногах, на правой ноге, на левой ноге. Закреплять умение сохранять устойчивое равновесие при влезании на наклонную доску, спуск по вертикальной лестнице.	№29	2 зал	
			Упражнять в прыжках через шнур с разбега; в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; развивать равновесие.		1 улица	
	Если хочешь быть здоров – позабудь про докторов	18.04 – 29.04		Упражнять в ходьбе и беге различными способами, в перепрыгивании через шнур (высота 15-20 см.), в ползании по скамейке на животе, в ходьбе по гимнастической скамейке с перекладыванием мяча из одной руки в другую перед собой и за спиной.	№30	2 зал
				Учить прыжкам в высоту с места, с разбега; упражнять в равновесии; формировать выносливость.		1 улица
			Упражнять в ходьбе с заданиями для рук (вперёд, вверх, в стороны, сжимая пальцы в кулаки на каждый шаг). Равновесие: ходьба по скамейке с перешагиванием через набивные мячи, руки за головой. Отбивание мяча о пол правой и левой рукой в движении.	№28	2 зал	
			Развивать навыки метания способом «снизу» правой и левой рукой; упражнять в пролезании в обруч.		1 улица	
Май	И помнит мир спасенный (День Победы)	04.05 – 13.05	Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. Упражнять в прыжках по прямой: два прыжка на правой ноге, два на левой и т.д. . перебрасывание мяча в парах из разных положений.	№10	2 зал	
			Упражнять в прыжках через скакалку; развивать ловкость.		1 улица	
			Упражнять в ходьбе по канату приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки в стороны, в прыжках в высоту с разбега, в подлезании под дугу в группировке.	№27	2 зал	
			Упражнять в подбрасывании и ловле мяча; развивать меткость.		1 улица	
	Волшебный мир лесов, цветов и птиц	16.05-31.05		Закреплять умение владеть мячом. Подбрасывание мяча вверх и ловля его после хлопка, бросание мяча о стену и ловля его двумя руками, отбивание мяча о пол одной рукой на месте. Ползание на четвереньках между кеглями, подталкивая перед собой головой мяч.	№12	2 зал
			Упражнять в прыжках через скакалку; учить замаху и броску.		1 улица	

			Равновесие: ходьба и бег по наклонной доске. Прыжки на двух ногах до ориентира и обратно с зажатым между ног мячом. Перебрасывание мяча в парах и ловля его после отскока от пола.	№15	2 зал
			Учить прыжкам с разбега, отталкиваясь одной и приземляясь на две ноги; упражнять в отжимании, формировать выносливость.		1 улица

**Перспективно – тематическое планирование деятельности
группы компенсирующей направленности**

месяц	Дата	Тема	Цели деятельности	Кол-во занятий	№ НОД
Сентябрь	05.09-09.09	Игрушки	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по сигналу инструктора, в равновесии, в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладонях и коленях; учить прыгать по кругу с мячом, зажатым между колен.	2 зал	№1
			Учить детей ходить и бегать сохраняя правильную осанку, учить лазать по гимнастической стенке не пропуская реек.	1 улица	
	12.09-16.09	Наш детский сад.	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по сигналу инструктора, в равновесии, в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладонях и коленях; развивать глазомер.	2 зал	№2
			Упражнять в ходьбе и беге с сохранением дистанции, в подбрасывании и ловле после отскока от земли мяч, формировать выносливость.	1 улица	
	19.09-23.09-	Овощи. Огород.	Упражнять в ходьбе, в беге, в пролезании в обруч боком, в равновесии, в прыжках с продвижением вперед, развивать ловкость, глазомер, координации движений.	2 зал	№3
			Упражнять в ходьбе и беге, учить прыжкам через лежащие на земле палки с поворотом на 90°, упражнять в подбрасывании и ловле мяча после отскока от земли.	1 улица	
	26.09 – 30.09	Фрукты. Сад.	Упражнять в ходьбе, в беге, в пролезании в обруч правым и левым боком, в равновесии, в прыжках с продвижением вперед поочередно на правой и левой ноге, в координации движений.	2 зал	№4
			Упражнять в прыжках в длину с разбега, правильно отталкиваясь и приземляясь, в сохранении равновесия, в ходьбе и беге, формировать выносливость.	1 улица	

Октябрь	03.10 – 07.10	Лес. Грибы. Ягоды.	Развивать точность движений; упражнять в равновесии, лазании, в прыжках, в подлезании под дугу прямо и боком; закреплять умение владеть мячом.	2 зал	№5
			Упражнять в прыжках в длину с места на дальность, правильно отталкиваясь и приземляясь, в передаче мяча не теряя его, формировать в детях выносливость.	1 улица	
	10.10 – 14.10	Откуда хлеб пришел?	Развивать точность движений; упражнять в равновесии, лазании, в перепрыгивании через предметы, в подлезании под дугу прямо и боком; закреплять умение владеть мячом, бросать о стену и ловить после отскока от пола.	2 зал	№6
			Закреплять умение лазать по гимнастической стенке не пропуская реек, упражнять в прыжках в длину с места, правильно отталкиваясь и приземляясь.	1 улица	
	17.10 – 21.10	Осень. Явления живой и неживой природы.	Упражнять в ходьбе и беге, в равновесии, в прыжках, в ползании по скамейке на животе; развивать ловкость и координацию движений, глазомер.	2 зал	№7
			Учить метать на дальность правой и левой рукой способом из-за головы, упражнять в лазании по гимнастической стенке чередующимся шагом не пропуская реек.	1 улица	
Ноябрь	24.10 – 28.10	Перелетные птицы	Упражнять в ползании по скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, в равновесии, в прыжках; развивать ловкость и координацию движений, глазомер.	2 зал	№8
			Учить детей прыжкам через скакалку, упражнять в бросании мяча от груди и снизу и ловле его пальцами рук.	1 улица	
	31.10 – 04.11	Дикие животные наших лесов	Упражнять в беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в противоположную сторону по сигналу, в равновесии, в прыжках, закреплять умение ползать по гимнастической скамейке. Перебрасывать мяч друг другу разными способами: двумя руками снизу, из-за головы.	2 зал	№9
			Упражнять в ходьбе и беге друг за другом с сохранением дистанции, в бросании и ловле маленького мяча.	1 улица	
	07.11 – 11.11	Домашние животные и птицы.	Ползать по гимнастической скамейке на четвереньках, перебрасывать мяч в парах из разных положений (стоя, сидя). Упражнять в беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в противоположную сторону по сигналу, в равновесии, в прыжках.	2 зал	№10
			Учить влезать чередующимся шагом на гимнастическую стенку и спускаться не пропуская реек, упражнять в прыжках через шнур с места, формировать выносливость.	1 улица	

декабрь	14.11 – 18.11	Одежда. Обувь. Головные уборы.	Упражнять в ходьбе и беге змейкой, в метании, в равновесии, ходить по скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. Закреплять умение прыгать через шнуры (расстояние 50 см.).	2 зал	№11
			Учить прыгать в длину с разбега, правильно отталкиваясь и приземляясь, упражнять в ходьбе по линии приставляя пятку к носку, в беге со сменой направления по сигналу.	1 улица	
	21.11 – 25.11	Мой дом. Мебель.	Упражнять в ходьбе и беге змейкой, в равновесии, в метании, в лазании; закреплять умение прыгать через шнур.	2 зал	№12
			Упражнять в ходьбе и беге сохраняя правильную осанку, в подбрасывании и ловле мяча.	1 улица	
	28.11 – 02.12	Бытовые электроприб оры.	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с сохранением определенной дистанции друг от друга, в прыжках, в метании, в лазании. Равновесие: ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики.	2 зал	№13
			Учить перепрыгивать через гимнастические палки, не смещая их, упражнять в перебрасывании мяча друг другу стоя в кругу, в ходьбе и беге со сменой направления по сигналу.	1 улица	
	05.12 – 09.12	Посуда.	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с сохранением определенной дистанции друг от друга, с выполнением заданий, в прыжках, в метании, в лазании, в равновесии.	2 зал	№14
			Упражнять в ходьбе и беге со средней скоростью, в прыжках из обруча в обруч, в бросании шишек на дальность, поочередно правой и левой рукой способом «от плеча».	1 улица	
	12.12 – 16.12	Зима. Явления живой и неживой природы.	Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в прыжках на двух ногах с зажатым между колен мячом; формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; развивать ловкость и глазомер.	2 зал	№15
			Упражнять в ходьбе на носках и внешней стороне стопы, в медленном беге, в метании в цель правой и левой рукой.	1 улица	
	19.12 – 23.12	Зимующие птицы.	Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в прыжках на двух ногах на скорость, формировать устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске; развивать ловкость и глазомер.	2 зал	№16

			Упражнять в ходьбе и беге со средней скоростью, в умении перестраиваться в колонну по два по сигналу, в прыжках на двух ногах до ориентира и обратно.	1 улица	
Январь	26.12 – 30.12	Новогодний праздник. Рождество.	Закреплять умение перебрасывать мяч в парах разными способами, влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в перепрыгивании через шнуры на двух ногах без паузы; развивать равновесие.	2 зал	№17
			Учить прыгать в длину с разбега, правильно отталкиваясь и приземляясь, упражнять в ходьбе по линии приставляя пятку к носку, в беге со сменой направления по сигналу.	1 улица	
	09.01 – 13.01	Зимние забавы	Упражнять в перепрыгивании через шнуры на двух ногах без паузы; закреплять умение перебрасывать мяч в парах разными способами, влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек; развивать равновесие.	2 зал	№18
			Упражнять в прыжках с разбега, «Кто дальше прыгнет», в ходьбе и беге змейкой между предметами, в ведении шайбы клюшкой по прямой.	1 улица	
	16.01 – 20.01	Человек. Части тела.	Упражнять в пролезании в обруч, в равновесии, в прыжках в метании; учить лазать по гимнастической стенке, переходить с пролета на пролет по диагонали.	2 зал	№19
			Упражнять в прыжках с разбега через предметы, правильно отталкиваясь и приземляясь, в метании правой и левой рукой, в ведении шайбы клюшкой змейкой между предметами.	1 улица	
23.01 – 27.01	Продукты питания.	Упражнять в пролезании в обруч правым и левым боком не касаясь руками пола, в равновесии, в прыжках, в метании. Закреплять умение лазать по гимнастической стенке не пропуская реек.	2 зал	№20	
			Упражнять в ходьбе и беге сохраняя дистанцию, учить сохранять равновесие, прыгать поочередно на правой и левой ноге.	1 улица	
февраль	30.01– 03.02	Транспорт	Учить метать мешочки в горизонтальную цель; закреплять умение подниматься по гимнастической стенке, не пропуская реек. Упражнять в прыжках с ноги на ногу с продвижением вперед.	2 зал	№21
			Упражнять в метании правой и левой рукой способом «снизу», в ходьбе и беге с разворотом в противоположную сторону по сигналу, в катании на санках.	1 улица	
	06.02 – 10.02	Правила дорожного движения	Прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед. Закреплять умение лазать по гимнастической стенке с переходом на соседний пролёт, не пропуская реек. Развивать меткость и глазомер.	2 зал	№22

			Закреплять умение ходить и бегать сохраняя правильную осанку, упражнять в ходьбе скользящим шагом, в катании на санках.	1 улица	
	13.02 – 17.02	Профессии	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по скамейке, руки за головой, в прыжках на двух ногах из обруча в обруч, в забрасывании мяча в горизонтальную цель. Закреплять умение подниматься по гимнастической стенке, не пропуская реек.	2 зал	№23
			Упражнять в ходьбе и беге, учить прыгать на одной ноге стоя на месте и с продвижением вперед.	1 улица	
	20.02 – 22.02	Наша армия. День Защитников Отечества.	Упражнять в сохранении равновесия, в прыжках в длину с места, в забрасывании мяча в горизонтальную и вертикальную цель; развивать ловкость и глазомер.	2 зал	№24
			Ходьба с выполнением движений для рук, медленный бег. Закреплять умение владеть клюшкой и шайбой.	1 улица	
март	27.02 – 03.03	Спорт. Виды спорта.	Упражнять в ходьбе в колонне по одному с перестроением в пары и обратно, в подлезании под шнур правым и левым боком, в равновесии, в прыжках через короткий шнур. Закреплять умение метать мешочки в горизонтальную цель правой и левой рукой.	2 зал	№25
			Упражнять в прыжках с места, правильно отталкиваясь и приземляясь, в метании способом «снизу от себя».	1 улица	
	06.03 – 10.03	8 Марта.	Упражнять в ходьбе в колонне по одному с перестроением в пары и обратно. Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке Упражнять в прыжках через короткие шнуры правым и левым боком, в подлезании под шнур правым и левым боком. Закреплять умение метать в горизонтальную цель, перекатывать набивной мяч в парах.	2 зал	№26
			Ходьба с выполнением движений для рук, упражнять в прыжках с разбега на дальность, в ходьбе с сохранением равновесия.	1 улица	
	13.03 – 17.03	Весна. Явления живой и неживой	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с разворотом в противоположную сторону по сигналу, в равновесии, в ходьбе по канату с мешочком на голове, в прыжках в высоту с разбега, в подлезании под дугу, в ходьбе колонной по одному с разворотом в противоположные стороны. Развивать ловкость и глазомер.	2 зал	№27

		природы.	Учить прыжкам на дальность с места, упражнять в метании в вертикальную цель способом «от плеча» правой и левой рукой.	1 улица	
	20.03 – 24.03	Животные Севера и жарких стран	Упражнять в прыжках в высоту с разбега, в подлезании под дугу в группировке, в равновесии, в ходьбе по канату с мешочком на голове. Закреплять умение ходить и бегать колонной по одному соблюдая дистанцию.	2 зал	№28
			Учить метать на дальность способом «из-за головы» правой и левой рукой; упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед.	1 улица	
апрель	27.03 – 31.03	Животный мир рек, морей и океанов.	Упражнять в равновесии при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках, в метании, в умении владеть мячом.	2 зал	№29
			Учить метать в вертикальную цель правой и левой рукой способом «из – за головы»; упражнять в прыжках с разбега.	1 улица	
	03.04 – 07.04	Наша Родина – Россия.	Упражнять в ходьбе в полуприседе, в беге. Упражнять в прыжках, в метании. Закреплять умение сохранять устойчивое равновесие при влезании на наклонную доску.	2 зал	№30
			Закреплять умение метать правой и левой рукой способом «от плеча»; упражнять в прыжках через скакалку.	1 улица	
	10.04 – 14.04	Космос	Упражнять в ходьбе и беге с чередованием, в бросании мяча через сетку, в перепрыгивании через шнур, ползании по скамейке на животе.	2 зал	№31
			Упражнять в прыжках через шнур с разбега; в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; развивать равновесие.	1 улица	
	17.04 – 21.04	Мой город.	Упражнять в ходьбе и беге с чередованием, в перебрасывании мяча через сетку различными способами (от груди, из-за головы), в перепрыгивании через шнур, развивать выносливость, меткость и глазомер.	2 зал	№32
			Учить прыжкам в высоту с места, с разбега; упражнять в равновесии; формировать выносливость.	1 улица	
	24.04 – 28.04	Инструмент ы и материалы	Равновесие: ходьба по наклонной скамейке, спрыгивание со скамейки, учить правильно приземляться на две ноги. Упражнять в прыжках на месте через короткую скакалку, в перебрасывании мяча из одной руки в другую.	2 зал	№33
			Развивать навыки метания способом «снизу» правой и левой рукой; упражнять в	1	

			пролезании в обруч.	улица	
май	02.05 05.05-	День Победы	Упражнять в ходьбе и беге парами с разворотом в противоположную сторону, в перепрыгивании через шнур с разбега (высота 15-20 см.), в подлезании под шнур (высота 40-50 см.).	2 зал	№34
			Упражнять в прыжках через скакалку; развивать ловкость.	1 улица	
	10.05 – 12.05	Цветы.	Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке с переключением мяча из одной руки в другую. Закреплять умение владеть мячом: забрасывание мяча в баскетбольное кольцо двумя руками, ведение мяча одной рукой.	2 зал	№35
			Упражнять в подбрасывании и ловле мяча; развивать меткость.	1 улица	
	15.05 – 19.05	Насекомые.	Равновесие: ходьба по скамейке, руки за головой. Прыжки в длину с места до ориентира (расстояние от линии до ориентира 80-90 см.). Метание: перебрасывание мяча через сетку с расстояния 3 – 4 м.	2 зал	№36
			Упражнять в прыжках через скакалку; учить замаху и броску.	1 улица	
	22.05 – 26.05	Моя семья	Упражнять в ходьбе с заданиями для рук (вперёд, вверх, в стороны, сжимая пальцы в кулаки на каждый шаг). Равновесие: ходьба по скамейке с перешагиванием через набивные мячи, руки за головой. Отбивание мяча о пол правой и левой рукой в движении.	2 зал	№37
			Учить прыжкам с разбега, отталкиваясь одной и приземляясь на две ноги; упражнять в отжимании, формировать выносливость.	1 улица	

**Перспективно – тематическое планирование деятельности
подготовительной группы**

мес яц	Тема	Пер иод	Место провед ения	Задачи	№ НОД	Кол-во
Сентябрь	Здравствуй , детский сад!	01.09- 16.09.	зал	Упражнять в ходьбе, в беге колонной по одному с соблюдением дистанции, с чётким фиксированием поворотов, по кругу с остановкой по сигналу, в сохранении равновесия, в прыжках, в разнообразных действиях с обручем, в различных способах выполнения хвата обруча; закреплять основные виды движений; развивать координацию движений, ловкость.	№1	2

			улица	Учить сохранять правильную осанку при ходьбе и беге; упражнять в подбрасывании и ловле мяча двумя руками несколько раз подряд; учить сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной поверхности.		1	
			зал	Упражнять в разных видах ходьбы, бега, закреплять устойчивое равновесие, умение принимать правильное исходное положение при выполнении прыжков; развивать ловкость движений с предметами, быстроту реакции, выносливость, ориентирование в пространстве, внимание; укреплять мелкие мышцы рук.	№3	2	
			улица	Упражнять в прыжках через скакалку; закреплять умение сохранять устойчивое равновесие.		1	
	Осень золотая	19.09-30.09	зал	Развивать координацию движений, глазомер, быстроту реакции, ловкость, силу, ориентировку в пространстве, двигательные навыки в прыжках, в ползании змейкой; упражнять в равновесии, в бросание мяча снизу из-за головы, от груди в парах; передаче мяча ногой в парах; боковой галоп в парах с передачей мяча друг другу от груди.	№17	2	
			улица	Упражнять в беге с ускорением и замедлением по сигналу; упражнять в перебрасывании мяча снизу и от груди двумя руками.		1	
			зал	Активизировать двигательную деятельность через игровые упражнения с гимнастической палкой; укреплять мышцы кистей рук, стоп; закреплять умение правильно выполнять разнообразные хватки в упражнениях с гимнастической палкой; закрепить умение прыгать через скакалку; упражнять в броске мяча через веревку; воспитывать волевые качества, умение ставить цель и достигать её в соревнованиях.	№23	2	
			улица	Закреплять умение лазать по гимнастической стенке чередующимся шагом, перелезая с пролета на пролет; упражнять в прыжках через скакалку.		1	
	Октябрь	Безопасность на улице и дома	03.10 – 14.10	зал	Упражнять в равновесии; закреплять умения группироваться в прыжках через канат, ритмично влезать на гимнастическую стенку и спускаться с неё, основные виды движений, добиваясь точного, выразительного, энергичного выполнения всех видов движений; развивать координацию движений.	№ 5	2
				улица	Упражнять детей в ходьбе и беге, в пролезании через обруч, в прокатывании мяча, в быстрых поворотах и остановках по сигналу.		1

			зал	Упражнять в равновесии, в прыжках, в лазании по гимнастической стенке, закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе; развивать координацию движений, быстроту реакции, силу, ловкость, ориентировку в пространстве; укреплять мышцы стоп.	№ 9	2	
			улиц а	Упражнять в ходьбе на внешней стороне стопы, в удержании равновесия, в беге, в развитии ритма, в ползании, в ходьбе парами		1	
		Живая и неживая природа	17.10 – 28.10	зал	Закреплять умения выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой, основные виды движений осознанно, быстро и ловко, выполнять упражнения с гимнастической палкой; учить преодолевать двигательные трудности, правильно применять разнообразные хватки в упражнениях с гимнастической палкой; развивать ловкость, координацию движений, внимание, быстроту реакции; укреплять мышцы кистей рук.	№7	2
				улиц а	Упражнять в ходьбе и беге по ругу друг за другом; в перестроении в колонну по два, по три; в покачивании туловища; в умении четко выполнять правила в подвижных играх.		1
	зал	Развивать глазомер, умение бросать мяч друг другу в парах, в ведении мяча змейкой; развивать координацию движений, быстроту реакции, ловкость, силу, ориентировку в пространстве, двигательные навыки в прыжках		№29	2		
	улиц а	Упражнять в ходьбе и беге парами; между препятствиями, не задевая их и сохраняя скорость; в перекачивании мяча друг другу, стоя в парах.			1		
	Ноябрь	Наш город	31.10-11.11	зал	Развивать физические и волевые качества, мышечную силу, ловкость, быстроту движений, умение выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой, упражнения на возвышенной опоре; на сохранение равновесия; упражнять в прыжках через набивные мячи.	№11	2
				улиц а	Упражнять в ходьбе и беге с перестроением в пары; в отбивании мяча ногой с попаданием в цель.		1
зал				Продолжать развивать физические и волевые качества, мышечную силу, ловкость, быстроту движений, умение выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой, игровые упражнения с набивным мячом, упражнять в прыжках через набивные мячи.	№12	2	

Поздняя осень	14.11-25.11	улица	Ходьба и бег "змейкой"; упражнять в прыжках в длину с места, игровое упражнение "кто окажется дальше всех";		1	
		зал	Упражнять в равновесии, в метании: ведение мяча одной рукой с дополнительными заданиями, в прыжках с ноги на ногу; закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе; развивать координацию движений, быстроту реакции, силу, ловкость, ориентировку в пространстве.	№10	2	
		улица	Упражнять в ходьбе с заданием для рук, легкий бег; в метании шишек в цель; в ходьбе по бревну с удержанием равновесия; в прыжках.		1	
		зал	Упражнять в разных видах ходьбы, бега, в катании в парах набивного мяча, в бросании мяча от груди, снизу, назад через голову в парах; выполнять упражнения со средним мячом; развивать ловкость движений с предметами, быстроту реакции, выносливость, ориентирование в пространстве, внимание; укреплять мелкие мышцы рук.	№4	2	
		улица	Упражнять в прыжках с продвижением вперед; в удержании равновесия; в прыжках на месте.		1	
Декабрь	Моя страна	28.11 – 09.12	зал	Развивать координацию движений, глазомер, быстроту реакции, ловкость, силу, ориентировку в пространстве, двигательные навыки в прыжках, в ползании змейкой; упражнять в равновесии.	№13	2
			улица	Упражнять в ходьбе по шнуру, приставляя пятку к носку; в прыжках в длину с места; в беге, в бросании и ловле снежков.		1
			зал	Развивать глазомер, умение бросать мяч друг другу в парах через волейбольную сетку, ловкость, силу, быстроту реакции, умение владеть телом и управлять движениями на ограниченной площади; упражнять в равновесии; закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе	№16	2
			улица	Упражнять в ходьбе на носках и пятках; в прыжках на одной ноге; бег с высоким подниманием колен; ходьба с удержанием равновесия; ходьба и бег со сменой направления.		1
Зимушек а-зима. Зимние	12.12 – 23.12	зал	Закреплять умения быстро и ловко, выполнять упражнения с гимнастической палкой; закрепить умение ведение мяча и забрасывание его в кольцо; забрасывание мяча двумя руками из-за головы в кольцо в прыжке вверх с места; ведение мяча одной рукой с продвижением вперед между предметами.	№8	2	

			улицы	Упражнять в ходьбе и беге со сменой направления по сигналу; в умении владеть клюшкой; в ведении шайбы клюшкой вокруг предметов.		1
			зал	Познакомить с упражнением «уголок на гимнастической лестнице»; упражнять в равновесии, в метании, в лазании; закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе; развивать ловкость движений, силу, быстроту реакции.	№19	2
			улицы	Упражнять в ходьбе боком приставным шагом вправо, влево; в беге галопом со сменой направления; в метании на дальность; в беге парами.		1
	Новогодний праздник	26.12 – 30.12	зал	Развивать координацию движений, глазомер, быстроту реакции, ловкость, силу, ориентировку в пространстве, двигательные навыки в прыжках, в ползании змейкой; упражнять в равновесии, в бросание мяча снизу из-за головы, от груди в парах; передаче мяча ногой в парах; боковой галоп в парах с передачей мяча друг другу от груди.	№14	2
			улицы	Упражнять в ходьбе и беге со сменой направления по сигналу; в умении владеть клюшкой; в ведении шайбы клюшкой вокруг предметов.		1
			зал	Развивать глазомер, ловкость, силу, быстроту реакции, умение владеть телом и управлять движениями на ограниченной площади; упражнять в равновесии, в прыжках на одной ноге через обруч; закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе	№15	2
Январь	Я и мир вокруг меня	09.01 – 20.01	улицы	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий для рук; в медленном беге по кругу; в соблюдении правил игры. Закреплять умение владеть клюшкой; в ведении шайбы вокруг предметов.		1
			зал	Учить прыгать через короткую скакалку, правильно держать скакалку за её концы, вращать скакалку; упражнять в равновесии; отрабатывать навыки метания, лазания; помочь в преодолении двигательных трудностей	№18	2
			улицы	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий для рук; в медленном беге по кругу; в соблюдении правил игры. Закреплять умение владеть клюшкой; в ведении шайбы вокруг предметов.		1
			зал	Упражнять в равновесии; закреплять умения выполнять основные виды движений в быстром темпе, прыгать в высоту, лазать по канату; развивать зрительное восприятие, устойчивость созданных конструкций из кубиков, ориентировку в пространстве; укреплять мелкие мышцы рук.	№21	2
	Многого бразиле животню	23.01 – 03.02				

Февраль			улица	Упражнять в беге; в подбрасывании предметов вверх; в метании в цель; Закреплять умение владеть клюшкой, игровое упражнение "Загони льдинку в лунку клюшкой".		1
			зал	Закрепить умение в упражнении «уголок на гимнастической лестнице»; упражнять в равновесии, в метании, в лазании; закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе; развивать ловкость движений, силу, быстроту реакции.	№20	2
			улица	Ходьба и бег в заданном направлении; метание в движущуюся цель; игровое упражнение "Кто быстрее переберется через болото".		1
	Все профессии нужны, все профессии важны	06.02 – 17.02	зал	Закреплять умения прыгать через короткую скакалку, лазать по канату; развивать мышцы рук; упражнять в равновесии, в лазании.	№32	2
			улица	Упражнять в ходьбе и беге; в метании в цель; в подлезании под препятствие; в удержании в равновесии.		1
			зал	Закреплять умения быстро и ловко, выполнять упражнения с гимнастической палкой; закрепить умение ведение мяча и забрасывание его в кольцо; забрасывание мяча двумя руками из-за головы в кольцо в прыжке вверх с места; ведение мяча одной рукой с продвижением вперед между предметами.	№8	2
			улица	Упражнять в ходьбе с удержанием равновесия; в беге, в прыжках; в беге, ходьбе с высоким подниманием колен; с поворотами по сигналу.		1
Защитники Отечества	20.02 – 03.03	зал	Упражнять в равновесии; закреплять умения выполнять основные виды движений в быстром темпе, вести мяч одной рукой с продвижением между предметами, развивать зрительное восприятие, ориентировку в пространстве; укреплять мелкие мышцы рук	№22	2	
		улица	Упражнять в беге; в прыжках в высоту и длину с места; в метании в движущуюся цель; в удержании равновесия.		1	
		зал	Упражнять в ходьбе, в беге колонной по одному с соблюдением дистанции, с четким фиксированием поворотов, по кругу с остановкой по сигналу, в сохранении равновесия, в метании: броски мяча вверх, вниз и ловля его двумя руками. Одной рукой, упражнение «Школа мяча» в лазании: пролезание в катящийся обруч без помощи рук; закреплять основные виды движений.	№2	2	

			улица	Упражнять в ходьбе с удержанием равновесия; в метании вдаль; в скольжении по ледяной дорожке; в ведении шайбы клюшкой.		1
Март	Весна идет – веселье несет!	06.03 – 17.03	зал	Упражнять в прыжках, в равновесии, в лазании по гимнастической стенке; учить прыгать через скамейку, соблюдать правила игры; развивать координацию и ловкость	№27	2
			улица	Упражнять в ходьбе с удержанием равновесия; в беге; в метании в движущуюся цель.		1
			зал	Учить прыгать через большой обруч, бороться за достижение своей цели; упражнять в равновесии, в лазании; развивать координацию движений, ловкость, быстроту, силу.	№25	2
			улица	Упражнять в беге с выполнением движений руками; в удержании равновесия при выполнении подпрыгивания на одной ноге; в метании в движущуюся цель.		1
	Наши пернатые друзья	20.03 – 31.03	зал	Упражнять в передаче мяча с отскоком от пола из одной руки в другую на месте, в движении; отбивать мяч одной рукой о пол на месте, в движении, с поворотом, в движении между предметами; соблюдать правила игры; развивать координацию и ловкость	№28	2
			улица	Упражнять в ходьбе с носка с четкими поворотами на углах; в медленном беге; в отбивании мяча; в прыжках в длину с места.		1
			зал	Закреплять умения бросать мяч через волейбольную сетку в парах, развивать мышцы рук; упражнять в равновесии, в лазании	№33	2
			улица	Упражнять в ходьбе с перестроением в три колонны; в беге «змейкой» между предметами; в метании в цель; в прыжках с чередованием правой и левой ноги.		1
			зал	Учить прыгать через скакалку с продвижением вперед; закреплять умение бросать мяч в баскетбольное кольцо с места, в прыжке, вести мяч; развивать координацию движений, ловкость, быстроту, силу	№26	2
			улица	Упражнять в ходьбе с носка с четкими поворотами на углах; в медленном беге; в отбивании мяча; в прыжках в длину с места.		1
Апрел	Земля – наша	03.04	зал	Закреплять умение выразительно, осознанно, быстро и ловко выполнять основные виды движений; упражнять в лазании по канату, в прыжках через скакалку на двух ногах.	№30	2

		улиц	ца	Упражнять в ходьбе по кругу с четкими поворотами; в четком соблюдении правил игры, в перебежках и прыжках в длину с места.		1		
			зал	Закреплять умение выразительно, осознанно, быстро и ловко выполнять основные виды движений; упражнять в перебрасывании мяча от груди, из-за головы двумя руками в парах (расстояние между детьми 3-4м).	№31	2		
			улиц	а	Упражнять в беге с увертыванием и приседанием; в метании мешочка с песком в цель; в подбрасывании мяча; в прыжках в длину с места.		1	
	Если хочешь быть здоров – позабудь про докторов	17.04 – 28.04	зал	улиц	Закрепить умение выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой, вести мяч, технику бросков; развивать координацию, ловкость.	№37	2	
				улиц	а	Упражнять в ходьбе и беге в заданном направлении; в метании мешочка с песком в цель; в метании мяча в даль.		1
				зал	Учить прыгать через длинную скакалку на месте, развивать двигательные навыки в равновесии, в лазании по гимнастической лестнице; воспитывать волевые качества, умение ставить цель и достигать её в соревнованиях.	№24	2	
				улиц	а	Упражнять в подлезании под шнур; в метании мяча в цель; в удержании равновесия при ходьбе по бревну; в умении владеть мячом, отбивать, подбрасывать и ловить мяч.		1
	Май	И помнит мир спасенный (День Победы)	03.05 – 12.05	зал	Упражнять в равновесии, в лазании по гимнастической лестнице; учить прыгать в высоту с разбега, в глубину, в умении правильно приземляться на две ноги;	№34	2	
улиц				а	Упражнять в ходьбе скрестным шагом, спиной вперед; в беге с захлестыванием; в ходьбе по бревну с удержанием равновесия; в бросании и ловле мяча; в прыжках в высоту с места, с разбега.		1	
зал				Упражнять в равновесии; бросать мяч в баскетбольное кольцо одной и двумя руками после ведения мяча, уверенно выполнять разнообразные упражнения с мячом; основные виды движений, добиваясь точного, выразительного, энергичного выполнения всех видов движений; развивать координацию движений.	№6	2		
улиц				ца	Упражнять в прыжках; в удержании равновесия; в метании в цель; в синхронном выполнении движений руками, с поворотами туловища.		1	

Волшебный мир лесов, цветов и насекомых	15.05- 31.05	зал	Закрепить умение выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой; упражнять в равновесии, лазании по канату; развивать координацию, ловкость	№36	2
		улица	Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; в подбрасывании и ловле мяча;		1
		зал	Упражнять в равновесии, в лазании по верёвочной лестнице; учить прыгать с разбега; закреплять умение метать вдаль.	№35	2
		улица	Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; в синхронном выполнении движений руками, с наклонами туловища; в четком соблюдении правил игры.		1